



| Школа        | МКОУ Попковская СШ |               |                          | Отд./корп           |                      |       |                                   |        |                        |       | День                |       | 08.02.2024               |       |
|--------------|--------------------|---------------|--------------------------|---------------------|----------------------|-------|-----------------------------------|--------|------------------------|-------|---------------------|-------|--------------------------|-------|
| Прием пищи   | Раздел             | № рец.        | Блюдо                    | Выход, г<br>7-11лет | Выход, г<br>12-18лет | Цена  | Калорийность<br>7-11лет 12-18 лет |        | Белки<br>7-11 л 12-18л |       | Жиры<br>7-11л 12-18 |       | Углеводы<br>7-11л 12-18л |       |
|              |                    | 131\2017м     | Овощи (зеленый горошек)  | 60                  | 100                  | 25,00 | 38,52                             | 64,20  | 1,35                   | 2,25  | 0,18                | 0,30  | 7,92                     | 13,20 |
| Завтрак      | гор.блюдо          | 77\2\2022м    | Биточки, котлеты куриные | 100\20              | 100\20               | 40,00 | 147,85                            | 147,85 | 10,18                  | 10,18 | 11,33               | 11,33 | 7,07                     | 7,07  |
|              |                    | 171\2017м     | Каша гречневая           | 150                 | 180                  | 15,00 | 233,70                            | 280,44 | 8,30                   | 9,95  | 6,30                | 7,56  | 36,00                    | 43,20 |
|              | гор.напиток        | 54-2гн\2022м  | Чай с сахаром            | 200                 | 200                  | 15,00 | 60                                | 60     | 0,07                   | 0,07  | 0,02                | 0,02  | 15                       | 15    |
|              | Хлеб пшеничный     | 701\2010м     | Хлеб пшеничный           | 30                  | 50                   | 5,35  | 70,14                             | 116,90 | 3,95                   | 0,3   | 0,3                 | 0,5   | 14,49                    | 24,15 |
|              |                    |               |                          |                     |                      |       |                                   |        |                        |       |                     |       |                          |       |
| 2й завтрак   |                    | 389\2017м     | Сок фруктовый            |                     | 150                  |       |                                   | 63,6   | 0,075                  |       |                     | 0     |                          | 15,15 |
|              |                    | П.т.          | Вареники с картофелем    |                     | 150                  |       |                                   | 227,7  | 6,3                    |       |                     | 2,9   |                          | 44,1  |
| За род.плату | гор.блюдо          | 295\332\2017м | Биточки, котлеты куриные |                     | 60\20                | 35,00 |                                   | 147,85 |                        | 10,18 |                     | 11,33 |                          | 7,07  |
|              |                    | 171\2017м     | Каша гречневая с маслом  |                     | 120                  | 21,00 |                                   | 210    |                        | 6,6   |                     | 7,15  |                          | 29,88 |
|              | чай                | 376\2017м     | Чай с сахаром            |                     | 200                  | 7,00  |                                   | 60     |                        | 0,07  |                     | 0,02  |                          | 15    |
|              | хлеб               | 701\2010м     | Хлеб пшеничный           |                     | 20                   | 2,00  |                                   | 53,20  |                        | 1,54  |                     | 0,48  |                          | 10,68 |

