



13 ноябрь 2023г.

№	Наименование	Масса порции 6-10 лет	М асса порции 11-18 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
				6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18лет
Завтрак с 1-11 класс											
1	Каша молочная с маслом	200/5	250/10	7,3	9,1	8,2	10,25	28,39	35,48	195,05	243,81
2	Яйцо отварное	60	60	6,6	6,6	6	6	0,4	0,4	82	82
3	Какао со сгущен молоком	200	200	3,67	3,67	2,16	2,16	25,09	25,09	138,4	138,4
4	Хлеб с маслом	40/10	50	3,12	3,12	7,57	7,57	14,86	14,86	132,4	132,4
5	Фрукты	100	100	0,9	0,9	0,2	0,2	8,1	8,1	47	47
Обед Подвоз+ОВЗ											
1	Овощи свежие (соленые) огурцы	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,28	3,8	13,2	22
2	Щи из капусты	200	250	4,2	5,25	5,2	6,5	8,3	10,4	111,4	139,25
3	Картофель, запеченный в сметан соусе	150	200	3,45	4,6	5,7	7,6	17,1	22,8	139,5	186
4	Котлеты рубленные из птицы	90	100	16,38	18,2	14,76	16,4	8,4	9,33	195,7	217,44
5	Компот из сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	132,8	132,8
6	Хлеб пшеничный	30	40	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,69	70,32	93,76
7	Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	11,88	15,84	57,68	78,24