

Школа

МБОУ Орджоникидзеvская СОШ *5-й класс О.В.З*

Отд./корп

День

22.03.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                               | Выход, г       | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |    |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------------|-------|--------------|-------|------|----------|----|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 37     | макаронные изделия отварные с сыром | 200            | 37,75 | 275          | 12    | 10   | 34       |    |
|            | гор.напиток | 36     | какао с молоком                     | 200            | 18,38 | 151          | 4     | 3    | 27       |    |
|            | хлеб        |        | хлеб пшеничный                      | 60             | 4,14  | 125          | 5     | 1    | 23       |    |
| Завтрак 2  | фрукты      |        | яблоко                              | 100            | 21,00 | 96           | 1     | 1    | 21       |    |
|            | фрукты      |        |                                     |                |       |              |       |      |          |    |
| Обед       | закуска     | 43     | салат из моркови с яблоками         | 100            | 15,13 | 40           | 1     | 0    | 9        |    |
|            | 1 блюдо     | 12     | суп из овощей с мясом               | 250            | 50,67 | 109          | 6     | 9    | 11       |    |
|            | 2 блюдо     | 37     | рагу из курицы                      | 250            | 69,57 | 270          | 20    | 22   | 22       |    |
|            | гарнир      |        |                                     |                |       |              |       |      |          |    |
|            | сладкое     |        |                                     |                |       |              |       |      |          |    |
|            | хлеб бел.   |        |                                     | хлеб пшеничный | 60    | 4,14         | 125   | 5    | 1        | 23 |
|            | хлеб черн.  |        |                                     |                |       |              |       |      |          |    |
| напитки    |             | 25     | сок                                 | 200            | 30,00 | 136          | 1     | 0    | 33       |    |



*Директор Круга О.Н. Круга  
см. номер 0.13*