



8.11.2021

Приложение к плану бесплатного питания учащихся 1 - 4 классов, обучающихся в первую смену МБОУ СОШ г. Владикавказа на 2021 год.

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7 - 11 лет

№ п/п	Номер рецептуры №	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
				Цена	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 1	Завтрак							
	Акт/171М	Куриное филе с соусом «Карри» и рисом отварным	90/40/150		15,34	9,51	25,11	247,39
	482К	Напиток из шиповника	180/12		0,68	0,26	17,76	76,10
		Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16
	338М	Яблоко	100		0,40	0,40	9,80	44,40
		Итого:		72	19,26	10,57	69,19	448,93
	Обед							
	Акт № 105	Салат морковный	60		0,74	3,45	7,07	62,29
	88М	Щи со свежей капустой и картофелем, сметаной	200/5		1,59	4,05	13,62	97,29
	Акт /128М	Фрикадельки рыбные в томатном соусе с пореями и картофелем	90/40/150		13,87	16,70	39,23	362,70
	349М	Компот из сухофруктов	180		0,62	0,09	3,21	16,13
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16
		Итого:		72,00	21,18	24,85	89,49	666,33