Утверждаю
Директор МОБУ СОШ с. Тирлянский
/А.Ю. Лахмостов

Школа: ООШ с. Верхнебельский филиал МОБУ СОШ с. Тирлянский | Отд./корп: | День: 14.10.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 199 | Каша молочная пшенная с маслом | 205 | 17,61 | 210 | 8 | 8 | 36 |
| | гор.напиток | 274 | Чай витаминизированный | 200 | 4,87 | 24 | 0 | | 6 |
| | хлеб | 1 | Бутербродс маслом и сыром | 55 | 21,26 | 174,56 | 4,68 | 10,15 | 10 |
| | | 25 | Фрукт | 100 | 15,30 | 47 | 0 | 0 | 10 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 63 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 8,2 | 140,79 | 1,89 | 10,77 | 9 |
| | 2 блюдо | 219 | Рыбные котлеты под томатным соусом | 100 | 27,71 | 178,94 | 11,82 | 9,38 | 16 |
| | гарнир | 227 | Макаронные изделия отварные с маслом | 200 | 11,06 | 288,03 | 7,87 | 6 | 50 |
| | сладкое | 284 | Компот из сухофруктов | 200 | 5,3 | 86,74 | 1,15 | 0,24 | 20 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30 | 1,8 | 70,32 | 2,28 | 0,24 | 15 |
| | хлеб черн. | 2 | Хлеб ржаной | 30 | 1,8 | 68,44 | 1,83 | 0,38 | 12 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |