

| Школа          |             | МОУ ООШ с.Сумы Колышлейского района |                                           |        | Отд./корп | День   |              |        |       | 18.10.2023 |       |
|----------------|-------------|-------------------------------------|-------------------------------------------|--------|-----------|--------|--------------|--------|-------|------------|-------|
| Прием пищи     |             | Раздел                              | № рец.                                    | Блюдо  | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы   |       |
| Завтрак        | ГОР.БЛЮДО   | 171                                 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С САХАРОМ И МАСЛОМ |        |           | 150    | 15,86        | 220,35 | 4,82  | 8,71       | 30,66 |
|                | Хлеб        | ПР                                  | ПЕЧЕНЬЕ                                   |        |           | ячм.00 | 4,80         | 225    | 5,8   | 4,3        | 43,4  |
|                | гор.напиток | 376                                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             |        |           | 200    | 1,55         | 28,3   | 0,2   | 0,0        | 14,9  |
|                |             |                                     | КУКУРУЗНЫЕ ПАЛОЧКИ                        |        |           | 167    |              |        |       |            |       |
|                |             |                                     |                                           | ИТОГО: |           | 22,21  |              |        |       |            |       |
| Завтрак 2      | фрукты      |                                     |                                           | ЯБЛОКО | 153       |        |              |        |       |            |       |
|                | напиток     |                                     |                                           | ЙОГУРТ | 325       |        |              |        |       |            |       |
| Обед           | напиток     | 45                                  | АПЕЛЬСИН                                  |        |           | 230    |              |        |       |            |       |
|                | 1 блюдо     | 143                                 | СУП ВЕРМИШЕДЕВЫЙ С МЯСОМ                  |        |           | 250    | 10,80        | 104,75 | 2,69  | 2,84       | 17,14 |
|                | 2 блюдо     | 304                                 | РИС ОТВАРНОЙ                              |        |           | 150    | 11,75        | 230,45 | 7,47  | 5,61       | 35,84 |
|                | гарнир      | 229                                 | РЫБА МИНТАЙ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ             |        |           | 65     | 13,18        | 150    | 13,87 | 7,85       | 6,53  |
|                | напиток     | 685                                 | КИСЕЛЬ                                    |        |           | 200    | 3,19         | 194    | 0,20  | 0,20       | 47,40 |
|                | Хлеб        | ПР                                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            |        |           | 50     | 3,50         | 75     | 2,20  | 0,90       | 15,40 |
|                |             |                                     |                                           | ИТОГО: |           | 42,42  |              |        |       |            |       |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: |             |                                     |                                           |        |           | 64,63  |              |        |       |            |       |

ДИРЕКТОР

Н.Г.РЕЗНИЧЕНКО

