

Меню на 27.04.2024, День 6

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

Приходящие с 7-11 лет

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
170	1. Суп молочный рисовый	200	8,93	3,898	4,725	16,041	122,702
501,502,5	2. Чай с сахаром	200	0,82	0	0	5,988	23,94
99,100	3. Бутерброд с маслом	52	7,22	3,262	7,008	22,151	165,859
	4. Апельсин	156	6,48	0,308	0,068	2,768	13,668
Итого:			23,45	7,467	11,802	46,948	326,169
2й Завтрак							
	1. Сок	200	12,49	0,991	0,198	20,018	91,171
Итого:			12,49	0,991	0,198	20,018	91,171
Обед							
51	1. Салат из свеклы с луком 01.01.	80	3,22	1,209	5,087	7,096	78,937
144	2. Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом с 01.03	235/15	20,90	7,307	8,235	10,04	143,126
349	3. Рыба, тушенная в томате с овощами с 01.01	130	24,38	18,275	5,159	3,37	129,68
434	4. Картофельное пюре 01.03.	150	11,37	3,153	5,895	22,364	155,522
643	5. Кисель из кураги	200	3,91	0,416	0,024	16,204	66,983
	6. Хлеб пшеничный	44	3,27	3,143	1,201	21,52	110,546
	7. Хлеб ржаной	54	4,05	3,27	0,59	17,902	93,264
Итого:			71,11	36,772	26,19	98,496	778,058
Полдник							
527	1. Компот из изюма	200	1,69	0,144	0	11,268	44,9
563,583	2. Булочка домашняя	40	5,76	3,145	5,965	26,72	173,308
	3. Груша	67	10,89	0,269	0,202	6,388	28,241
Итого:			18,33	3,558	6,166	44,376	246,449
Итого за день:			125,38	48,788	44,356	209,837	1441,84

диетсестра _____ Кулева Т. А.

Приходящие с 12 лет и старше

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
170	1. Суп молочный рисовый	200	8,93	3,898	4,725	16,041	122,702
501,502,5	2. Чай с сахаром	200	1,33	0	0	6,986	27,93
99,100	3. Бутерброд с маслом	68	8,89	4,342	8,244	29,524	211,172
	4. Апельсин	156	6,48	0,308	0,068	2,768	13,668
Итого:			25,63	8,548	13,038	55,319	375,472
2й Завтрак							
	1. Сок	200	12,49	0,991	0,198	20,018	91,171
Итого:			12,49	0,991	0,198	20,018	91,171
Обед							
51	1. Салат из свеклы с луком 01.01.	100	3,99	1,518	6,109	8,909	96,606
144	2. Щи со свежей капустой с картофелем, со сметаной с мясом 01.03.	235/15	20,93	7,307	8,475	10,04	145,284
349	3. Рыба, тушенная в томате с овощами с 01.01.	180	33,72	25,376	7,198	4,092	177,849
434	4. Картофельное пюре с 01.03	180	13,29	3,801	6,928	26,87	185,504
643	5. Кисель из кураги	200	5,25	0,571	0,032	20,783	86,116
	6. Хлеб пшеничный	59	4,39	4,218	1,612	28,885	148,379
	7. Хлеб ржаной	79	5,94	4,795	0,865	26,256	136,781
Итого:			87,52	47,586	31,22	125,834	976,519
Полдник							
527	1. Компот из изюма	200	2,24	0,198	0	14,246	56,75
563,583	2. Булочка домашняя	60	8,64	4,717	8,947	40,08	259,961
	3. Груша	67	10,89	0,269	0,202	6,388	28,241
Итого:			21,77	5,184	9,148	60,714	344,953
Итого за день:			147,41	62,309	53,604	261,885	1788,11

директор _____ Шадрина И. Л.