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

Школа МБОУ "Ударная СОШ" Отд./корп День 10.03.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-6к-2020 | Каша вязкая молочная пшённая | 200 | 24,50 | 288,00 | 8,30 | 11,70 | 37,5 |
| | закуска | 2 | Бутерброд с сыром | 61,2 | 19,38 | 140,00 | 11,68 | 6,90 | 35 |
| | гор.напиток | 399 | Сок | 200 | 10,07 | 90,00 | 1,00 | 0,00 | 22,4 |
| | хлеб | 49 | Хлеб пшеничный | 70 | 4,08 | 186,00 | 5,35 | 0,50 | 3,02 |
| | фрукты | 57 | Фрукт (в ассортименте) | 100 | 12,15 | 96,00 | 1,50 | 0,50 | 21 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 39/38 | Салат из свеклы | 80 | 6,74 | 88,00 | 1,76 | 5,36 | 8,24 |
| | 1 блюдо | 54-2с-2020 | Борщ (с мясом кур-бройлеров) | 250 | 24,90 | 142,78 | 8,00 | 6,00 | 11 |
| | 2 блюдо | 20/301 | Птица тушеная | 120 | 35,74 | 281,00 | 22,4 | 18,23 | 7,03 |
| | гарнир | 54-1г-2020 | Макаронные изделия отварные | 150 | 7,28 | 196,31 | 5,48 | 4,17 | 33,26 |
| | напиток | 7/943 | Чай с сахаром | 200 | 8,00 | 28,00 | 0,20 | 0,00 | 14 |
| | хлеб бел. | 49 | Хлеб пшеничный | 70 | 4,08 | 186,00 | 5,35 | 0,50 | 3,02 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |