

Школа

МБОУ СОШ №2 г. Ак-Довурак

Утвердил: должность

директор

фамилия

Булавко И.С.

Возрастная категория

7-11 лет

дата

18

3

2025

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Пудинг из творога с соусом ягодным 120/50	170	19,89	10,76	27,87	292,78	222/М/ССЖ	
				Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	14/М	
			гор.напиток	Чай с сахаром 200/10	200	0,2	0,02	10,05	41,42	376/М/ССЖ	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром	
			фрукты	Банан	150	4,65	1,54	65	82,3	Пром	
			<i>итого</i>				588	29,38	19,42	132,48	616,94
2	2	Обед	закуска	Салат Мозаика	60	2,22	6,09	7,66	94,66	94/К/ССЖ	
			1 блюдо	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 200/10	210	1,58	3,65	7,65	70,23	82/М/ССЖ	
			2 блюдо	Гуляш из мяса птицы	100	17,4	9,47	2,67	170,99	311/К/ССЖ	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	171/М/ССЖ	
			напиток	Компот из свежих сухофруктов 200/10	200	0,59	0,05	17,59	73,95	349/М/ССЖ	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром	
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>				780	32,7	23,06	93,64	719,39
2	2	<b>Итого за день:</b>			1368	62,08	42,48	226,12	1336,33		