Школа	МКОУ "Етеревская ККШИ"	Отд./корп		7-11/12 и ст.	День	10.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	150/200		165.5/220.3	4.1/5.4	4.9/6.6	26/34.7
	гор.напиток	692	Кофейный напиток на молоке	200		123.5	2.3	1.3	25.9
	хлеб	ТТК № 6	Хлеб пшеничный	30/40		68.9//91.9	2.2/3	0.2/0.2	14.6/19.5
		15	Сыр порциями	10		35.3	2.2	2.9	0
		338	Фрукты свежие (яблоко)	150		68.4	0.6	0.6	14.3
	ИТОГО:								
Завтрак 2	фрукты								
		349	Копот из сухофруктов	200		77	0	0	19
		ТТК № 10	Вафли	40		197	1	1	45
	ИТОГО:								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Напиток								
	Фрукт								

Согласовано
ИП Дьякова Е. В.
/Е. В. Дьякова/

Утверждаю
И. О. Директора МКОУ "Етеревская ККШИ"
/Н. Н. Девкина/

Школа	МКОУ "Етеревская ККШИ"	Отд./корп		7-11/12 и ст.	День	11.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	341К	Каша гречневая рассыпчатая	150/180		178.2/213.9	6.1/7.4	4.8/5.7	27.8/33.4
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200		77.4	0	0	19.4
	хлеб	ТТК № 6	Хлеб пшеничный	30/40		68.9/91.9	2.2/3.0	0.2	14.6/19.5
		363К	Соус томатный	30		13.2	0.2	0.7	1.5
		307К	Тефтели с рисом	90/100		192.6/217.8	11.1/12.5	10.6/12.5	12.7/14.1
	ИТОГО:								
Завтрак 2	фрукты								
		ТТК № 9	Печенье	40		162	3	4	29
		685	Чай с сахаром каркаде	200		61	0	0	15
	ИТОГО:								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Напиток								
	Фрукт								

Согласовано
ИП Дьякова Е. В.
_____/Е. В. Дьякова/

Утверждаю
Директор МКОУ "Етеревская ККШИ"
_____/А. В. Арнаутов/

Школа	МКОУ "Етеревская ККШИ"	Отд./корп		7-11/12 и ст.	День	12.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	289	Рагу из птицы	150/200		225.3/299.7	11.3/15.(	13.5/17.8	14.5/19.5
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200/15/7		68.9	0.2	0	15
	хлеб	ТТК № 6	Хлеб пшеничный	30/50		68.9/114.8	2.2/3.77	0.2/0.3	15.0/24.3
		ТТК № 1.	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свеж	100		42.8	1.6	0.1	8.9
	ИТОГО:								
Завтрак 2	фрукты								
		ТТК № 9	печенье	40		146	2	2	30
		376	Чай с сахаром	13		59	0	0	15
	ИТОГО:								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Напиток								
	Фрукт								

Согласовано
ИП Дьякова Е. В.
_____/Е. В. Дьякова/

Утверждаю
Директор МКОУ "Етеревская ККШИ"
_____/А. В. Арнаутов/

Школа	МКОУ "Етеревская ККШИ"	Отд./корп		7-11/12 и ст.	День	13.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша молочная манная жидкая с маслом	200/250		213.1/266.7	5.5/7.1	6.3/7.9	33.6/41.9
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		59.3	0.1	0.0	14.8
	хлеб		Хлеб пшеничный	30/40		68.9/91.9	2.2/3.0	0.2	14.6/19.5
			Блинчики п/ф со сгущенкой и молоком	40/15/80/20		101.3/59.3	3.5/5.43	3.0/3.09	21.55/33.73
	ИТОГО:								
Завтрак 2	фрукты								
		ТТК № 9	печенье	40		162	3	4	29
		377	Чай с лимоном	200/15/7		62	0	0	15
	ИТОГО:								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Напиток								
	Фрукт								

Согласовано
ИП Дьякова Е. В.
/Е. В. Дьякова/

Утверждаю
Директор МКОУ "Етеревская ККШИ"
/А. В. Арнаутов/

Школа	МКОУ "Етеревская ККШИ"	Отд./корп		7-11/12 и ст.	День	14.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	203	Макаронные изделия отварные с маслом	150/180		206.4/247.6	5.5/6.6	5.7/6.9	33.3/39.9
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200		77	0	0	19
	хлеб	ТТК № 6	Хлеб пшеничный	30/50		68.9/114.8	2.2/3.7	0.2/0.3	14.6/24.3
		363К	Соус томатный	30		13.2	0.2	0.7	1.5
		294	Котлета рубленая из птицы	90/100		216.9/312.1	11.7/16.2	13.7/20.7	12/15.1
		ТТК № 1.	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свеж	100		43	2	0	9
	ИТОГО:								
Завтрак 2	фрукты								
		ТТК № 9	Печенье	40		162	3	4	29
		685	Чай с сахаром каркаде	200		61	0	0	15
	ИТОГО:								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Напиток								
	Фрукт								

Согласовано
ИП Дьякова Е. В.
_____/Е. В. Дьякова/

Утверждаю
Директор МКОУ "Етеревская ККШИ"
_____/А. В. Арнаутов/