

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



/Г.Ш. Глинова/

Школа

МБОУ "Ударная СОШ"

Отд./корп

День

18.03.2024

| Прием пищи | Раздел    | № рец.     | Блюдо                        | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-----------|------------|------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо | 54-6к-2020 | Каша вязкая молочная пшенная | 200      | 24,50 | 288,00       | 8,30  | 11,70 | 37,50    |
|            | напиток   | 399        | Сок                          | 200      | 9,33  | 35,00        | 1,00  | 0,00  | 20,20    |
|            | хлеб      | 49         | Хлеб пшеничный               | 70       | 3,08  | 186,00       | 5,35  | 0,50  | 3,02     |
|            | бутерброд | 2          | Бутерброд с сыром            | 61,2     | 18,47 | 140,00       | 11,68 | 6,90  | 35,00    |
|            | фрукт     | 57         | Банан                        | 100      | 11,62 | 96,00        | 1,50  | 0,50  | 21,00    |
|            |           |            |                              |          |       |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты    |            |                              |          |       |              |       |       |          |
|            |           |            |                              |          |       |              |       |       |          |
|            |           |            |                              |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска   | 39/38      | Салат из свеклы              | 80       | 5,52  | 88,00        | 1,76  | 5,36  | 8,24     |
|            | 1 блюдо   | 62         | Борщ (с мясом кур-бройлеров) | 250      | 22,71 | 142,78       | 8,00  | 6,00  | 11,00    |
|            | 2 блюдо   | 54-1г-2020 | Макаронные изделия отварные  | 160      | 7,28  | 202,00       | 5,48  | 5,5   | 32,7     |
|            | гарнир    | 20/301     | Птица тушеная                | 150      | 31,41 | 281,00       | 22,4  | 18,23 | 7,03     |
|            | сладкое   | 7/943      | Чай с сахаром                | 200      | 8,00  | 28,00        | 0,20  | 0,00  | 14,00    |
|            | хлеб бел. | 49         | Хлеб пшеничный               | 70       | 3,08  | 186,00       | 5,35  | 0,50  | 3,02     |