



«Утверждаю»  
 М.А. Попыгалова  
 « 05 октября » 2024 г.

Школа МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс Отд./корп 7-11 День 8-й

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из творога	54	сырники из творога ( соусом молочным сладким)	200	107-50	263	19	15	17
		7	какао с молоком и сахаром	180	19-50	97	2	4	11
		123	хлеб пшеничный	30	2-30	69	2	0	15
		389	сок фруктовый	200	40-00	132	1	0	32
		71	помидоры свежие	100	18-50	20	1	0	4
Обед	салат	81	суп картофельный с бабовыми (с гречками)	249	12-00	139	6	4	25
		238	рыба запеченная под молочным соусом (горбуша)	100	34-00	145	6	9	17
		171	каша рассыпчатая рисовая	150	18-50	212	4	8	37
		17	кисель из кураги	180	15-50	105	2	0	24
		123	хлеб пшеничный	40	3-10	92	3	0	20
	хлеб	34	хлеб ржаной	40	3-90	70	3	1	13
	фрукты	338	груши	100	31-20	46	0	0	10