

Утверждаю:

Директор МБОУ С(К)ШИ  
Морозова Ю.А. Морозова

|                   |  |                            |            |              |       |      |          |
|-------------------|--|----------------------------|------------|--------------|-------|------|----------|
| Школа             |  | День                       | 02.10.2023 |              |       |      |          |
| МБОУ С(К)ШИ       |  |                            |            |              |       |      |          |
| Прием пищи        | Блюдо  | Выход, г                   | Цена       | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак           | Каша геркулесовая с маслом                   | 205                        | 9,87       | 207          | 6     | 8    | 25       |
|                   | Чай с сахаром                                | 215                        | 1,51       | 49           | 0     | 0    | 12       |
|                   | Хлеб пшеничный, бутерброд с сыром            | 80                         | 19,86      | 276          | 10    | 14   | 30       |
| Обед              | Салат из моркови                             | 60                         | 4,27       | 12           | 1     | 0    | 2        |
|                   | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 200                        | 7,95       | 86           | 2     | 5    | 9        |
|                   | Биточки из говядины                          | 90                         | 45,63      | 227          | 14    | 15   | 7        |
|                   | Рожки отварные                               | 150                        | 5,69       | 211          | 6     | 5    | 35       |
|                   | Сок фруктовый                                | 200                        | 8,91       | 88           | 1     | 0    | 22       |
|                   | Хлеб пшеничный                               | 45                         | 2,86       | 136          | 5     | 1    | 30       |
|                   | Хлеб ржаной                                  | 45                         | 2,70       | 141          | 5     | 0    | 30       |
| Полдник           | Вафли  | 50                         | 11,24      | 271          | 2     | 21   | 45       |
|                   | Чай с сахаром и лимоном                      | 222                        | 2,71       | 62           | 0     | 0    | 15       |
|                   | Ужин   | Тефтели рыбные в мол соусе | 100        | 12,64        | 121   | 12   | 8        |
| Картофельное пюре |  | 150                        | 11,50      | 160          | 3     | 5    | 23       |
| Хлеб пшеничный    |  | 30                         | 1,91       | 91           | 3     | 0    | 20       |
| Хлеб ржаной       |  | 30                         | 1,80       | 94           | 3     | 0    | 20       |
| Чай с сахаром     |  | 215                        | 1,51       | 49           | 0     | 0    | 12       |
| Поздний ужин      | Кефир  | 200                        | 11,40      | 102          | 5     | 6    | 8        |
| Итого             |  | 2289                       | 163,96     | 2383         | 78    | 88   | 357      |

Зав. столовой, зав. производством Сел А.У. Сорокина

Мед. сестра Ив С.В. Ивачева