

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

Г.Ш. Глинова/



Школа

МБОУ "Ударная СОШ"

Отд./корп

День

16.10.2023

Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
	гор.напиток	Сок	200	1	0	20,2	35	399	9,33
	хлеб	Хлеб пшеничный	80	7,04	1,36	23,52	134,4	49	3,08
	фрукты	Фрукт (в ассортименте)	100	1,5	0,5	21	96	57	8,34
	итого		630	32,98	10,86	171,28	842,49		63,72
Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты и свежей моркови с маслом растительным	80	1,2	3,68	8,8	72,8	39/38	5,52
	1 блюдо	Борщ (с мясом кур-бройлеров)	250	8	6	11	129	62	14,33
	2 блюдо	Макаронные изделия отварные	150	5,48	4,17	33,26	196,31	202	7,28
	гарнир	Птица тушеная	150	22,4	18,23	7,03	281	20/301	31,41
	напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	7/943	8
	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	70	7,04	1,36	23,52	134,4	49	3,08
	хлеб черн.								
	итого		900	44,32	33,44	97,61	841,51		69,62
Итого за день:			1530	77,3	44,3	268,89	1684		133,34