

Директор МОУ СОШ им.А.А.Чижова с. Владыкино

Утверждаю:

Воронкова Е.В.



23.10.2016, Завтрак 1-4 классы:

| Наименование<br>блюда | Кол-<br>во г. | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г. | Углеводы, г. | Калорийность | Сумма |
|-----------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------|
| Макароны отб          | 1/150         | 5,42         | 3,67        | 33,33        | 186,00       | 5,35  |
| Пюре картофеля        | 100/50        | 2,9          | 7           | 20           | 153          | 42,28 |
| Чай с сах.            | 1/200         | 0,2          | 0           | 9,8          | 36           | 1,00  |
| Хлеб пш               | 1/30          | 2,40         | 0,30        | 14,50        | 74,00        | 3,06  |
| Фрукт                 | 230           | 0,40         | 0,90        | 29,90        | 115,00       | 20,68 |
|                       |               |              |             |              |              |       |
|                       |               |              |             |              |              |       |
|                       |               |              |             |              |              |       |
| Итого завтрака        | 760           | 37,42        | 11,87       | 106,83       | 664,00       | 72,37 |

### Обед

| Наименование<br>блюда | Кол-<br>во г. | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г. | Углеводы, г. | Калорийность | Сумма |
|-----------------------|---------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------|
| Салат из кв.к.        | 1/60          | 0,9          | 3           | 4,8          | 53           | 9,08  |
| Пюре с т. и св.       | 12/250        | 5,1          | 8,2         | 12,9         | 149          | 20,62 |
| Пюре с цыпленком      | 1/200         | 19,10        | 23,00       | 33,90        | 426,00       | 37,70 |
| Сок фрукт             | 1/200         | 1            | 0           | 24,4         | 104,6        | 8,75  |
| Хлеб пш               | 1/30          | 3,96         | 0,42        | 20,00        | 116,00       | 3,06  |
| Хлеб . Сливочный      | 1/30          |              |             |              |              | 2,97  |
|                       |               |              |             |              |              |       |
|                       |               |              |             |              |              |       |
| Итого завтрака        | 782           | 30,06        | 34,92       | 96,00        | 848,60       | 77,18 |