Утверждаю
Директор МКОУ Мулымская СОШ
С.А.Захарова

21.01.2025

7 до 11 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
завтрак						
варенные колбасные изделия отварные соусом/т	90/30	9,15	14,7	10,99	213	43,26
каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,8	37	253	20,12
напиток кофейный с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	9,40
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,12
масло сливочное	10	0,05	8,2	0,008	74,8	10,10
						86,00
обед						
салат из капусты с морковью	80	0,56	8,1	1,6	61,6	18,06
суп картофельный с говядиной с клёцками	200/12,5/30	3,2	2,4	13,6	98,6	29,44
жаркое по - домашнему	50/150	21,3	18,8	13,6	310	55,00
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,12
хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	17	90,5	3,08
сок фруктово-ягодный	200	1	0,2	20,2	92	20,30
						129,00
итого по рациону дня	1588	56	64	169	1461	
стоимость д/дня						215,00

21.01.2025

12 до 17 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
завтрак						
варенные колбасные изделия отварные соусом/т	90/30	9,15	14,7	10,99	213	43,26
каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,8	37	253	20,12
напиток кофейный с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	9,40
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,12
масло сливочное	10	0,05	8,2	0,008	74,8	10,10
						86,00
обед						
салат из капусты с морковью	100	0,56	8,1	1,6	61,6	18,06
суп картофельный с клёцками	200/12,5/30	3,2	2,4	13,6	98,6	29,44
жаркое по - домашнему	50/200	21,3	18,8	13,6	310	55,00
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,12
хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	17	90,5	3,08
сок фруктово-ягодный	200	1	0,2	20,2	92	20,30
						129,00
итого по рациону дня	1598	56	64	169	1461	
стоимость д/дня						215,00