

Завтрак на 05.09.2022

Утверждаю директор школы

| № рец. | Блюдо             | Вес г. | Белки | Жиры  | Углев | Энер ц |
|--------|-------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 210**  | Омлет натуральный | 120    | 11,15 | 18,86 | 2,11  | 231,72 |
| 382**  | Какао с молоком   | 200    | 3,78  | 0,67  | 26,00 | 125,11 |
| ПР     | Хлеб пшеничный    | 40     | 3,16  | 0,40  | 19,32 | 93,52  |
| 15**   | Сыр порциями      | 30     | 6,96  | 8,85  | 0,00  | 107,49 |

Обед на 05.09.2022

1-4 класс

Утверждаю директор школы

| № рец. | Блюдо                       | Вес г. | Цена | Энер ц | Белки | Жиры | Углев |
|--------|-----------------------------|--------|------|--------|-------|------|-------|
| 52*    | Салат из свеклы отварной    | 60     | 6    | 103    | 0,76  | 9,04 | 4,59  |
| 119*   | Суп картофельный с горохом  | 200    | 12   | 118    | 4,71  | 3,73 | 15,96 |
| 260**  | Гуляш                       | 40/40  | 15   | 160,8  | 11,64 | 8,07 | 2,31  |
| 309*   | Макаронные изделия отварные | 150    | 22   | 211    | 5,32  | 4,89 | 35,52 |
| 377*   | Чай с лимоном               | 200    | 4    | 59     | 0,26  | 0,06 | 15,22 |
| ПР     | Хлеб пшеничный              | 20     | 3    | 46,76  | 1,58  | 0,2  | 9,66  |
| ПР     | Хлеб ржаной                 | 40     | 3    | 91,96  | 2,24  | 0,44 | 19,76 |

Обед на 05.09.2022

5-11 класс

Утверждаю директор школы

| № рец. | Блюдо                       | Вес г. | Энер ц | Белки | Жиры | Углев |
|--------|-----------------------------|--------|--------|-------|------|-------|
| 52*    | Салат из свеклы отварной    | 60     | 103    | 0,76  | 9,04 | 4,59  |
| 260**  | Гуляш                       | 40/40  | 160,8  | 11,64 | 8,07 | 2,31  |
| 309*   | Макаронные изделия отварные | 150    | 211    | 5,32  | 4,89 | 35,52 |
| 377*   | Чай с лимоном               | 200    | 59     | 0,26  | 0,06 | 15,22 |
| ПР     | Хлеб пшеничный              | 20     | 46,76  | 1,58  | 0,2  | 9,66  |
| ПР     | Хлеб ржаной                 | 40     | 91,96  | 2,24  | 0,44 | 19,76 |