

| Школа          |             | МОУ ООШ с.Сумы Кольчигейского района |                                      |          |       | Отд./корп    |       | День 10.10.2023 |          |  |  |
|----------------|-------------|--------------------------------------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-----------------|----------|--|--|
| Прием пищи     | Раздел      | № рец.                               | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры            | Углеводы |  |  |
| Завтрак        | ГОР.БЛЮДО   | 93                                   | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150      | 15,76 | 234,2        | 3,36  | 4,05            | 20,5     |  |  |
|                | Хлеб        | ПР                                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                   | 43       | 10,46 | 225          | 5,8   | 0,9             | 15,4     |  |  |
|                | гор.напиток | 376                                  | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200      | 1,55  | 28,3         | 0,2   | 0,0             | 14,9     |  |  |
|                |             |                                      |                                      |          |       |              |       |                 |          |  |  |
| Завтрак 2      |             |                                      | ИТОГО:                               |          | 27,77 |              |       |                 |          |  |  |
|                | фрукты      |                                      | ГРУША                                | 295      |       |              |       |                 |          |  |  |
|                |             |                                      | ЙОГУРТ                               | 420      |       |              |       |                 |          |  |  |
|                |             |                                      | ЯБЛОКО                               | 261      |       |              |       |                 |          |  |  |
| Обед           | напиток     |                                      |                                      |          |       |              |       |                 |          |  |  |
|                | закуска     | 45                                   | САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ                | 100      |       | 79,1         | 1,13  | 6,14            | 4,30     |  |  |
|                | 1 блюдо     | 82                                   | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б          | 250      | 11,85 | 84,7         | 1,60  | 4,90            | 12,60    |  |  |
|                | 2 блюдо     | 694                                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ                       | 150      | 9,75  | 75           | 12,50 | 12,90           | 4,01     |  |  |
|                | гарнир      | 246                                  | ГУЛЯШ                                | 80       | 8,87  | 182,2        | 12,50 | 12,90           | 4,01     |  |  |
|                | напиток     | 342                                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                | 200      | 1,50  | 128          | 0,6   | 0               | 30,7     |  |  |
|                | Хлеб        | ПР                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 50       | 3,50  | 118          | 4,60  | 0,90            | 24,00    |  |  |
|                |             |                                      | ИТОГО:                               |          | 35,47 |              |       |                 |          |  |  |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: |             |                                      |                                      |          | 63,24 |              |       |                 |          |  |  |

ДИРЕКТОР



Н.Г.РЕЗНИЧЕНКО