



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор школы:  
*Лагунова*  
Лагунова А.В.

Школа

МБОУ "Рождественская СОШ"

Отд./корп

День

2.04.2024г

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                 | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 232    | Каша пшенная          | 200      | 234,60       | 7,46  | 6,64 | 36,26    |
|            | гор.напиток | 457    | Чай                   | 200      | 38,00        | 0,20  | 0,10 | 9,30     |
|            | хлеб        | 573    | Хлеб                  | 30       | 70,20        | 2,28  | 0,24 | 14,76    |
|            | фрукты      | 82     | Яблоко                | 200      | 88,00        | 0,80  | 0,80 | 19,60    |
|            |             |        |                       |          |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 149    | Огурцы соленые        | 60       | 6,60         | 0,48  | 0,06 | 1,02     |
|            | 1 блюдо     | 94     | Борщ                  | 200      | 60,00        | 1,48  | 3,54 | 5,56     |
|            | 2 блюдо     | 310    | Шницель рыбный        | 90       | 88,80        | 13,20 | 1,20 | 6,36     |
|            | гарнир      | 377    | Картофельное пюре     | 150      | 105,00       | 4,05  | 6,00 | 8,70     |
|            |             | 419    | Соус томатный         | 50       | 26,00        | 0,48  | 1,64 | 2,30     |
|            | сладкое     | 495    | Компот из сухофруктов | 200      | 84,00        | 0,60  | 0,10 | 20,10    |
|            | хлеб бел.   | 573    | Хлеб 1с               | 70       | 163,80       | 5,32  | 0,56 | 34,44    |
|            | хлеб черн.  |        |                       |          |              |       |      |          |