

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
90/20	Биточки мясные (свинина) с соусом	Калорийнос-237, Белок-15, Жиры-16, углеводы-9
150	Рис припущенный	Калорийнос-125, Жиры-4
200	Чай с лимоном	Калорийнос-60, углеводы-15
20	Хлеб крестьянский с вит.-мин. премиксом "Валетек"	Калорийнос-60, Белок-1, углеводы-13
20	Хлеб подовый "Сила"	Калорийнос-47, Белок-2, углеводы-10
Итого за Завтрак		Калорийнос-529, Белок-18, Жиры-20, углеводы-46
Итого за день		Калорийнос-529, Белок-18, Жиры-20, углеводы-46



Директор

Зав. производством _____



Директор

02.09.2022 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 ДОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак

90/20	Биточки мясные (свинина) с соусом	Калорийнос-237, Белок-15, Жиры-16, углеводы-9
150	Рис припущенный	Калорийнос-125, Жиры-4
200	Чай с лимоном	Калорийнос-60, углеводы-15
20	Хлеб крестьянский с вит.-мин. премиксом "Валетек"	Калорийнос-60, Белок-1, углеводы-13
20	Хлеб подовый "Сила"	Калорийнос-47, Белок-2, углеводы-10

Итого за Завтрак Калорийнос-529, Белок-18, Жиры-20, углеводы-46

Обед

200/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне	Калорийнос-90, Белок-2, Жиры-3, углеводы-13
90/20	Суфле из кур или бройлеров-цыплят с соусом молочным	Калорийнос-240, Белок-15, Жиры-18, углеводы-4
150	Греча рассыпчатая	Калорийнос-249, Белок-9, Жиры-6, углеводы-39
200	Кисель плодово-ягодный	Калорийнос-126, углеводы-22
20	Хлеб крестьянский с вит.-мин. премиксом "Валетек"	Калорийнос-60, Белок-1, углеводы-13
20	Хлеб подовый "Сила"	Калорийнос-47, Белок-2, углеводы-10

Итого за Обед Калорийнос-813, Белок-29, Жиры-28, углеводы-101

Итого за день Калорийнос-1 341, Белок-47, Жиры-49, углеводы-147



Зав. производством _____



02.09.2022 (пятница)

МАОУ СОШ №14 5-11 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
100	Биточки мясные (свинина) с соусом	Калорийнос-215, Белок-14, Жиры-14, углеводы-8
180	Макаронные изделия отварные	Калорийнос-240, Белок-13, Жиры-8, углеводы-30
200	Чай с лимоном	Калорийнос-60, углеводы-15
30	Хлеб крестьянский с вит.-мин. премиксом "Валетек"	Калорийнос-90, Белок-2, углеводы-19
40	Хлеб подовый "Сила"	Калорийнос-94, Белок-3, углеводы-19
75	Гребешок с повидлом	Калорийнос-180, Белок-5, Жиры-2, углеводы-37
Итого за Завтрак		Калорийнос-880, Белок-36, Жиры-24, углеводы-129
Итого за день		Калорийнос-880, Белок-36, Жиры-24, углеводы-129



Зав. производством _____



02.09.2022 (пятница)

МАОУ СОШ №14 1-4 кл.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед 2 смена		
90/20	Биточки мясные (свинина) с соусом	Калорийнос-237, Белок-15, Жиры-16, углеводы-9
150	Рис припущенный	Калорийнос-125, Жиры-4
200	Кисель плодово-ягодный	Калорийнос-126, углеводы-22
20	Хлеб крестьянский с вит.-мин. премиксом "Валетек"	Калорийнос-60, Белок-1, углеводы-13
20	Хлеб подовый "Сила"	Калорийнос-47, Белок-2, углеводы-10
Итого за Обед 2 смена		Калорийнос-595, Белок-18, Жиры-20, углеводы-54
Итого за день		Калорийнос-595, Белок-18, Жиры-20, углеводы-54



Зав. производством _____

