

№10.2 сб.2020 Каша гречневая вязкая	150	4,5	4,5	22,4	145,5	150	4,5	4,5	22,4	145,5
№13.2 Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,4	10	41
Кондитерские изделия (вафельный батончик)	21	10,3	8,9	31,9	130,4	21	10,3	8,9	31,9	130,4
Хлеб ржаной*	40	2,4	0,2	18	84,8	40	2,4	0,2	18	84,8
ИТОГО		27	36,96	88,78	699,3		38,7	61,3	86,3	928,5
						ПОЛДНИК				
						для обучающихся, получающих двухразовое питание				
ф.б. Варэнікі лянiвiе смачныя с м.сл.*5						100/5	10,4	9,1	44	263
№12.6сб.2020 Компот из свежих яблок с вит."С"						200	0,2	0,2	21	88
ИТОГО							10,6	9,3	65	351

ВТОРНИК

№ п-ры Наименование	Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
	ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
ф.б. Салат "Озорник"	50	1,5	6	6,2	77,2	60	1,8	7,2	7,44	92,6
№2.25 сб.2020Суп картофельный с бобовыми	200	4,6	3,6	16,2	116	200	4,6	3,6	16,2	116
№8.16сб.2020 Плов со свининой*6	50/120	13,5	23,3	29,4	381	50/120	13,5	23,3	29,4	381
ф.б.Напиток из припаса (в ассортименте) с вит."С"*7	200	0	-	22,5	90	200	0	0	22,5	90
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	40	2,4	0,2	18	84,8
Фрукты*2	150	0,6	0,6	14,7	67,5	200	0,8	0,8	19,6	90
ИТОГО		21,4	33,6	98	774,1		23,1	35,1	113,14	854,4
	ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
ф.б. Салат "Озорник"	75	2,25	9	4,13	115,8	100	3	12	12,4	154,4
№8.16сб.2020 Плов со свининой*6	50/120	13,5	23,3	29,4	381	60/120	16,2	27,9	35,2	497,2
ф.б.Напиток из припаса (в ассортименте) с вит."С"*7	200	0	0	22,5	90	200	0	0	22,5	90
Хлеб ржаной*	40	2,4	0,2	18	84,8	40	2,4	0,2	18	84,8
№12.1сб.2020 Фрукты*2	150	0,6	0,6	14	67,5	200	0,8	0,8	19,6	90
ИТОГО		18,75	33,1	88,03	739,1		22,4	40,9	107,7	916,4
						ПОЛДНИК				
						для обучающихся, получающих двухразовое питание				