

Меню на 22.03.2023, День 10

КГБОУ "Ачинская школа № 3" (отделение №3)

Приходящие с 7-11 лет

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
325	1. Пудинг из творога со сгущенным молоком	200/30	64,22	37,403	26,702	57,1	625,607
382	2. Какао с молоком	200	7,66	3,077	2,667	10,928	80,364
99,100	3. Бутерброд с маслом	52	6,93	3,262	7,008	22,151	165,859
	4. Апельсин	100	9,50	0,507	0,113	4,559	22,512
Итого:			88,31	44,248	36,49	94,738	894,342
Полдник							
	1. Нектар фруктовый	200	14,26	0	0	41,219	164,876
Итого:			14,26			41,219	164,876
Обед							
182	1. Кукуруза с яйцом и луком	80	17,27	4,6	9,463	4,595	123,971
159	2. Суп с крупой и рыбными консервами 01.03.	250	17,40	6,404	8,386	17,634	168,775
400,428	3. Капуста тушеная с птицей с 01.01.	200	25,89	18,183	16,114	10,89	256,89
527	4. Компот из смеси сухофруктов	200	1,68	0,016	0	7,748	31,3
	5. Хлеб пшеничный	45	2,93	3,227	1,233	22,095	113,499
	6. Хлеб ржаной	55	4,03	3,355	0,605	18,37	95,7
Итого:			69,21	35,785	35,801	81,332	790,135
Полдник							
534	1. Молоко кипяченое	200	12,91	5,586	4,988	9,436	105,735
574	2. Крендель сахарный	40	6,01	2,924	5,991	23,847	161,136
	3. Яблоко	46	4,62	0,183	0,183	4,484	18,67
Итого:			23,55	8,693	11,161	37,768	285,541
Итого за день:			195,32	88,726	83,453	255,056	2134,89

диетсестра _____ Кулеева Т. А.

Приходящие с 12 лет и старше

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
325	1. Пудинг из творога со сгущенным молоком	235/35	74,97	43,699	31,136	67,763	734,518
382	2. Какао с молоком	200	10,99	4,434	3,862	14,167	109,673
99,100	3. Бутерброд с маслом	68	8,47	4,342	8,244	29,524	211,172
	4. Апельсин	100	9,50	0,507	0,113	4,559	22,512
Итого:			103,93	52,981	43,355	116,012	1077,87
Полдник							
	1. Нектар фруктовый	200	14,26	0	0	41,219	164,876
Итого:			14,26			41,219	164,876
Обед							
182	1. Кукуруза с яйцом и луком	100	22,29	6,071	12,615	5,779	163,492
159	2. Суп с крупой и рыбными консервами 01.03.	250	17,42	6,377	8,386	17,501	168,091
400,428	3. Капуста тушеная с птицей с 01.01.	280	49,30	35,865	31,519	11,104	467,167
527	4. Компот из смеси сухофруктов	200	2,24	0,022	0	9,406	38,05
	5. Хлеб пшеничный	60	3,90	4,302	1,644	29,46	151,332
	6. Хлеб ржаной	80	5,87	4,88	0,88	26,72	139,2
Итого:			101,02	57,517	55,043	99,971	1127,33
Полдник							
534	1. Молоко кипяченое	200	12,91	5,586	4,988	9,436	105,735
574	2. Крендель сахарный	50	7,88	3,732	7,91	30,166	206,959
	3. Яблоко	46	4,62	0,183	0,183	4,484	18,67
Итого:			25,41	9,501	13,081	44,087	331,364
Итого за день:			244,61	120	111,478	301,289	2701,44

директор _____ Шадрина И. Л.