Утверждено
Директор МБОУ Критовской СОШ
Куртова О.Я.

Школа: МБОУ Критовская СОШ | Отд./корп: | День: № 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	50	Плов с мясом говядины	200	43,00	348	15	15	39
	сладкое	89	Конфета	30	7,00	114	1	8	11
	гор.напиток	65	Чай с сахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	18	Суп картофельный с бобовыми и мясом	250	28,00	135	5	5	16
	2 блюдо	50	Жаркое по-домашнему (с курицей)	200	38,00	318	20	19	17
	гарнир								
	напиток	65	Чай с сахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб бел.	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	хлеб черн.								
	сладкое	88	Печенье	60	14,00	99	2	5	13
Полдник	булочное								
	напиток								

Утверждено
Директор МБОУ Критовской СОШ
Куртова О.Я.

Школа: МБОУ Критовская СОШ | Отд./корп: | День: № 11

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	36	Каша пшеная молочная	200	17,50	275	8	10	38
	закуска	5	Бутерброд с маслом	100	13,00	112	5	2	16
	гор.напиток	65	Чай с сахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	фрукты	75	Плоды свежие (яблоко)	100	20,00	44	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	23	Суп картофельный с крупой (гречка) и мясом	250	28,00	112	2	3	15
	2 блюдо	83	Плов с мясом говядины	200	43,00	315	27	8	33
	гарнир								
	напиток	64	Чай с сахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб бел.	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	хлеб черн.								
	сладкое	88	Печенье	50	8,00	99	2	5	13
Полдник	булочное								
	напиток								

Утверждено
Директор МБОУ Критовской СОШ
Куртова О.Я.

Школа МБОУ Критовская | Отд./корп | День № 12

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	81	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом курицы	250	28,00	105	3	3	17
	сладкое	89	Конфета	40	14,00	152	1	11	14
	гор.напиток	60	Кофейный напиток на молоке	200	12,00	86	4	3	11
	хлеб	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	18	Суп картофельный с бобовыми и мясом	250	28,00	135	5	5	16
	2 блюдо	54	Плов с куриным мясом	200	32,00	315	27	8	33
	гарнир								
	напиток	65	Чай с сахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб бел.	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	хлеб черн.								
	фрукты	75	Плоды свежие (яблоко)	100	20,00	44	0	0	10
Полдник	булочное								
	напиток								

Утверждено.
Директор МБОУ Критовской СОШ
Куртова О.Я.

Школа: МБОУ Критовская СОШ | Отд./корп: | День: № 13

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15	Жаркое по-домашнему с мясом	250	35,00	398	25	23	22
	сладкое	49	Вафли	60	15,50	140	1	1	32
	гор.напиток	29	Чай с ахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	24	Рассольник с мясом, сметаной (перловка)	250	27,00	103	3	3	17
	2 блюдо	93	Котлета рыбная	90	20,00	164	18	7	9
	гарнир	55	Рис отварной	200	9,00	271	5	6	49
	напиток	68	Сок фруктовый	200	12,00	92	1	0	20
	хлеб бел.	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	хлеб черн.								
	фрукты	75	Плоды свежие (апельсин)	100	15,00	39	1	0	8
Полдник	булочное								
	напиток								

Утверждено
Директор МБОУ Критовской СОШ
Куртова О.Я.

Школа: МБОУ Критовская СОШ | Отд./корп: | День: № 14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	35	Каша кукурузная на молоке	200	27,00	208	6	6	33
	закуска	3	Бутерброд с маслом и сыром	110	23,50	167	9	7	16
	гор.напиток	65	Чай с сахаром	200	3,00	1	0	0	0
	хлеб	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	23	Суп картофельный с крупой (пшено), мясом	250	28,00	92	2	3	14
	2 блюдо	85	Птица тушеная	90	27,00	114	13	5	6
	гарнир	29	Макаронные изделия отварные	200	5,00	225	7	6	35
	напиток	64	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	3,00	122	2	0	29
	хлеб бел.	74	Хлеб пшеничный	100	5,00	214	6	2	42
	хлеб черн.								
	фрукты	75	Плоды свежие (яблоко)	100	20,00	44	0	0	10
Полдник	булочное								
	напиток								