

Утверждаю:  
 Директор МБОУ «Ударная СОШ»  
 Зубово-Полянского муниципального р-на  
 Республики Мордовия:



Г.Ш. Глинова/

Школа

МБОУ "Ударная СОШ"

Отд./корп

День

07.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша овсянная "Геркулес" молочная	180	22,11	158,64	6,24	6,1	19,7
	гор.напиток	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,1	0,02	9,9
	хлеб	701	Хлеб пшеничный	70	3,08	186,00	5,35	0,5	3,02
		1	Бутерброд с маслом сливочным порционно	60	17,19	158,40	2,4	10,02	14,8
	фрукты	51	Яблоко	100	16,62	43,00	0,9	0,2	8,1
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	11	Салат "Витаминный"	80	6,91	128,20	3,30	9,30	8,00
	1 блюдо	52/38	Суп картофельный с крупой	250	18,20	167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	54-11г-	Картофельное пюре	150	20,44	145,80	3,1	6	19,7
	гарнир	169	Рыбная котлета	155	24,37	202,5	15	12,25	8
	сладкое	8/868	Компот из смеси сухофруктов	200	5,00	101,00	0,04	0	24,76
	хлеб бел.	49	Хлеб пшеничный	70	3,08	186,00	5,35	0,5	3,02