

Директор МОБУ С

Ден

День 31.01.2025

\_\_\_\_\_

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 120213 | Макароны запеченные с сыром                                | 205      | 8,92  | 154,52       | 5,68  | 3,76  | 24,49    |
|            | гор.напиток | 288    | Какао с молоком                                            | 200      | 11,5  | 104,58       | 3,39  | 3,50  | 14,88    |
|            | хлеб        | 1      | Бутерброд с маслом сливочным                               | 45       | 16,37 | 172,14       | 2,12  | 11,18 | 14,80    |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 65     | Суп-лапша домашняя                                         | 250      | 10,02 | 135,98       | 3,55  | 5,33  | 18,45    |
|            | 2 блюдо     | 131    | Биточки из мяса птицы с томатным соусом                    | 90       | 44,19 | 205,52       | 13,08 | 12,2  | 10,85    |
|            | гарнир      | 141    | Картофельное пюре                                          | 200      | 23,11 | 194,58       | 4,33  | 6,72  | 29,21    |
|            | сладкое     | 160231 | Напиток вишневый                                           | 200      | 3,63  | 47,29        | 0,02  |       | 11,80    |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30       | 1,8   | 70,32        | 2,28  | 0,24  | 14,78    |
|            | хлеб черн.  | 2      | Хлеб ржаной                                                | 30       | 1,8   | 68,44        | 1,83  | 0,38  | 11,97    |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |