



«Утверждаю»
 М.А. Польшгалова
 « 10 » « *мая* » 2024 г.

Школа		МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс				Отд./корп		7-11		День		7-й	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	блюдо из яиц	210	омлет натуральный	100	30-70	207	9	8	7				
	напитки	8	кофейный напиток с молоком	180	15-20	90	4	3	13				
	хлеб	123	хлеб пшеничный	30	2-30	69	2	0	15				
	кислом.продукт	386	ряженка	180	27-00	97	5	5	10				
Обед	салат	71	огурцы свежие	100	24-60	11	1	0	2				
	1 блюдо	91	рассольник ленинградский (со сметаной)	250	20-20	113	2	4	16				
	2 блюдо	315	биточки рубленные из птицы паровые (соус молочный)	90	40-90	192	8	4	20				
	гарнир	210	макаронны с сыром	150	36-10	280	7	8	44				
	сок	15	компот вишневый	180	17-50	29	0	0	7				
	хлеб	123	хлеб пшеничный	28	2-20	64	2	0	14				
	хлеб	34	хлеб ржаной	40	3-90	70	3	1	13				
	фрукты	338	яблоки	100	21-50	46	0	0	10				