



«Утверждаю»
М.А. Попыгалова

« 18 » « апреля » 2024 г.

Школа МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс

Отд./корп 7-11

День 4-й

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Холодные закуски	11	бутерброд с горячим сыром	30	14-55	94	4	9	17		
			каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	20-35	208	9	8	32		
		крупы	179								
		чай сладкий с лимоном	9								
		напитки	9								
		хлеб	123	хлеб пшеничный	180	3-80	32	0	0	7	
		сок	389	сок фруктовый	20	1-55	46	2	0	8	
		салат	53	салат из свежлы с зеленым горошком	200	43-00	159	1	0	22	
				салат из свеклы с зеленым горошком	60	16-10	46	1	3	5	
	Обед			суп картофельный на бульоне из птицы (отв.мясо птицы)	215	22-50	82	2	2	7	
		1 блюдо									
			котлеты рыбные любительские (кета, соус молочный)	120	45-85	249	6	17	6		
		блюдо из рыбы	241								
			рагу из овощей с кашей	150	29-55	201	3	11	20		
		гарнир	144								
			компот из свежемороженых ягод (смородина)	180	14-45	29	0	0	6		
		напиток	5								
			хлеб	123	хлеб пшеничный	34	2-60	78	3	0	17
			хлеб	34	хлеб ржаной	40	3-90	70	3	1	13
		фрукты	338	груши	100	60-00	46	0	0	10	