

школа

МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

26.04.2022

день

2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл (ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	268/18	омлет натуральный	160	20,00	209	14	15	3
	закуска	157/18	овощи консервированные отварные (горошек)	45	5,00	38	2	2	3
	напиток	462/13	какао с молоком	200	12,00	144	4	3	25
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	1,66	94	3	0	20
						38,66	485	23	20
обед 1-4 кл. (в том числе ОВЗ,СКК, инвалиды)	1 блюдо	140/13	щи из свежей капусты	200	18,00	61	1	4	0
	2 блюдо	372/18	котлета из птицы припущенные	90	32,00	165	14	9	8
	гарнир	230/18	каша пшеничная	180	12,00	181	5	6	26
	напиток	461/18	чай каркаде	200	10,00	56	0	0	14
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	3,00	94	3	0	20
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	4,88	52	2	0	10
						79,88	609	25	19
полдник 1-4 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	сладкое	590/13	печенье	60	20,40	47	1	0	10
завтрак 5-11 кл(ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	226/18	омлет натуральный	200	23	209	14	15	3
	закуска	72/18	овощи консервированные отварные (го	60	10	38	2	2	3
	напиток	493/13	какао с молоком	200	12	144	4	3	25
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	2,26	94	3	0	20
						47,26	485	23	20
обед 5-11 кл. (в том числе овз,скк,инвалид ы)	1 блюдо	140/13	щи из свежей капусты	250	20	61	1	4	0
	2 блюдо	372/18	котлета из птицы припущенные	90	36	165	14	9	8
	гарнир	230/18	каша пшеничная	200	15	181	5	6	26
	напиток	461/18	чай каркаде	200	10	56	0	0	14
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	4	94	3	0	20
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	4,57	52	2	0	10
						89,57	609	25	19
полдник 5-11 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	493/13	чай с сахаром	200	3,58	60	0	0	15
	сладкое	590/13	кекс	50	20	167	3	4	30
						23,58	227	3	4

школа

МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

27.04.2022

день

3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-4 кл. (ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	268/18	каша рисовая	150	20,00	229	5	9	79	
	сладкое	157/18	вафли	40	5,00	140	1	1	31	
	напиток	456/18	кофейный напиток с молоком	200	12,00	79	3	3	16	
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	1,66	94	3	0	20	
						38,66	542	12	13	146
обед 1-4 кл. (в том числе ОВЗ,СКК, инвалиды)	1 блюдо	95/18	борщ с капустой и картофелем	200	18,00	76	1	4	9	
	2 блюдо	310/18	шницель рыбный натуральный	90	30,00	102	14	1	9	
	гарнир	202/18	каша гречневая рассыпчатая	150	12,00	323	8	17	34	
	напиток	495/18	компот из смеси сухофруктов	200	15,00	84	1	0	20	
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	2,00	47	2	0	10	
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	2,88	52	2	0	10	
						79,88	684	28	22	92
полдник 1-4 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	501/18	сок	200	10,00	86	1	0	20	
	сладкое	590/13	вафли	50	10,40	167	3	4	30	
						20,40	253	4	4	50
завтрак 5-11 кл(в том числе ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	268/18	каша рисовая	200	25	229	5	9	79	
	сладкое	157/18	вафли	60	9	140	1	1	31	
	напиток	456/18	кофейный напиток с молоком	200	12	79	3	3	16	
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	1,26	94	3	0	20	
						47,26	542	12	13	146
обед 5-11 кл. (овз,скк,инвалиды)	1 блюдо	95/18	борщ с капустой и картофелем	250	23	76	1	4	9	
	2 блюдо	310/18	шницель рыбный натуральный	90	35	102	14	1	9	
	гарнир	202/18	каша гречневая рассыпчатая	180	15	323	8	17	34	
	напиток	495/18	компот из смеси сухофруктов	200	15	84	1	0	20	
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	0,57	47	2	0	10	
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	1	52	2	0	10	
						89,57	684	28	22	92
полдник 5-11 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	501/18	сок	200	10	86	1	0	20	
	сладкое	590/13	вафли	50	13,58	167	3	4	30	
						23,58	253	4	4	50

