

Утверждаю
 Директор МОУ СОШ
 р.п.Старотимошкино
 МО «Барышский район»
 _____ Л.В.Лукьянова

18.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	№ рецеп-туры
			Б	Ж	У		
2 неделя 5 день							
Завтрак	Каша из круп (ячневая)	150/200	5.92	7,6	51,7	299,4	№176
	чай	180/200	0,4	0,1	0,08	2,8	№391
	Хлеб пшеничный	30/40	2,5	7,5	14,6	136	№701
Итого за завтрак		360/440	16,16	22,92	79,52	589,34	
2 Завтрак	Сок яблочный	100	0.4	0,4	9,8	44	№368
Обед	Салат с соленым огурцом .с луком	40/60	0,5	3,06	1,5	35,88	№19
	Суп с бобовыми	180/200	17,0	8,82	34,57	295,2	№81
	Капуста тушеная	150/180	13,1	3,13	7,8	112	№ 287
	Компот из плодов свежих (лимон)	150/200	0,18	0,02	27,46	94,58	№111
	Хлеб ржаной	40/50	2,35	0,5	21,85	104,5	№700
Итого за обед		590/690	27,11	20,28	105,78	728,2	
Полдник	Пудинг из творога	150	20,5	13,2	31,8	328	№234
	Кисель из кураги	180/200	0,9	0,06	28,6	118,4	№380
Итого за полдник		360/390	18,7	29,2	41,0	471,0	
Итого за день		1350/1580	63.47	72,9	247,3	1883,64	

