

Школа	МКОУ ООШ с.Ральники	Классы	1 - 4	День	10.09.24
-------	---------------------	--------	-------	------	----------

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат из св. помидор	50	3-00	30,5	0,4	4,4	1,8
			каше рисовая	100	16-00	133,0	9,2	13,6	5,7
			курица отварная	40	22-00	116,0	4,6	4,5	4,8
Горячий напиток	Хлеб		чай с сахаром	200	4-00	35,0	0,2	0,0	9,1
			хлеб	25	4-00	41,0	2,0	0,0	15,0
	итого		батон	50	8-00	138,0	4,0	2,0	26,0
					57-00	523,5			

Школа	МКОУ ООШ с.Ральники	Классы	5-9	День	10.09.24
-------	---------------------	--------	-----	------	----------

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат из св. помидор	100		61,0	9,8	4,7	3,6
			каше рисовая	200		334,0	6,0	6,5	61,3
			курица отварная	50		78,0	4,6	4,5	4,8
Горячий напиток	Хлеб		чай с сахаром	200		35,0	0,2	0,0	9,1
			хлеб	25		41,0	4,0	0,0	30,0
Полдник			чай с сахаром	200		683,3	0,2	0,0	9,1
			батон	50		120,0	4,0	2,0	24,0



Директор школы: Горлов О.Г.
Заведующая столовой: Полякова М.В.

