Утверждаю:
Директор МБОУ «Ударная СОШ»
Зубово-Полянского муниципального р-на
Республики Мордовия:
_____/Г.Ш. Глинова/

Школа	МБОУ "Ударная СОШ"	Отд./корп		День	07.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	187	Каша "Дружба"	180	19,47	217,44	5,00	8,06	30,67
	сладкое		Печенье	10	10,00	166,80	0,8	1	7,4
	гор.напиток	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,1	0,02	9,9
	хлеб	49	Хлеб пшеничный	70	3,08	186,00	5,35	0,5	3,02
	фрукты	24/847	Фрукт (в ассортименте)	100	17,63	47,00	0,4	0,3	10,3
	напиток		Йогурт	115	12,00	145,20	3,52	3,72	25,49
Завтрак 2	фрукт								
Обед	закуска	26	Салат из свеклы с изюмом	80	5,52	97,90	1,41	4,3	13,3
	1 блюдо	52	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом (говядина)	250	32,51	128,00	23,1	30,3	28,5
	2 блюдо	20/301	Птица тушеная	120	16,02	281,00	22,4	18,23	7,03
	гарнир	202	Макаронные изделия отварные	150	21,61	196,31	5,48	4,17	33,26
	напиток	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,1	0,02	9,9
	хлеб бел.	49	Хлеб пшеничный	70	3,08	186,00	5,35	0,50	3,02
	хлеб черн.								