

Школа **МБОУ "Северокоммунарская СОШ"** Отд./корп **1-4 кл** День **27.09.2023**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------------------|--------|-----------------------------|----------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 258 | Каша пшённая вязкая | 150 | 9,50 | 224,3 | 6,5 | 9,7 | 27,8 |
| | горячий напиток | 496 | Какао с молоком | 200 | 10,45 | 144,0 | 3,6 | 3,3 | 25,0 |
| | хлеб | 108 | Пшеничный | 35 | 1,47 | 82,30 | 2,66 | 0,28 | 17,24 |
| | Итого за завтрак | | | | 21,42 | 450,55 | 12,80 | 13,23 | 70,08 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 2 | Салат витаминный | 60 | 3,5 | 82,8 | 0,66 | 6,06 | 6,36 |
| | 1 блюдо | 147 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 14,91 | 89,0 | 2,2 | 2,3 | 15,1 |
| | 2 блюдо | 369 | Жаркое по-домашнему | 180 | 44,91 | 310,09 | 21,27 | 18,98 | 13,58 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 508 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,15 | 113,0 | 2,9 | 2,0 | 20,9 |
| | хлеб | 108 | Пшеничный | 40 | 1,47 | 94,0 | 3,0 | 0,3 | 19,7 |
| | хлеб | 109 | Ржаной | 40 | 1,40 | 69,60 | 2,64 | 0,48 | 13,36 |
| | Итого за обед | | | | 70,34 | 758,49 | 32,67 | 30,12 | 88,96 |
| | Итого за день | | | | 91,76 | 1209,04 | 45,47 | 43,35 | 159,04 |

Директор *Е.А. Обишнина*

