

средняя общеобразовательная школа №8 г.Холмска  
 муниципального образования  
 «Холмский городской округ» Сахалинской области  
 Сахалинская область г.Холмск, ул.Адмирала-Макарова 7  
 тел.,факс, (42433)7-01-30

Директор  Э.С. Рекина

Утверждаю

рационального питания детей (завтраки) 14.12.2023

Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории: 1-4кл.	каша кукурузная	160/1	22,00	168
	сыр	30/1	21,90	122
	хлеб пшеничный	80/1	5,90	38
	чай с молоком	200/1	3,90	19
	кондитерское изделие	60/1	33,00	125
Итого:		530	86,70	472
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории: 1-4кл.	каша кукурузная	160/1	22,00	168
	сыр	30/1	21,90	122
	хлеб пшеничный	80/1	5,90	38
	чай с молоком	200/1	3,90	19
	кондитерское изделие	60/1	33,00	125
Итого:		530	86,70	472
Завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории: 5-11кл. дети овз	каша кукурузная	190/1	29,00	174
	сыр	30/1	21,90	122
	хлеб пшеничный	80/1	5,90	38
	чай с молоком	200/1	3,90	19
	кондитерское изделие	60/1	33,00	125
Итого:		560	93,70	478
завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории : 5-11кл. Льготное льготное	котлета куриная	100/1	47,00	234
	макароны отварные	180/1	17,00	180
	огурец свежий	80/1	14,40	86,4
	кисель фруктовый	200/1	15,60	90
	хлеб пшеничный	60/1	3,70	140
	хлеб ржаной	50/1	4,40	115
	Итого:		670	102,10
завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории : 1-4кл. овз	бульон с яйцом	200/1	23,4	127
	котлета куриная	100/1	47,00	234
	макароны отварные	150/1	17,00	179,58
	огурец свежий	80/1	14,40	86,4
	кисель фруктовый	200/1	15,60	90
	хлеб пшеничный	60/1	3,70	140,28
	хлеб ржаной	50/1	4,40	114,66
Итого:		840	125,5	971,92
завтрак	Наименование блюд	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Категории : 5-11кл. овз	бульон с яйцом	250/1	25,7	132
	котлета куриная	100/1	47,00	234
	макароны отварные	180/1	23,00	179,58
	огурец свежий	80/1	14,40	86,4
	кисель фруктовый	200/1	15,60	90
	хлеб пшеничный	60/1	3,70	140,28
	хлеб ржаной	50/1	4,40	114,66
Итого:		920	133,8	976,92