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

Школа МБОУ "Ударная СОШ" Отд./корп День 15.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 184 | Каша молочная рисовая | 200 | 20,56 | 266,4 | 6,98 | 9 | 39,17 |
| | закуска | 46/2 | Сыр порционно | 65 | 13,41 | 335,49 | 9,90 | 0 | 33,96 |
| | гор.напиток | 7/943 | Сок | 200 | 10,33 | 90,00 | 1 | 17 | 22,4 |
| | хлеб | 701/49 | Хлеб пшеничный | 70 | 4,08 | 186,0 | 5,35 | 0,5 | 3,02 |
| | фрукты | | Фрукт (в ассортименте) | 100 | 11,62 | 43,0 | 0,9 | 0,2 | 8,1 |
| | | | Печенье | 10 | 10,18 | 166,8 | 0,8 | 1 | 7,4 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 33 | Салат "Пестрый" | 80 | 8,81 | 72,80 | 1,20 | 3,68 | 8,80 |
| | 1 блюдо | 47 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 24,83 | 135 | 5,49 | 5,28 | 16,33 |
| | 2 блюдо | 202 | Макаронные изделия отварные | 160 | 7,28 | 196,31 | 5,48 | 4,17 | 33,26 |
| | гарнир | 20/301 | Птица тушеная | 160 | 33,74 | 281,00 | 22,4 | 18,23 | 7,03 |
| | напиток | 3/959 | Чай с сахаром | 200 | 8,00 | 28 | 0,2 | 0 | 14 |
| | хлеб бел. | 701/49 | Хлеб пшеничный | 70 | 4,08 | 186,0 | 5,35 | 0,5 | 3,02 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |