



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

Е.С.Рекина

Утверждаю

рационального питания детей (завтраки) 18.01.2024

| Завтрак | Наименование блюд | Выход | Цена | Энергетическая ценность |
|--|----------------------|--------|--------|-------------------------|
| Категории: 1-4кл. | каша кукурузная | 150/10 | 22,00 | 168,75 |
| | яйцо вареное | 50\1 | 16,00 | 122,6 |
| | хлеб пшеничный | 40/1 | 5,90 | 68,97 |
| | чай с сахаром | 200/1 | 3,90 | 38 |
| | кондитерское изделие | 50/1 | 33,00 | 125 |
| Итого: | | 500 | 80,80 | 523,32 |
| Завтрак | Наименование блюд | Выход | Цена | Энергетическая ценность |
| Категории: 1-4кл. | каша кукурузная | 160/1 | 22,00 | 168,75 |
| | яйцо вареное | 50/1 | 16,00 | 122,6 |
| | хлеб пшеничный | 40/1 | 5,90 | 68,97 |
| | чай с сахаром | 200/1 | 3,90 | 38 |
| | кондитерское изделие | 50/1 | 33,00 | 125 |
| Итого: | | 500 | 80,80 | 523,32 |
| Завтрак | Наименование блюд | Выход | Цена | Энергетическая ценность |
| Категории: 5-11кл. дети овз | каша кукурузная | 200/10 | 29,00 | 225 |
| | яйцо ввареное | 50/1 | 16,00 | 122,6 |
| | хлеб пшеничный | 60/1 | 5,90 | 48 |
| | чай с сахаром | 200/1 | 3,90 | 38 |
| | кондитерское изделие | 50/1 | 33,00 | 125 |
| Итого: | | 570 | 93,70 | 558,6 |
| 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 | 215,5 |
| | огурец к.с. | 80/1 | 17,60 | 9,6 |
| | сок фруктовый | 200/1 | 15,60 | 90 |
| | хлеб пшеничный | 60/1 | 3,70 | 69 |
| | хлеб ржаной | 50/1 | 4,40 | 48 |
| Итого: | | 670 | 102,10 | 666,1 |
| завтрак | Наименование блюд | Выход | Цена | Энергетическая ценность |
| Категории : 1-4кл. овз | суп с мак. изд. | 200/1 | 23,4 | 135 |
| | котлета куриная | 100/1 | 47,00 | 234 |
| | макароны отварные | 150/1 | 17,00 | 179,58 |
| | огурец к.с. | 80/1 | 17,60 | 9,6 |
| | сок фруктовый | 200/1 | 15,60 | 90 |
| | хлеб пшеничный | 60/1 | 3,70 | 69 |
| | хлеб ржаной | 50/1 | 4,40 | 48 |
| Итого: | | 840 | 125,5 | 765,18 |
| завтрак | Наименование блюд | Выход | Цена | Энергетическая ценность |
| Категории : 5-11кл. овз | суп с мак. изд. | 250/1 | 25,7 | 170 |
| | котлета куриная | 100/1 | 47,00 | 234 |
| | макароны отварные | 180/1 | 23,00 | 215,5 |
| | огурец к.с. | 80/1 | 17,60 | 9,6 |
| | сок фруктовый | 200/1 | 15,60 | 90 |
| | хлеб пшеничнь й | 60/1 | 3,70 | 69 |
| хлеб ржаной | 50/1 | 4,40 | 48 | |
| Итого: | | 920 | 133,8 | 836,1 |