

Утверждаю  
Директор



Г.Г.Сорокин

Школа **МБОУ "Ермошкинская СОШ"** Отд./корп **1-4 кл.** День **07.11.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Суп картофельный с горохом	200	10,94	118	4,71	3,73	15,96
			Котлеты рубленые с соусом	80	16,77	165	9,08	15,20	9,20
			Хлеб пшеничный	25	1,55	48	1,52	0,17	9,72
			Хлеб ржаной	30	1,50	126	2,82	0,60	0,60
			Макароны отварные	150	6,08	211	5,32	4,89	32,52
			чай с фруктовым соком	200	5,30	95	0,34	0,02	24,53
			Огурцы свежие порциями	60	5,58	12	0,48	0,12	3,12
			конфеты	20	7,20	100	1,40	5,00	12,40
			мандарины свежие порциями	90	10,80	20	0,45	0,10	4,05
					65,72	895	26,12	29,83	112,10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Огурцы свежие порциями	30	2,88	12	0,48	0,12	3,12
			Курица тушеная в сметанном соусе	80	25,03	199	13,88	17,78	4,50
			Макароны отварные	200	7,12	253	6,39	5,85	42,66
			Чай с фруктовым соком	200	5,35	95	0,34	0,02	24,53
			Хлеб пшеничный	25	1,55	60	1,90	0,20	12,15
						41,93	619,00	22,99	23,97
Обед			Суп картофельный с горохом	250	8,32	147	5,89	4,65	19,98
			Чай с фруктовым соком	200	5,35	123	1,04	30,96	33,16
			Хлеб ржаной	30	1,50	126	2,82	0,60	0,60
					15,17	396	9,75	36,21	53,74