Утверждаю
Директор МКОУ Попковской СШ
Е.М.Матвеева

Школа МКОУ Попковская СШ Отд./корп День 20.05.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-167\2022н | Каша «Дружба» молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы | 220 | 20 | 243,21 | 10,6 | 12,29 | 23,51 |
| | | П.Т | Пряник | 40 | 6 | 145,33 | 2,44 | 5,73 | 28,44 |
| | хлеб | 701\2010 | Хлеб пшеничный | 40 | 5 | 96,52 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| | | 54-2гн\2022н | Чай с сахаром | 200 | 10 | 42,32 | 0,2 | 0 | 10,38 |
| | | | **итого** | **500** | **41** | **527,38** | **16,40** | **18,42** | **81,65** |
| Обед | закуска | 24\2017м | Нарезка из свежих помидоров и огурцов | 60 | 22 | 42,42 | 0,6 | 3,64 | 2,07 |
| | 1 блюдо | 54-1с\2022н | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 23,00 | 88,16 | 2,84 | 5,28 | 7,22 |
| | 2 блюдо | 54-11р\2 | Котлеты печеночные из п.\ф. высокой степени готовности, с маслом | 100\5 | 20,00 | 209,13 | 12,83 | 12,97 | 10,27 |
| | гарнир | 125\2017м | Картофель отварной | 150 | 17,00 | 157,5 | 3,03 | 5,94 | 20,98 |
| | | 389\2017 | Сок фруктовый | 200 | 8,00 | 62 | 1 | 0 | 84,8 |
| | хлеб бел. | 701\2010 | Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 79,80 | 2,31 | 0,72 | 16,02 |
| | хлеб черн. | 702\2010 | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 6,00 | 114,95 | 2,8 | 0,55 | 24,7 |
| | | | **итого** | **760** | **142,00** | **776,76** | **25,41** | **29,1** | **101,,46** |
| | | | | | | | | | |