

школа

МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

12.05.2022

день

10

| Прием пищи   | Раздел    | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--|-----------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак 1-4 кл<br>(ОВЗ,СКК,<br>инвалиды)               | гор.блюдо | 233/18 | каша пшенная молочная               | 150/5    | 15,00 | 199          | 6     | 7    | 28       |
|  | сладкое   | 72/18  | бутерброд с джемом или повидлом     | 45       | 9,00  | 132          | 1     | 3    | 24       |
|  | напиток   | 461/13 | чай каркаде                         | 200      | 8,00  | 56           | 0     | 0    | 15       |
|  | закуска   | 300/13 | яйцо вареное                        | 40       | 6,66  | 62           | 0     | 0    | 0        |
|  |           |        |                                     |          |       | 38,66        | 449   | 7    | 10       |
| обед 1-4 кл. (в<br>том числе<br>ОВЗ,СКК,<br>инвалиды)  | 1 блюдо   | 100/18 | суп рассольник домашний             | 200      | 18,00 | 97           | 2     | 4    | 13       |
|  | 2 блюдо   | 375/18 | плов из отварной птицы              | 180      | 42,00 | 350          | 18    | 20   | 23       |
|  | напиток   | 519/18 | компот из яблок и ягод замороженных | 200      | 15,00 | 86           | 1     | 0    | 20       |
|  | хлеб      | 108/13 | хлеб пшеничный                      | 20       | 2,00  | 94           | 3     | 0    | 20       |
|  | хлеб      | 109/13 | хлеб ржаной                         | 30       | 2,88  | 52           | 2     | 0    | 10       |
|  |           |        |                                     |          |       | 79,88        | 679   | 26   | 24       |
| полдник 1-4<br>кл.(ОВЗ,СКК,<br>инвалиды)               | напиток   | 457/18 | чай с сахаром                       | 200      | 3,18  | 60           | 0     | 0    | 15       |
|  | сладкое   | 590/13 | кекс                                | 50       | 17,22 | 167          | 3     | 4    | 30       |
|  |           |        |                                     |          |       | 20,40        | 227   | 3    | 4        |
| завтрак 5-11<br>кл(ОВЗ,СКК,<br>инвалиды)               | гор.блюдо | 233/18 | каша пшенная молочная               | 200/5    | 20,00 | 199          | 6     | 7    | 28       |
|  | сладкое   | 72/18  | бутерброд с джемом или повидлом     | 45       | 10,00 | 132          | 1     | 3    | 24       |
|  | напиток   | 461/13 | чай каркаде                         | 200      | 8,00  | 56           | 0     | 0    | 15       |
|  | хлеб      | 108/13 | хлеб пшеничный                      | 20       | 2,60  | 94           | 3     | 0    | 20       |
|  | закуска   | 300/13 | яйцо вареное                        | 40       | 6,66  | 62           | 0     | 0    | 0        |
|  |           |        |                                     |          |       | 47,26        | 543   | 17   | 10       |
| обед 5-11 кл. (в<br>том числе<br>овз,скк,инвалид<br>ы) | 1 блюдо   | 100/18 | суп рассольник домашний             | 250      | 23,00 | 97           | 2     | 4    | 13       |
|  | 2 блюдо   | 375/18 | плов из отварной птицы              | 200      | 49,00 | 350          | 18    | 20   | 23       |
|  | напиток   | 519/18 | компот из яблок и ягод замороженных | 200      | 15,00 | 86           | 1     | 0    | 20       |
|  | хлеб      | 108/13 | хлеб пшеничный                      | 20       | 1,00  | 94           | 3     | 0    | 20       |
|  | хлеб      | 109/13 | хлеб ржаной                         | 30       | 1,57  | 52           | 2     | 0    | 10       |
|  |           |        |                                     |          |       | 89,57        | 679   | 26   | 24       |
| полдник 5-11<br>кл.(ОВЗ,СКК,<br>инвалиды)              | напиток   | 457/18 | сок                                 | 200      | 10    | 60           | 0     | 0    | 15       |
|  | сладкое   | 590/13 | кекс                                | 40       | 13,58 | 167          | 3     | 4    | 30       |
|  |           |        |                                     |          |       | 23,58        | 227   | 3    | 4        |