

МОУ "Колесурская СОШ" пятница / 1 неделя
День 20.06.2025 г.

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)	
			6,5-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		6,5-11 лет	12-18 лет
					6,5-11 лет	12-18 лет	6,5-11 лет	12-18 лет	6,5-11 лет	12-18 лет		
5 День	ЗАВТРАК											
	229/2021г	Каша "Дружба"	150	200	3,75	5,00	4,80	6,40	20,18	26,92	138,90	185,28
	75/2021г	Сыр полутвердый (порциями)	15	20	3,48	4,64	4,43	5,90	0,00	0,00	53,75	71,66
	82/2021г	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76
	462/2021г	Какао с молоком	200	200	3,30	3,30	2,90	2,90	13,80	13,80	94,50	94,50
		ИТОГО ЗАВТРАК:	505	560	13,97	16,38	12,85	15,92	63,46	70,20	425,31	489,60
	ОБЕД											
	14/2008г	Салат из свежих овощей	60	100	0,36	0,60	4,26	7,10	1,80	3,00	46,98	78,30
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем	200	250	1,60	2,00	4,16	5,20	10,48	13,10	85,76	107,20
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	180	5,45	6,53	6,75	8,10	33,75	40,50	217,53	261,04
	347/2021г	Котлеты "Школьные"	90	100	13,77	15,30	9,90	11,00	11,97	13,30	192,06	213,40
	141/2008г	Соус томатный	50	50	1,30	1,30	4,80	4,80	4,70	4,70	67,20	67,20
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,20	0,10	0,10	9,30	9,30	38,90	38,90
	574/2021г	Хлеб ржаной	30	30	2,40	2,40	0,45	0,45	12,03	12,03	61,77	61,77
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	50	50	3,80	3,80	0,40	0,40	24,60	24,60	117,20	117,20
		ИТОГО ОБЕД:	830	960	28,88	32,13	30,82	37,15	108,63	120,53	827,40	945,01
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,85	48,51	43,67	53,07	172,09	190,73	1252,71	1434,61

