

Утверждаю  
Директор



Г.Г.Сорокин

Школа **МБОУ "Ермошкинская СОШ"** Отд./корп **1-4 кл.** День **18.04.2022**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |        |        | Суп картофельный с горохом          | 200      | 7,63  | 118          | 4,71  | 3,73  | 15,96    |
|            |        |        | Курица тушеная в сметанном соусе    | 80       | 26,40 | 220          | 14,28 | 19,35 | 7,27     |
|            |        |        | Хлеб пшеничный                      | 25       | 1,35  | 48           | 1,52  | 0,17  | 9,72     |
|            |        |        | Хлеб ржаной                         | 30       | 1,30  | 126          | 2,82  | 0,60  | 0,60     |
|            |        |        | Макароны отварные                   | 150      | 5,28  | 211          | 5,32  | 4,89  | 32,52    |
|            |        |        | Чай с фруктовым соком               | 200      | 4,49  | 95           | 0,34  | 0,02  | 24,53    |
|            |        |        | салат из свежих помидоров и огурцов | 60       | 11,51 | 34           | 0,01  | 2,46  | 1,98     |
|            |        |        |                                     |          |       | 57,96        | 852   | 29,00 | 31,22    |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак    |        |        | Курица тушеная в сметанном соусе    | 80       | 26,40 | 199          | 13,88  | 17,78 | 4,50     |
|            |        |        | Макароны отварные                   | 200      | 6,36  | 253          | 6,39   | 5,85  | 42,66    |
|            |        |        | Чай с фруктовым соком               | 200      | 4,49  | 95           | 0,34   | 0,02  | 24,53    |
|            |        |        | Хлеб пшеничный                      | 25       | 1,35  | 60           | 1,90   | 0,20  | 12,15    |
|            |        |        | салат из свежих огурцов и помидоров | 30       | 5,68  | 34           | 0,01   | 2,46  | 1,98     |
|            |        |        |                                     |          |       | 44,28        | 641,00 | 22,52 | 26,31    |
| Обед       |        |        | Суп картофельный с горохом          | 250      | 14,70 | 147          | 5,89   | 4,65  | 19,98    |
|            |        |        | Чай с фруктовым соком               | 200      | 4,49  | 123          | 1,04   | 30,96 | 33,16    |
|            |        |        | Хлеб ржаной                         | 30       | 1,30  | 126          | 2,82   | 0,60  | 0,60     |
|            |        |        |                                     |          | 20,49 | 396          | 9,75   | 36,21 | 53,74    |