

Школа МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район Отд./корп корп День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	199	плов из курицы	180	43,23	275	19	19	28	4
		114	Чай с сахаром	200	11,46	43			10	3
		231	банан	100	16,16	96	2	1	21	10
			хлеб пшеничный	10	0,67	26	1		3	
		0,15	пряник промышленного производства	40	6,86	187	1	25	12	

Школа МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район Отд./корп корп День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	175	гуляш из говядины	90	43,23	190	14	14	2	2
		114	каша гречневая рассы	150	11,46	240	9	6	39	
		236	компот из плодов свежих (яблоки)	200	5,00	114			28	4
			хлеб ржаной	30	0,67	80	2		14	
			хлеб пшеничный	10	1,82	26	1		3	
		54	Овощи нат.свежие	40	6,86	5		2	1	2

Школа МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район Отд./корп корп День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	116	каша молочная ячневая	200	43,23	240	8	10	40	26
		266	какао с молоком	200	11,46	123	4	5	18	2
		231	яблоки	100	5,00	47			10	10
			хлеб ржаной	10	0,67	26	1		3	
		1	бутерброд с маслом	35	1,82	115	2	4	15	

			печенье		6,86					
Школа	МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район			Отд./корп	корп			День	4	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	198	курица тушенная в соусе	90	43,23	168	14	17	7	
		91	пюре картофельное	150	11,46	173	3	4	22	25
		271	сок фруктовый	200	5,00	104	1		20	8
			хлеб пшеничный	30	0,67	80	2		14	
			хлеб ржаной	10	1,82	26	1		3	
		38	салат из свеклы	60	6,86	56	3	4	6	5
Школа	МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район			Отд./корп	корп			День	5	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	87	суп молочный с крупой	250	43,23	182	7	7	7	5
		266	какао с молоком	200	11,46	123	4	5	18	2
		143	яйца вареные	40	5,00	63	5	5		
		231	яблоки	100	0,67	47			10	10
			Хлеб ржаной	10	1,82	26	1		3	
		3	бутерброд с сыром	50	6,86	157	5	7	15	
Школа	МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район			Отд./корп	корп			День	6	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	117	каша молочная манная	200	43,23	195	6	8	26	2

Школа

МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район

Отд./корп

корп

День

9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	199	плов из курицы	180	43,23	275	19	19	28	4
		241	Компот из смеси сухофруктов	200	11,46	130	1		31	1
		231	яблоки	100	5,00	47			10	10
			Хлеб пшеничный	30	0,67	80	2		14	
			Хлеб ржаной	10	1,82	26	1		3	
		54	овоши нат. свежие	60	6,86	7		4	2	3
		0,06	Йогурт фруктовый	95		63	5	3	4	1

Школа

МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район

Отд./корп

корп

День

10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная овсяная	150	43,23	172	5	6	24	16
		114	Чай с сахаром	200	11,46	43			10	3
		236	Сырники	100	5,00	247	16	13	18	
			Яблоки	100	0,67	47			10	10
			Хлеб пшеничный	30	1,82	80	2		14	
		54	Хлеб ржаной	10	6,86	26	1		3	

Школа

МКОУ "Хюрехюрская СОШ" Курахский район

Отд./корп

корп

День

11

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	витамин С
Завтрак	гор.блюдо	137	Макаронные изделия отварные с маслом	150	43,23	213	5	9	30	
		168	Сосиска отварная	90	11,46	202	9	15	1	
		241	Компот из смеси сухофруктов	200	5,00	130	1		31	1
			Хлеб пшеничный	30	0,67	80	2		14	
			Хлеб ржаной	10	1,82	26	1		3	

|