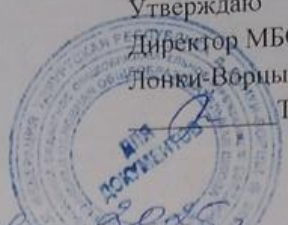


Утверждаю
 Директор МБОУ
 Лонки-Ворцынская ООШ
 Т.О. Васильева



Неделя: первая

Сезон: осень

День 1: понедельник

24 февраля

№ рец.	Наименование блюд	Масса (г)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	

ЗАВТРАК		ОВЗ	69,60 руб(12 лет+)		59,60 руб (7-11 лет)			
2	Каша манная молочная жидкая	200	13-38	13-38	6,22	6,58	31,24	209,2
13	Какао с молоком	200	7-90	7-90	3,3	2,9	13,8	94
	Хлеб пшеничный	30	1-95	1-95	2,31	0,9	15,03	77,7
	Йогурт	150	22-40	22-40	4,4	3,75	16,94	118,5
	Яблоко	100	23-97	13-97	0,26	0,17	11,41	52
Итого за завтрак:		680/530	69,60	59,60	16,44/12,09	14,3/10,55	87,98/71,48	59,90/432,9

ОБЕД		ОВЗ	97,40 руб(12 лет+)		83,40 (7-11 лет)			
36	Салат из свеклы с чесноком	100	3-67	3-67	1,4	6,1	7,5	90,0
38	Уха со взбитым яйцом	250	14-88	14-88	13,5	3,6	12,5	132,0
56	Гуляш из отварного мяса	100	44-58	44-58	12,85	10,37	3,25	157,5
58	Каша гречневая рассыпчатая	180	11-34	11-34	6,75	6,91	11,79	208,26
21	Чай с лимоном	200	2-62	2-62	0,3	0,1	9,5	40,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-95	1-95	1,98	0,33	12,3	61,8
	Хлеб пшеничный	60	1-95	1-95	4,62	1,8	30,06	155,4
	Яблоко	100	16-40	2-40	-	-	-	-
Итого за обед:		1020	97,40	83,40	41,66	29,38	98,31	896,96

ОБЕД 1-4 КЛАССЫ И МНОГОДЕТНЫЕ		81,00 руб						
36	Салат из свеклы с чесноком	100	3-67		1,4	6,1	7,5	90,0
38	Уха со взбитым яйцом	250	14-88		13,5	3,6	12,5	132,0
56	Гуляш из отварного мяса	100	44-58		12,85	10,37	3,25	157,5
58	Каша гречневая рассыпчатая	180	11-34		6,75	6,91	11,79	208,26
21	Чай с лимоном	200	2-62		0,3	0,1	9,5	40,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-95		1,98	0,33	12,3	61,8
	Хлеб пшеничный	60	1-95		4,62	1,8	30,06	155,4
Итого за обед:		920	81,00		41,4	29,21	86,9	844,96

ОБЕД 5-9 КЛАССЫ								
36	Салат из свеклы с чесноком	100	3-67		1,4	6,1	7,5	90,0
56	Гуляш из отварного мяса	100	44-58		12,85	10,37	3,25	157,5
58	Каша гречневая рассыпчатая	180	11-34		6,75	6,91	11,79	208,26
21	Чай с лимоном	200	2-62		0,3	0,1	9,5	40,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-95		1,98	0,33	12,3	61,8
	Хлеб пшеничный	60	1-95		4,62	1,8	30,06	155,4
Итого за обед:		670	66-12		27,9	25,61	74,4	712,96

ПОЛДНИК (группа продленного дня)								
64	Ватрушка с повидлом	75	7-40		4,37	1,75	43,5	207,5
15	Чай с молоком	180	1-42		1,44	1,17	10,35	57,6
Итого за полдник:		255	8-82		5,81	2,92	53,85	265,1