школа

МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

28.04.2022

день

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл (ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	230/18	каша молочная пшеничная	150/5	15,00	181	5	6	26
	закуска	100/13	сыр порциями	20	9,00	69	5	5	0
	напиток	461/18	чай каркаде	200	12,00	56	0	0	14
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	2,66	94	3	0	20
					38,66	400	13	11	60
обед 1-4 кл. (в том числе ОВЗ,СКК, инвалиды)	1 блюдо	100/18	суп рассольник Ленинградский	200	18,00	97	2	4	13
	закуска	16/18	огурец	30	10,00	36	0	4	1
	2 блюдо	376/18	Рагу из птицы	150	42,00	101	13	4	3
	напиток	457/18	чай с сахаром	200	7,00	60	0	0	15
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	1,00	94	3	0	20
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	1,88	52	2	0	10
					79,88	440	20	12	62
полдник 1-4 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	501/18	чай	200	8	86	1	0	20
	сладкое		рулет		12,40	0	0	0	0
					20,40	60	0	0	15
завтрак 5-11 кл(ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	230/18	каша молочная пшеничная	200/5	23	181	5	6	26
	закуска	100/13	сыр порциями	20	9	69	5	5	0
	напиток	461/18	чай каркаде	200	12	56	0	0	14
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	3,26	94	3	0	20
					47,26	400	13	11	60
обед 5-11 кл. (в том числе овз,скк,инвалид ы)	1 блюдо	100/18	суп рассольник Ленинградский	250	20	97	2	4	13
	закуска	16/18	огурец	30	10	36	0	4	1
	2 блюдо	376/18	Рагу из птицы	200	46	101	13	4	3
	напиток	457/18	чай с сахаром	200	7	60	0	0	15
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	3	94	3	0	20
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	3,57	52	2	0	10
					89,57	440	20	12	62
полдник 5-11 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	501/18	сок фруктовый	200	11,18	86	1	0	20
	сладкое		рулет		12,4	0	0	0	0
					23,58	86	1	0	20

школа

МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

29.04.2022

день

5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл (ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	233/18	каша пшённая	150/5	20,00	199	6	7	28
	сладкое	590/18	вафли	40	10,00	132	1	3	24
	напиток	461/13	чай с сахаром	200	7,00	60	0	0	15
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	1,66	94	3	0	20
						38,66	485	10	10
обед 1-4 кл. (в том числе ОВЗ,СКК, инвалиды)	1 блюдо	123/18	суп с рыбными консервами	200	14,00	133	7	6	13
	2 блюдо	341/18	котлета "Пермская"	90	32,00	154	13	8	9
	гарнир	380/18	капуста тушеная	150	14,00	108	3	5	12
	напиток	492/18	компот из яблок и ягод замороженных	200	15,00	45	0	0	11
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	2,88	94	3	0	20
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	2,00	52	2	0	10
						79,88	586	28	19
полдник 1-4 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	457/18	чай с сахаром	200	3,4	60	0	0	15
	сладкое	590/13	печенье	50	17	167	3	4	30
					20,4				
завтрак 5-11 кл(ОВЗ,СКК, инвалиды)	гор.блюдо	233/18	каша пшённая	200/5	25	199	6	7	28
	закуска	590/18	вафли	45	14	132	1	3	24
	напиток	461/13	чай с сахаром	200	7	60	0	0	15
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	40	1,66	94	3	0	20
						47,66	485	10	10
обед 5-11 кл. (в том числе овз,скк,инвалид ы)	1 блюдо	123/18	суп с рыбными консервами	250	18	133	7	6	13
	закуска	341/18	котлета "Пермская"	90	35	154	13	8	9
	2 блюдо	380/18	капуста тушеная	180	16	108	3	5	12
	напиток	492/18	компот из яблок и ягод замороженных	200	15	45	0	0	11
	хлеб	108/13	хлеб пшеничный	20	2,57	94	3	0	20
	хлеб	109/13	хлеб ржаной	30	3	52	2	0	10
						89,57	586	28	19
полдник 5-11 кл.(ОВЗ,СКК, инвалиды)	напиток	493/13	сок	200	10,00	60	0	0	15
	сладкое	590/13	печенье	40	13,58	167	3	4	30
					23,58	227	3	4	45