

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



Школа МБОУ "Ударная СОШ" Отд./корп   День 22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	186	Каша вязкая пшённая молочная с маслом сливочным	200	24,50	241,60	7,44	8,00	36,56
	напиток	399	Сок фруктовый	200	10,33	35,00	1,00	0,00	20,20
	хлеб	701/49	Хлеб пшеничный	80	4,28	134,40	7,04	1,36	23,52
		2	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	50	18,55	370,00	16,00	17,00	70,00
	фрукт		Банан	100	9,34	96,00	1,50	0,50	21,00
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	39/38	Салат из белокочанной капусты и свежей моркови с маслом растительным	80	5,52	72,80	1,20	3,68	8,80
	1 блюдо	62	Борщ (с мясом кур-бройлеров)	250	14,33	129,00	8,00	6,00	11,00
	2 блюдо	20/301	Макаронные изделия отварные	150	7,28	196,31	5,48	4,17	33,26
	гарнир	202	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.	701/49	Хлеб пшеничный	70	3,08	134,40	7,04	1,36	23,52