

Утверждаю  
 Директор МБОУ  
 «Паустовская оош»  
 А.Б.Сысоев



Школа МБОУ "Паустовская оош"

Отд./корп 1, 2

День 28.12.2024

| Прием пищи | Раздел       | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор. блюдо   | 173    | Каша геркулесовая молочная с м/сл                                     | 200      | 20,22 | 232,41       | 7,23  | 9,81 | 28,80    |
|            | гор. напиток | 376    | Чай с сахаром   | 200      | 1,44  | 61,29        | 0,20  | 0,05 | 15,01    |
|            | хлеб         | ПР     | Хлеб пшеничный  | 40       | 2,80  | 93,16        | 3,04  | 0,36 | 19,44    |
|            | фрукты       | 338    | Апельсин  | 250      | 40,00 | 26,46        | 2,25  | 0,50 | 3,24     |
|            |              | 459    | Пирог открытый с повидлом   | 70       | 9,00  | 192,50       | 4,33  | 2,25 | 38,72    |
| Завтрак 2  | фрукты       |        |   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска      | 45     | Салат из белокачанной капусты с морковью                              | 60       | 3,39  | 53,90        | 0,90  | 3,10 | 5,60     |
|            | 1 блюдо      | 82     | Борщ со свежей капустой и картофелем с фрикаделькой из мяса "Детской" | 265      | 24,20 | 85,84        | 2,43  | 3,12 | 12,01    |
|            | 2 блюдо      | 295    | Котлета рубленая из птицы   | 100      | 42,16 | 153,80       | 15,24 | 5,80 | 10,16    |
|            | гарнир       | 203    | Макароны отварные с маслом сливочным                                  | 180      | 5,64  | 239,36       | 6,84  | 4,12 | 43,74    |
|            | напиток      | 859    | Компот из свежих яблок  | 200      | 7,46  | 110,00       | 0,20  | 0,20 | 22,30    |
|            | хлеб бел.    | ПР     | Хлеб пшеничный  | 20       | 1,40  | 46,58        | 1,52  | 0,18 | 9,72     |
|            | хлеб черн.   | ПР     | Хлеб ржаной   | 30       | 1,32  | 52,20        | 1,98  | 0,36 | 10,26    |
|            |              |        |   |          |       |              |       |      |          |

Повар

*Mab*

М.С.Тонкова