

Школа	МКОУ ООШ с. Ральники	Классы	1-4	День	03.09.24
-------	----------------------	--------	-----	------	----------

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат из св. моркови	60	5-00	82,0	0,8	3,6	11,6
			кисель отвара нае	40	20-00	116,0	4,6	4,5	4,8
			каше гречневая	100	20-00	169,0	10,4	6,8	45,4
	Горячий напиток		чай с сахаром	200	4-00	35,0	0,2	0,0	9,1
			Хлеб	25	4-00	21,0	2,0	0,0	15,0
			баток	25	8-00	69,0	2,0	1,0	13,0
	Итого				63-00	531,0			

Школа	МКОУ ООШ с. Ральники	Классы	5-9	День	03.09.24.
-------	----------------------	--------	-----	------	-----------

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат из св. моркови	100		109,0	1,1	4,5	14,5
			кисель отвара нае	50		58,0	4,6	4,5	4,8
			каше гречневая	250		401,0	14,4	9,4	63,0
	Горячий напиток		чай с сахаром	200		35,0	0,1	0,0	9,1
			Хлеб	25		21,0	4,0	0,0	39,0
Полдник			чай с сахаром	200		685,0			
			баток			35,0	0,2	0,0	9,1
						69,0	2,0	1,0	13,0



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

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

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо								
	Горячий напиток								
	Хлеб								
	итого								

Школа	МКОУ ООШ с. Ральники	Классы	5-9	День	03.09.24
-------	----------------------	--------	-----	------	----------

*Зачет Аммиака*

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		<i>салат из св. шортоки</i>	<i>100</i>	<i>5-00</i>	<i>100,0</i>	<i>1,1</i>	<i>4,5</i>	<i>74,5</i>
			<i>курица отварная</i>	<i>50</i>	<i>25-00</i>	<i>28,0</i>	<i>4,6</i>	<i>4,5</i>	<i>4,8</i>
			<i>каша гречневая</i>	<i>250</i>	<i>35-00</i>	<i>401,0</i>	<i>14,4</i>	<i>9,4</i>	<i>63,0</i>
	Горячий напиток		<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>3-50</i>	<i>35,0</i>	<i>0,1</i>	<i>0,0</i>	<i>9,1</i>
			<i>хлеб</i>	<i>25</i>	<i>4-00</i>	<i>21,0</i>	<i>4,0</i>	<i>0,0</i>	<i>39,0</i>
Полдник						<i>685,0</i>			
			<i>чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>3-50</i>	<i>35,0</i>	<i>0,2</i>	<i>0,0</i>	<i>9,1</i>
			<i>батон</i>		<i>8-00</i>	<i>69,0</i>	<i>2,0</i>	<i>1,0</i>	<i>13,0</i>
						<i>104,0</i>			



*сож*  
*анель син*  
24 09 2024  
144 / 152  
Директор школы: *Светлана Горлов О.Г.*  
Заведующая столовой: *Полякова М.В.*