



на 3 октября 2023 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Заречный СОШ 1-4кл комплекс 157.26 руб						
17,39	20,53	3,15	267,20	891	Омлет запеченный или паровой	170
0,46	0,46	11,27	54,05	976,03	Фрукт	115
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
0,66	0,12	8,26	74,28	835	Помидоры порционно	60
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
10,27	25,45	3,66	279,00	437	**Гуляш из свинины	90
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
45,43	60,45	155,34	1 387,57			
Заречный СОШ 5-11кл комплекс 179.11 руб						
20,46	24,16	3,70	314,35	891	Омлет запеченный или паровой	200
0,46	0,46	11,27	54,05	976,03	Фрукт	115
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
1,10	0,20	13,76	123,80	835	Помидоры порционно	100
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250
11,41	28,27	4,07	310,00	437	**Гуляш из свинины	100
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
52,75	69,71	175,58	1 605,04			
Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 71.48 руб						
0,33	0,06	4,13	37,14	835	Помидоры порционно	30
10,27	25,45	3,66	279,00	437	**Гуляш из свинины	90
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
21,21	32,31	87,39	746,51			
Заречный СОШ 5-11кл завтрак род.плата 81,42 руб						
0,55	0,10	6,88	61,90	835	Помидоры порционно	50
11,41	28,27	4,07	310,00	437	**Гуляш из свинины	100
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
24,49	36,42	100,86	862,55			

Технолог: