



УТВЕРЖДЕНО

Дебердеева Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ИПТ Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа с.Сосновка  
 МБОУ СОШ с.Сосновка  
 Озд/корп: \_\_\_\_\_ день 05 октября 2023

Прием пищи		№ реп.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	П.313	Запеканка из творога	150	52,38	425	24	25,2	23,9
		П.481	Молоко стуженное	15	3,26	49,2	1,08	1,27	8,32
	гор напиток	П.493	Чай с сахаром	200	2,07	60	0,1	0	15
	хлеб	П.111	Батон парижский	15	2,39	39,34	1,13	0,44	7,7
Завтрак 2	фрукты	П.112	нектарин	1шт	28,89	45	0,9	0,1	9,35
<b>Итого завтрак</b>					<b>88,89</b>				
Обед	закуска	П.4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	8,17	169,32	1,89	16,77	3,32
	1 блюдо	П.128	Борщ с капустой и картофелем, сметаной	250/10	10,71	111	2,08	6,5	11
	2 блюдо	П.343	Рыба, тушеная в томате с овощами	140	35,01	143	13,3	7,2	6,3
	гарнир	П.429	Пюре картофельное	150	15,98	144,44	3,3	6,91	17,11
	напиток	П.518	Сок фруктовый	200	11,31	92	1	0,2	0,2
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	30	3,05	52,2	1,98	0,36	10,02
		П.108	Хлеб пшеничный	43	4,66	70,5	2,28	0,24	14,76
<b>Итого обед</b>					<b>88,89</b>				

Прием пищи		раздел	№ реп.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо		П.313	Запеканка из творога	157	54,67	425	24	25,2	23,9
			П.481	Молоко стуженное	15	3,26	49,2	1,08	1,27	8,32
	гор напиток		П.493	Чай с сахаром	200	2,07	60	0,1	0	15
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
<b>Итого завтрак</b>					<b>60</b>					
Обед	закуска		П.4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	8,17	169,32	1,89	16,77	3,32
	1 блюдо		П.128	Борщ с капустой и картофелем	250	8,53	95	1,83	5	10,65
	2 блюдо		П.343	Рыба, тушеная в томате с овощами	140	35,01	143	13,3	7,2	6,3
	гарнир		П.429	Пюре картофельное	180	19,17	165,6	3,8	7,9	19,6
	напиток		П.518	Сок фруктовый	200	11,31	92	1	0,2	0,2
	хлеб		П.109	Хлеб ржаной	30	2,81	52,2	1,98	0,36	10,02
	<b>Итого обед</b>					<b>85</b>				