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

Школа: МБОУ "Ударная СОШ" | Отд./корп: | День: 30.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша овсяная "Геркулес" молочная	180	22,29	158,64	6,24	6,10	19,70
	закуска	1	Бутерброд с маслом сливочным порционно	60	19,19	158,40	2,40	10,02	14,60
	гор.напиток	268	Чай с сахаром	200	8,00	35,00	0,10	0,02	9,90
	хлеб	49	Хлеб пшеничный	70	4,08	186,00	5,35	0,50	3,02
	фрукты		Фрукт (в ассортименте)	100	16,62	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	19,94	167	8,61	8,40	14,34
	2 блюдо	54-11г-2020	Картофельное пюре	150	23,44	145,80	3,1	6	19,70
	гарнир	100	Рыбная котлета	155	25,37	202,50	15	12,25	8
	напиток	6/868	Компот из смеси сухофруктов	200	7,00	101	0,0	0	24,76
	хлеб бел.	49	Хлеб пшеничный	70	4,08	186,0	5,35	0,5	3,02
	хлеб черн.								