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

Школа	МБОУ "Ударная СОШ"	Отд./корп		День	20.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша овсяная "Геркулес" молочная	180	25,11	158,64	6,24	6,10	19,70
	закуска	1	Бутерброд с маслом сливочным порционно	60	17,19	158,40	2,40	10,02	14,80
	гор.напиток	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,10	0,02	9,90
	хлеб	49	Хлеб пшеничный	70	3,08	186,00	5,35	0,50	3,02
	фрукты		Фрукт (в ассортименте)	100	16,8	43,00	0,90	0,20	8,10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	11	Салат "Витаминный"	80	6,91	128,40	3,30	9,30	8,00
	1 блюдо	52/38	Суп картофельный с крупой	250	18,20	167,25	8,61	8,40	14,34
	2 блюдо	100	Рыбная котлета	120	27,37	202,25	15	12,25	8,00
	гарнир	169	Рис отварной	180	25,37	298,47	5,82	9,74	50
	напиток	6/868	Компот из смеси сухофруктов	200	5,81	101	0,04	0,00	24,76
	хлеб бел.	49	Хлеб пшеничный	70	3,08	186,0	5,35	0,5	3,02
	хлеб черн.								