

Утверждаю:
 Директор МБОУ «Ударная СОШ»
 Zubovo-Polyanskogo муниципального р-на
 Республики Мордовия:

Г.Ш. Глинова/

Школа

МБОУ "Ударная СОШ"

Отд./корп

День

07.03.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 182 | Каша манная молочная жидкая | 200 | | 159 | 6 | 6 | 20 |
| | гор.напиток | 7/943 | Чай с сахаром | 200 | | 28 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб | 701/49 | Хлеб пшеничный | 70 | | 101 | 5 | 1 | 18 |
| | закуска | 213 | Яйцо вареное | 60 | | 63 | 5 | 5 | 0 |
| | фрукты | | Мандарин | 100 | 101,72 | 96 | 4 | 1 | 2 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 32 | Салат из свёклы и помидоров | 80 | | 91 | 2 | 5 | 11 |
| | 1 блюдо | 52,38 | Суп картофельный (с мясом ЦБ) | 250 | | 167 | 9 | 8 | 14 |
| | 2 блюдо | 119 | Тефтели мясные | 100 | | 179 | 8 | 16 | 17 |
| | гарнир | 59 | Каша гречневая рассыпчатая | 160 | | 271 | 9 | 7 | 41 |
| | сладкое | 7/943 | Чай с сахаром | 200 | | 28 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб бел. | 701/49 | Хлеб пшеничный | 70 | 69,62 | 134 | 7 | 1 | 24 |