

Завтрак на 13.10.2022

Утверждаю директор школы

| № рец. | Блюдо                                   | Вес г. | Белки | Жиры | Углев | Энер ц |
|--------|-----------------------------------------|--------|-------|------|-------|--------|
| 183*   | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 200/10 | 8,46  | 7,34 | 31,90 | 249,90 |
| ПР     | Хлеб пшеничный с маслом                 | 40/5   | 3,16  | 0,40 | 19,32 | 93,52  |
| 376*   | Чай с сахаром                           | 200    | 0,20  | 0,05 | 15,01 | 57,00  |

Обед на 13.10.2022

1-4 класс

Утверждаю директор школы

| № рец. | Блюдо                                | Вес г.    | Цена | Энер ц | Белки | Жиры | Углев |
|--------|--------------------------------------|-----------|------|--------|-------|------|-------|
| 23*    | Салат из свежих помидоров            | 60        | 6    | 68,4   | 0,63  | 6,07 | 2,71  |
| 96*    | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5     | 12   | 113    | 1,88  | 5,1  | 13,92 |
| 280*   | Фрикадельки в соусе                  | 80(50/30) | 22   | 140    | 8,83  | 8,63 | 7,54  |
| 171*   | Каша гречневая рассыпчатая           | 150       | 15   | 211    | 5,32  | 4,89 | 35,52 |
| 312*   | Компот из свежих плодов              | 200       | 4    | 109    | 0,16  | 0,16 | 27,87 |
| 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 13.10.2022

5-11 класс

Утверждаю директор школы

| № рец. | Блюдо                      | Вес г.    | Энер ц | Белки | Жиры | Углев |
|--------|----------------------------|-----------|--------|-------|------|-------|
| 23*    | Салат из свежих помидоров  | 60        | 68,4   | 0,63  | 6,07 | 2,71  |
| 280*   | Фрикадельки в соусе        | 80(50/30) | 140    | 8,83  | 8,63 | 7,54  |
| 171*   | Каша гречневая рассыпчатая | 150       | 211    | 5,32  | 4,89 | 35,52 |
| 312*   | Компот из свежих плодов    | 200       | 109    | 0,16  | 0,16 | 27,87 |
| ПР     | Хлеб пшеничный             | 20        | 46,76  | 1,58  | 0,2  | 9,66  |
| ПР     | Хлеб ржаной                | 40        | 91,96  | 2,24  | 0,44 | 19,76 |