Утверждено

Директор _____ Мухамедзянова Б.А.

МКОУ «Староиванцовская ОШ»

| Дата | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества /г/ | | | | энергетическая ценность | Витамины (мг) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 27.12.2022 г | | | | Б | Ж | У | ккал | с |
| | Завтрак 12-18 лет | | | 12 - 18 лет | 12 - 18 лет | 12 - 18 лет | 12 - 18 лет | 12 - 18 лет |
| | Капуста квашенная | 100,00 | | 1,626 | 1,60 | 10,26 | 104,00 | 0,00 |
| | Голубцы ленивые | 100\20 | | 10,18 | 11,33 | 7,07 | 147,85 | 1,5 |
| | Гречка отварная | 180 | | 6,87 | 7,28 | 38 | 246,6 | 0,00 |
| | чай | 200 | | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0,3 |
| | хлеб пшеничный | 40,00 | | 3,08 | 0,96 | 21,36 | 106,40 | 0 |
| | ИТОГО | 640 | | | 21,886 | | 21,19 | 92,26 |
| | Норма завтрака по СанПин 20% - 25%+5% | 550 | | 18-22,5 | 18-23 | 76,6-95,75 | 544-680 | |
| | | | | Б | Ж | У | ккал | с |
| | Завтрак 7-11 лет | | | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет |
| | Капуста квашенная | 60,00 | | 0,976 | 0,96 | 6,16 | 62,47 | 0 |
| | Голубцы ленивые | 100\20 | | 10,18 | 11,33 | 7,07 | 147,85 | 1,5 |
| | Гречка отварная | 150 | | 5,73 | 6,07 | 31,98 | 205,5 | 0 |
| | чай с сахаром | 200 | | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 0,3 |
| | хлеб пшеничный | 30 | | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,8 | 0 |
| | ИТОГО | 560 | | 19,326 | 19,1 | 76,43 | 557,55 | 1,8 |
| | Норма завтрака по СанПин 20%-25% +5% | 500 | | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | 470-587,5 | |

Завхоз школы Штер Н.А.

Повар Сармекова М.Е.