«Утверждаю»
В.В. Власова
« 13 » « января » 2025г.

Школа МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс Отд./корп 7-11 День 6-й

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | фрукты | 338 | груши | 100 | 31-20 | 46 | 0 | 0 | 10 |
| | готовое блюдо | 183 | каша молочная овсяная | 200 | 22-20 | 391 | 13 | 16 | 34 |
| | напитки | 2 | чай с сахаром | 200 | 2-00 | 23,44 | 0,33 | 0 | 5,53 |
| | хлеб | 123 | Бутерброд с сыром | 30 | 14-40 | 103 | 4 | 8 | 18 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 67 | винегрет овощной | 100 | 16-80 | 98 | 2 | 6 | 9 |
| | 1 блюдо | 95 | суп из овощей на мясном бульоне | 246 | 40-60 | 78 | 3 | 4 | 9 |
| | 2 блюдо | 298 | голубцы ленивые | 250 | 109-00 | 342 | 16 | 14 | 31 |
| | сок | 389 | сок фруктовый | 200 | 40-00 | 159 | 1 | 0 | 22 |
| | хлеб | 123 | хлеб пшеничный | 45 | 3-50 | 73 | 3 | 0 | 22 |
| | хлеб | 34 | хлеб ржаной | 40 | 3-63 | 70 | 3 | 1 | 13 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |