Школа	Пряжинская СОШ Воз.кат. Младшие школьники 7-11 лет	Отд./корп	День	29.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	223	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	75	199	10,81	8,09	21,06
111,11	гор. Блюдо	58/1	Каша жидкая молочная рисовая	125	130,1	3,52	4,09	19,62
	фрукт	Пром.	Фрукт сезонный	100	47	0,4	0,4	9,8
	напиток	143	Чай с сахаром	200	58,36	0,2	0,06	15,04
	хлеб	Пром.	Батон	30	83,7	2,28	1,68	14,88
				530				
Обед	1 блюдо	56/1	Суп молочный с макаронными изделиями	240	186,2	5,98	4,8	30,96
105,56	2 блюдо	121/1	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	90	134,6	7,7	8,39	7,18
	гарнир	62	Каша гречневая рассыпчатая	150	248,85	8,7	6,43	38,91
	напиток	184	Компот	200	40,44	0,08	0	10,62
	хлеб	Пром.	Хлеб	30	63,6	2,28	1,68	14,79
	хлеб	Пром.	Батон	20	55,8	1,52	1,12	9,92
				730				
Обед	1 блюдо	56/1	Суп молочный с макаронными изделиями	240	186,2	5,98	4,8	30,96
97,8	2 блюдо	121/1	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	90	134,6	7,7	8,39	7,18
	гарнир	62	Каша гречневая рассыпчатая	150	248,85	8,7	6,43	38,91
	напиток	184	Компот	200	40,44	0,08	0	10,62
	хлеб	Пром.	Хлеб	30	63,6	2,28	1,68	14,79
	хлеб	Пром.	Батон	20	55,8	1,52	1,12	9,92
				730				
Обед	1 блюдо	56/1	Суп молочный с макаронными изделиями	240	186,2	5,98	4,8	30,96
138,89	2 блюдо	121/1	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	90	134,6	7,7	8,39	7,18
	гарнир	62	Каша гречневая рассыпчатая	150	248,85	8,7	6,43	38,91
	напиток	184	Компот	200	40,44	0,08	0	10,62
	хлеб	Пром.	Хлеб	30	63,6	2,28	1,68	14,79
	хлеб	Пром.	Батон	20	55,8	1,52	1,12	9,92
	фрукт	Пром.	Фрукт сезонный	100	96	1,5	0,5	21
				830				

Школа	Пряжинская СОШ Воз.кат. Старшие школьники 12 лет и старше	Отд./корп	День	29.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	223	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	75	199	10,81	8,09	21,06
105,56	гор. Блюдо	58/1	Каша жидкая молочная рисовая	135	140,5	3,81	4,41	21,19
	фрукт	Пром.	Фрукт сезонный	100	47	0,4	0,4	9,8
	напиток	143	Чай с сахаром	200	58,36	0,2	0,06	15,04
	хлеб	Пром.	Батон	40	111,6	3,04	2,24	19,84
				550				
Обед	1 блюдо	56/1	Суп молочный с макаронными изделиями	250	193,9	6,23	5	32,25
103,35	2 блюдо	121/1	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	100	149,6	8,56	9,32	7,98
	гарнир	62	Каша гречневая рассыпчатая	180	298,62	10,44	7,72	46,69
	напиток	184	Компот	200	40,44	0,08	0	10,62
	хлеб	Пром.	Хлеб	30	63,6	2,28	1,68	14,79
	хлеб	Пром.	Батон	40	111,6	3,04	2,24	19,84
				800				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МБОУ "Пряжинская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Марии Мелентьевой
Владелец Санникова Ольга Николаевна

Обед	1 блюдо	56/1	Суп молочный с макаронными изделиями	250	193,9	6,23	5	32,25
138,89	2 блюдо	121/1	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	100	149,6	8,56	9,32	7,98
	гарнир	62	Каша гречневая рассыпчатая	180	298,62	10,44	7,72	46,69
	напиток	184	Компот	200	40,44	0,08	0	10,62
	хлеб	Пром.	Хлеб	30	63,6	2,28	1,68	14,79
	хлеб	Пром.	Батон	20	55,8	1,52	1,12	9,92
	фрукт	Пром.	Фрукт сезонный	100	96	1,5	0,5	21
				880				