



«Утверждаю»

М.А. Полягалова

» 2024г.

Полягалова

Школа	МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс				Отд./корп		7-11		День			6-й
	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	фрукты		338	груши	100	31-20	46	0	0	10		
	готовое блюдо		183	каша молочная овсяная	200	22-20	391	13	16	34		
	напитки		2	чай с сахаром	200	2-00	23,44	0,33	0	5,53		
	хлеб		123	Бутерброд с сыром	30	14-40	103	4	8	18		
Обед	закуска		67	винегрет овощной	100	16-80	98	2	6	9		
	1 блюдо		95	суп из овощей на мясном бульоне	246	40-60	78	3	4	9		
	2 блюдо		298	голубцы ленивые	250	109-00	342	16	14	31		
	сок		389	сок фруктовый	200	40-00	159	1	0	22		
	хлеб		123	хлеб пшеничный	45	3-50	73	3	0	22		
	хлеб		34	хлеб ржаной	40	3-63	70	3	1	13		