



«Утверждаю»
 М.А. Полягалова
 «01.09.2024» 2024 г.

Школа	МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс				Отд./корп		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		
		1	Йогурт питьевой	180	29-20	96	5	5	7		
Обед	кислом.продукт	40	салат из моркови и яблок	60	10-00	62	1	3	5		
		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		
		14	морс из ягод	180	16-20	61	0	0	12		
		123	свежемороженых(брусника+вишня)	40	3-10	92	3	0	20		
	напитки	34	хлеб пшеничный	24	2-32	70	3	1	13		
		338	хлеб ржаной	100	21-50	46	0	0	10		
	фрукты		яблоки								