«Утверждаю»
_____ М.А. Полыгалова
«04» «сентября» 2024 г.

Школа: МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс | Отд./корп: 7-11 | День: 5-й

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | фрукты | 338 | яблоки | 100 | 43-00 | 46 | 0 | 0 | 10 |
| | мучные изделия | 444 | оладьи (с молоком сгущенным) | 104 | 12-15 | 289 | 8 | 10 | 47 |
| | напитки | 397 | какао с молоком и сахаром | 180 | 19-45 | 94 | 4 | 4 | 14 |
| | кислом.продукты | 386 | варенец | 180 | 72-00 | 95 | 5 | 6 | 7 |
| Обед | салат | 48 | салат из овощей с морской капустой | 60 | 8-30 | 56 | 1 | 3 | 6 |
| | 1 блюдо | 76 | борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне (с отварн.говядиной) | 246 | 37-35 | 138 | 6 | 8 | 11 |
| | 2 блюдо | 204 | оладьи из печени (сосус томатный) | 90 | 47-05 | 205 | 6 | 5 | 11 |
| | гарнир | 12 | макаронные изделия отварные с овощами | 150 | 16-10 | 174 | 3 | 4 | 17 |
| | напиток | 123 | компот сладкий из кураги | 180 | 12-15 | 87 | 2 | 0 | 20 |
| | хлеб | 34 | хлеб пшеничный | 45 | 3-45 | 103 | 3 | 0 | 22 |
| | хлеб | 338 | хлеб ржаной | 24 | 2-30 | 42 | 2 | 0 | 8 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |