

Утверждаю:  
 Директор МБОУ «Ударная СОШ»  
 Zubovo-Полянского муниципального р-на  
 Республика Мордовия:  
 Г.Ш. Глинова/



Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша вязкая пшённая молочная с маслом сливочным	200	24,50	241,6	7,44	8	36,56
	хлеб	701/49	Хлеб пшеничный	80	3,08	134,4	7,04	1,36	23,52
	закуска	2	Бутерброд с сыром	60	18,47	335,49	16	1	70,0
	напиток	399	Сок фруктовый	200	9,33	35,00	1	0	20,2
	фрукты	57	Груша	100	8,34	96,0	1,5	0,5	21
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	33	Салат из белокочанной капусты и свежей моркови с маслом растительным	80	5,52	73	1,20	3,68	8,80
	1 блюдо	47	Борщ (с мясом кур-бройлеров)	250	14,33	129	8	6	11
	2 блюдо	202	Макаронные изделия отварные	150	7,28	196,31	5,48	4,17	33,26
	гарнир	202	Птица тушеная	150	31,41	281,00	22,4	18,23	7,03
	напиток	7/943	Чай с сахаром	200	8,00	28	0,2	0	14
	хлеб бел.	701/49	Хлеб пшеничный	70	3,08	134,40	7,04	1,36	23,52