

Школа

МБОУ Орджоникидзевская СОШ

5-й класс 0.9.3

Отд./корп

День

12.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	18	омлет натуральный	200	55,10	296	17	24	5
	гор.напиток								
	хлеб		хлеб пшеничный	60	4,02	125	5	1	23
	напиток	25	сок	200	27,00	136	1	0	33
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	8	винегрет овощной с растительным маслом	70	10,79	81	1	5	6
	1 блюдо	12	суп из овощей с мясом	250	51,62	109	6	9	11
	2 блюдо	51	рыба, тушеная в томате с овощами	120	17,20	126	12	6	6
	гарнир	7	пюре картофельное	180	26,48	159	4	6	22
	сладкое								
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	60	4,02	125	5	1	23
	хлеб черн.								
	гор.напитки	57	чай с сахаром	200	1,83	60	0	0	5
	фрукты		яблоко	150	36,00	144	2	1	32



*И.О. Директор Семенова О.И. [подпись]*  
*ст. ковор Иванченко О.В. [подпись]*