

Директор



Утверждаю

Г.Г.Сорокин

Школа **МБОУ "Ермошкинская СОШ"** Отд./корп **1-4 кл.** День **27.01.2023**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200 | 6,83 | 113 | 1,88 | 5,10 | 13,92 |
| | | | Компот из свежих яблок | 200 | 4,20 | 109 | 0,16 | 0,16 | 27,87 |
| | | | Хлеб пшеничный | 25 | 1,55 | 106 | 3,12 | 0,94 | 21,20 |
| | | | Хлеб ржаной | 30 | 1,50 | 126 | 4,20 | 0,72 | 27,42 |
| | | | Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе | 50 | 15,00 | 125 | 7,80 | 6,10 | 6,90 |
| | | | Картофель отварной | 150 | 7,91 | 155 | 3,22 | 5,56 | 22,00 |
| | | | Салат из свеклы | 60 | 2,76 | 103 | 0,76 | 9,04 | 4,59 |
| | | | мандарины свежие порциями | 90 | 10,80 | 45 | 0,40 | 0,40 | 9,80 |
| | | | вафли | 50 | 12,50 | 180 | 2,38 | 9,68 | 18,64 |
| | | | | | 63,05 | 1062 | 23,92 | 37,70 | 152,34 |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|--|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | | | салат свекольный | 60 | 2,76 | 35 | 0,50 | 3,00 | 1,50 |
| | | | Жаркое по домашнему | 200 | 23,77 | 302 | 17,85 | 98,38 | 21,68 |
| | | | Компот из свежих яблок | 200 | 6,00 | 116 | 0,44 | 0,00 | 28,88 |
| | | | Хлеб пшеничный | 25 | 1,55 | 59 | 1,90 | 0,20 | 12,15 |
| | | | конфеты шоколадные | 20 | 6,00 | 100 | 1,40 | 5,00 | 12,40 |
| | | | | | | 40,08 | 611,52 | 22,09 | 106,58 |
| Обед | | | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 13,23 | 89 | 1,47 | 4,67 | 7,31 |
| | | | Компот из свежих яблок | 200 | 6,00 | 116 | 0,44 | 0,00 | 28,88 |
| | | | Хлеб ржаной | 60 | 1,50 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | | | | | 20,73 | 331 | 4,73 | 5,27 | 36,79 |