

Зубово-Полянского м  
Республики Мордовия

|       |                    |           |  |      |            |
|-------|--------------------|-----------|--|------|------------|
| Школа | МБОУ "Ударная СОШ" | Отд./корп |  | День | 06.05.2025 |
|-------|--------------------|-----------|--|------|------------|

| Прием<br>пищи | Раздел      | № рец.     | Блюдо                                                     | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-------------|------------|-----------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак       | гор.блюдо   | 54-1т-2020 | Запеканка из творога                                      | 200      | 25,48 | 463,10       | 34,20 | 21,30 | 33,30    |
|               | закуска     | 54-6о-2020 | Яйцо вареное                                              | 69       | 10,00 | 56,60        | 4,80  | 4,00  | 0,30     |
|               | гор.напиток | 268        | Чай с сахаром                                             | 200      | 8,00  | 28,00        | 0,20  | 0,00  | 14,00    |
|               | хлеб        | 49         | Хлеб пшеничный                                            | 70       | 3,08  | 186,00       | 5,35  | 0,50  | 3,02     |
|               | фрукты      | 24/847     | Фрукт (в ассортименте)                                    | 100      | 23,62 | 47,00        | 0,40  | 0,03  | 10,30    |
|               |             |            |                                                           |          |       |              |       |       |          |
| Завтрак 2     |             |            |                                                           |          |       |              |       |       |          |
|               |             |            |                                                           |          |       |              |       |       |          |
|               |             |            |                                                           |          |       |              |       |       |          |
| Обед          | закуска     | 32         | Салат из свеклы и помидоров                               | 80       | 7,46  | 99,50        | 2,20  | 7,40  | 7,70     |
|               | 1 блюдо     | 52/38      | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом куринным | 250      | 20,60 | 167,25       | 8,61  | 8,40  | 14,34    |
|               | 2 блюдо     | 43         | Тефтели мясные                                            | 120      | 26,02 | 176,62       | 4,00  | 10,57 | 13,58    |
|               | гарнир      | 59         | Каша гречневая рассыпчатая                                | 160      | 21,58 | 270,51       | 8,55  | 7,23  | 41,18    |
|               | напиток     | 3/959      | Чай с сахаром                                             | 200      | 8,00  | 28,00        | 0,20  | 0,00  | 14,00    |
|               | хлеб бел.   | 49         | Хлеб пшеничный                                            | 70       | 3,08  | 186,00       | 5,35  | 0,50  | 3,02     |
|               | хлеб черн.  |            |                                                           |          |       |              |       |       |          |