

Меню на 13.11.2024, День 7

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

Приходящие с 7-11 лет

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
171	1. Суп молочный с макаронными изделиями	200	8,03	4,645	4,019	18,163	128,877
306	2. Яйцо отварное	40	8,39	5,08	4,6	0,28	62,8
501,506,5	3. Чай с молоком	200	3,16	1,26	1,125	8,057	47,551
96,97	4. Бутерброд с сыром	55	7,50	5,389	3,959	22,095	147,527
	5. Яблоко	155	6,17	0,243	0,243	5,951	24,774
Итого:			33,26	16,616	13,946	54,545	411,529
2й Завтрак							
	1. Сок	200	9,44	1	0,2	20,2	92
Итого:			9,44	1	0,2	20,2	92
Обед							
121	1. Икра кабачковая	100	13,49	2,013	9,057	8,595	122,779
101	2. Суп "Шахтерский" с мясом 01.11.	235/15	18,79	7,051	5,545	16,493	144,691
374	3. Жаркое по домашнему с 01.11.	180	41,22	14,005	11,023	20,19	232,757
643	4. Кисель из кураги	200	3,75	0,414	0,024	14,976	62,076
	5. Хлеб пшеничный	45	3,36	3,227	1,233	22,095	113,499
	6. Хлеб ржаной	55	4,16	3,355	0,605	18,37	95,7
Итого:			84,77	30,064	27,487	100,718	771,501
Полдник							
535	1. Кефир 2,5%	178	10,71	4,991	4,456	7,13	94,475
	2. Сушки	30	4,51	3,21	0,48	21,03	102,3
	3. Груша	67	10,80	0,266	0,2	6,327	27,972
Итого:			26,02	8,468	5,136	34,487	224,747
Итого за день:			153,49	56,147	46,769	209,95	1499,77

диетсестра _____ Кулева Т. А.

Приходящие с 12 лет и старше

ТКК	Блюда	Выход	Стоимость, руб.	Химический состав			
				Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак							
71	1. Суп молочный с макаронными изделиями	200	8,03	4,645	4,019	18,163	128,877
306	2. Яйцо отварное	40	8,39	5,08	4,6	0,28	62,8
501,506,5	3. Чай с молоком	200	3,69	1,26	1,125	9,045	51,501
96,97	4. Бутерброд с сыром	75	10,69	7,545	5,733	29,46	202,374
	5. Яблоко	155	6,17	0,243	0,243	5,951	24,774
Итого:			36,98	18,773	15,72	62,898	470,326
2й Завтрак							
	1. Сок	200	9,44	1	0,2	20,2	92
Итого:			9,44	1	0,2	20,2	92
Обед							
121	1. Икра кабачковая	120	16,19	2,415	10,869	10,313	147,334
101	2. Суп "Шахтерский" с мясом 01.11.	235/15	18,84	7,069	5,549	16,597	145,217
374	3. Жаркое по домашнему 01.11.	200	45,32	15,415	12,607	22,598	261,748
643	4. Кисель из кураги	200	5,03	0,569	0,032	19,147	79,577
	5. Хлеб пшеничный	60	4,48	4,302	1,644	29,46	151,332
	6. Хлеб ржаной	80	6,05	4,88	0,88	26,72	139,2
Итого:			95,90	34,65	31,581	124,836	924,407
Полдник							
535	1. Кефир 2,5%	198	11,93	5,561	4,966	7,945	105,271
	2. Сушки	50	7,52	5,35	0,8	35,05	170,5
	3. Груша	67	10,80	0,266	0,2	6,327	27,972
Итого:			30,25	11,178	5,965	49,322	303,743
Итого за день:			172,57	65,601	53,467	257,256	1790,47

директор _____ Шадрина И. Л.