



«Утверждаю»
 М.А. Полыггалова
 « 08 сентября » 2024 г.

Школа **МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс** Отд./корм **7-11** День **9-й**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные закуски	11	бутерброд горячий с сыром	30	14-55	97	4	5	20
		182	каша жидкая молочная из гречневой крупы	170	21-70	222	4	6	26
	напиток	32	чай сладкий с молоком	180	17-40	94	4	2	11
		123	хлеб пшеничный	20	1-55	46	2	0	10
	кислом. продукт	1	йогурт питьевой	180	29-20	102	5	5	8
Обед	салат	40	салат из моркови и яблок	60	10-00	62	1	3	5
	1 блюдо	41	суп рыбный (горбуша)	250	26-00	256	11	3	11
	блюдо из мяса	262	говядина тушенная с капустой	200	122-00	331	8	20	20
	напитки	14	морс из ягод свежемороженых(брусника+вишня)	180	16-20	61	0	0	12
		123	хлеб пшеничный	40	3-10	92	3	0	20
		34	хлеб ржаной	24	2-32	70	3	1	13
	фрукты	338	яблоки	100	21-50	46	0	0	10