

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"

День



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311-2004	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным	200	22,32	198,4	6,4	7,2	27
		690-2004	Кофейный напиток с молоком	200	18,36	90,9	2,3	2,5	14,8
	гор.напиток		Хлеб пшеничный	20	4,1	38,9	1	0,3	8,1
			Хлеб пшеничный	125	11,56	38,7	1,8	1,5	4,5
			Йогурт продукт в индивидуальной упаковке	100	26,33	249,4	3,8	7,8	41
		564-2013	Булочка	130	16,03	86,5	0,6	0,5	19,9
		458-2006	Фрукты	30	9,00	132	1,2	4,8	21,1
			Кондитерское изделия (чоко-пай)						
Обед		17-2013	Овощи по сезону	80	9,33	47,1	0,6	4,1	2

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корм

Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Уведомляю:

Ирина/

День

10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	311-2004	Каша из овсянки "Геркулес"	200	21,71	203	7,5	7,7	26
	гор. напиток	642-1996	Какао на молоке	200	12,71	127,2	3,4	3,2	21,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,10	38,9	1	0,3	8,1
			Фрукты в ассортименте	150	33,99	37,9	0,2	0,3	8,6
		458-2006	ассортименте						
			Йогурт молочный	125	11,56	38,7	1,8	1,5	4,5
		001-2004	бургерброд с маслом с сыром	5/20/15	23,63	126	6,1	7,8	7,9
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	11,30	58,7	0,7	5,1	2,50
	1 блюдо	132-2004	Рассольник с мясом	10/250/5	26,43	143,5	7,2	5,9	15,4
	2 блюдо	494-2004	Бедро кур. запеченная с соусом	100	37,78	203,5	16,2	15,1	0,7
			Пюре	180	15,35	175,5	3,9	5,9	26,7
	гарнир	520-2004	картофельное						
			Компот из сухофруктов	200	6,47	98,4	0,7	0	23,9
	сладкое	639-2004	сладкое	40	8,20	77,8	2	0,6	16,2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный						
			Фрукты	150	32,87	37,9	0,2	0,3	8,6
			458-2006						

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Одн./корп

023

Директор
Улилина/



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	363-2013	Мясο тушенное	200	43,51	308,1	12,5	20,май	18,4
	гарнир	508-2004	Каша гречневая вязкая	180	15,09	285,9	3,7	7,9	50
	гор.напиток	642-1996	Какао на молоке	200	12,20	127,2	3,4	3,2	21,2
	Хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,10	38,9	1	0,3	8,1
		458-2006	Фрукты	130	18,8	86,5	0,6	0,5	19,9
			Кондитерская изделия ассорти (вафли)	60	14,00	157,7	1,8	2,5	32
Завтрак 2									
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	9,33	58,7	0,7	5,1	2,5
			Суп лапша домашняя с курицей	250	14,09	97,7	2,4	5,3	10,1
	1 блюдо	148-2004	Биточки	100/5	28,60	248,5	11,4	4,3	35
	2 блюдо	498-2004	кур.запеченные	180	10,82	196,6	4,4	5,17	40,42
	гарнир	512-2004	Рис отварной	180	10,15	90,9	2,3	2,5	14,8
			Кофейный напиток с молоком	200	8,20	77,8	0,2	0,6	16,1
	сладкое	690-2004	Хлеб пшеничный	40	34,71	37,9	0,2	0,3	8,6
	хлеб бел.		Фрукты	150	22,50	185	5,5	4,8	30
			Кондит.изделие в ассорти(конфе ты)	50					

Директор
 МАОУ "Лайтамакская СОШ"
 Сидорова Г.И.
 г. Лайтамакская
 09.10.2023



Школа МАОУ "Лайтамакская СОШ" Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	512-2004	Рис припущенный	180	10,7	196,6	4,4	4,3	35
	гор.блюдо	410-2013	Фрикадельки из кур	100	50,66	162,9	10,8	10,9	5,4
	гор.Напиток	642-1996	Какао на молоке	200	12,71	127,2	3,4	3,2	21,2
		458-2006	Фрукты	130	21,73	86,5	0,6	0,5	19,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,10	38,9	0,1	0,3	8,1
			Кондитер.изделие в ассортименте (пряник)	30	7,80	173	8,7	15,7	8
Завтрак 2									
Обед	закуска	22-2013	Овощи по сезону	100	9,33	63,9	0,1	5,1	3,5
	1 блюдо	147-2013	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	18,77	158,1	7,3	6,1	18,5
	2 блюдо	454-2004	Котлеты по-хлыновски	100	43,18	237,7	14,1	14,5	12,5
	гарнир	113-2004	Каша гречневая вязкая	180	12,36	173,4	0,2	5,4	29,2
	сладкое	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,47	98,4	0,7	0	23,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,20	77,8	0,2	0,6	16,1
		458-2006	Фрукты	150	40,09	37,9	0,2	0,3	8,6

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

Директор МАОУ "Лайтамакская СОШ"
Уверова даю:
Уверова С.Н. / Уверова Ууллина/



10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	370-2013	Плов из мяса	250	67,6	399,5	15,4	15,9	48,7
	гор.напиток	686-2004	Чай "Цитрусовый заряд"	200/20/10	8,62	62,8	0,2	0	15,5
	хлеб	458-2006	Хлеб пшеничный	20	4,10	38,9	0,1	0,3	8,1
		17-2013	Фрукты	150	17,4	37,9	0,2	0,3	8,6
Обед			Овощи по сезону	100	9,98	61,45	0,2	1,42	0,82
	закуска	22-2013	Овощи по сезону	100	9,33	63,9	0,1	5,1	3,5
	1 блюдо	154-1996	Суп -харчо с мясом	250/10	23,39	167,1	7,4	5,5	22
	2 блюдо	436-2004	Жаркое по Домашнему	250	60,36	352,9	15,7	17,9	32,3
	сладкое	690-2004	Кофейный напиток с молоком	200	9,70	90,9	2,3	2,5	14,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,20	77,8	0,2	0,6	16,1
			Фрукты	150	27,42	37,9	0,2	0,3	8,6

Школа

МАОУ "Лайтамакская СОШ"

Отд./корп

Директор МАОУ




Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Застраж	гор.блюдо	451-2004	Биточки из говядины	100	38,19	236,2	10,1	14,2	17
	гор.напиток	639-2004	Компот из сухофруктов	200	6,47	98,4	0,7	0	23,9
	гарнир	516-2004	Макароны отварные	180	4,46	210,2	3,8	3,4	41,1
		22-2013	Овощи по сезону	100	11,30	63,9	1	5,1	3,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	4,10	38,9	1	0,3	8,1
			Йогурт продукт в индивидуальной упаковке	125	11,55	38,7	1,8	1,5	4,5
		458-2006	Фрукты	150	31,63	37,9	0,2	0,3	8,6
Обед	закуска	17-2013	Овощи по сезону	100	9,98	58,7	0,7	5,1	2,5
	1 блюдо	132-2004	Рассолыник с мясом	10/250/5	24,52	113,2	4,1	5,2	12,5
	2 блюдо	388-2004	Рыба запеченная	100	35,27	158,3	9,3	8,3	41,1
	гарнир	208-2004	Картофель толченый по деревенски	180	8,52	220,9	4,9	7,7	33
	сладкое	686-2004	Чай с лимоном	200/20/10	4,39	62,8	0,2	0	15,5
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	8,20	77,8	2	0,6	16,1
			Фрукты	150	47,52	37,9	0,2	0,3	8,6