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

Школа	МБОУ "Ударная СОШ"	Отд./корп		День	20.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	20,29	178,00	5,00	6,90	23,90
	гор.напиток	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,1	0,02	9,9
	хлеб	49	Хлеб пшеничный	70	4,08	186,00	5,35	0,5	3,02
	сладкое		Печенье	10	10,00	166,80	0,8	1	7,4
	фрукты	24/847	Фрукт (в ассортименте)	100	14,63	47,00	0,4	0,3	10,3
	напиток		Йогурт	115	13,18	145,20	3,52	3,72	25,49
Завтрак 2	фрукт								
Обед	закуска	54-14з-2020	Салат из свеклы с изюмом	80	6,52	97,90	1,41	4,3	13,3
	1 блюдо	52	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом (говядина)	250	35,51	128,00	23,1	30,3	28,5
	2 блюдо	59	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	270,51	8,55	7,23	41,18
	гарнир	286	Тефтели мясные	155	23,35	123,56	20,08	1,62	7,03
	сладкое	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,1	0,02	9,9
	хлеб бел.	49	Хлеб пшеничный	70	4,08	186,00	5,35	0,50	3,02