



«Утверждаю»
М.А. Полягалова

« 14 » « сентябрь » 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	
	блюда из круп	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	102	5	5	8	
Обед	кислом.продукт	1	йогурт питьевой	180	29-20	102	5	5	8	
	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	
		262	говядина тушенная с капустой	200	122-00	331	8	20	20	
	блюда из мяса									
				морс из ягод	180	16-20	61	0	0	12
		напитки	14	свежемороженых(брусника+вишня)	40	3-10	92	3	0	20
		хлеб	123	хлеб пшеничный	24	2-32	70	3	1	13
		хлеб	34	хлеб ржаной	100	21-50	46	0	0	10
	фрукты		338	яблоки						