

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ " Златоруновская СОШ имени ГСС К.Ф Белошапкина "  
\_\_\_\_\_ Бутотова Г.А.

Школа МБОУ "Златоруновская СОШ имени ГСС К.Ф.Белошапкина" Отд./корп 6-11 ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ День 3 29.01.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        |                               |          |      |              |       |       |          |
|            | гор.напиток |        |                               |          |      |              |       |       |          |
|            | хлеб        |        |                               |          |      |              |       |       |          |
|            | фрукты      |        |                               |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                               |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                               |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 13     | Овощи соленые                 | 80       |      | 10,40        | 0,64  | 0,08  | 1,28     |
|            | 1 блюдо     | 23     | Суп-уха ( с рыбной консервой) | 250      |      | 135,00       | 7,52  | 3,77  | 36,05    |
|            | 2 блюдо     | 24     | Котлеты мясные                | 100      |      | 213,86       | 9,00  | 12,86 | 15,53    |
|            | гарнир      | 25     | Каша гречневая рассыпчатая    | 150      |      | 233,33       | 7,43  | 6,11  | 36,55    |
|            | напиток     | 8      | Сок                           | 200      |      | 7,00         | 1,00  | 0,20  | 20,20    |
|            | хлеб бел.   | ГП     | Хлеб пшеничный                | 20       |      | 40,60        | 1,60  | 0,30  | 8,02     |
|            | хлеб черн.  | ГП     | Хлеб ржаной                   | 20       |      | 40,00        | 0,98  | 0,20  | 8,96     |

Школа МБОУ "Златоруновская СОШ имени ГСС К.Ф.Белошапкина" Отд./корп 12-18 ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ День 3 29.01.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 10     | Картофель отварной            | 180      |      | 182,00       | 3,52  | 6,40  | 27,43    |
|            | гор.напиток | 21     | Чай с лимоном                 | 200      |      | 59,00        | 0,06  | 0,01  | 15,18    |
|            | хлеб        | ГП     | Хлеб пшеничный                | 50       |      | 104,00       | 4,00  | 0,75  | 20,05    |
|            | фрукты      |        |                               |          |      |              |       |       |          |
|            |             | 6      | Рыба, тушеная с овощами       | 120      |      | 180,00       | 13,04 | 13,61 | 3,84     |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                               |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 13     | Овощи соленые                 | 100      |      | 13,00        | 0,80  | 0,10  | 1,60     |
|            | 1 блюдо     | 23     | Суп-уха ( с рыбной консервой) | 250      |      | 135,00       | 7,52  | 3,77  | 36,05    |
|            | 2 блюдо     | 24     | Котлеты мясные                | 100      |      | 213,86       | 9,00  | 12,86 | 15,53    |
|            | гарнир      | 25     | Каша гречневая рассыпчатая    | 180      |      | 280,00       | 8,92  | 7,33  | 43,86    |
|            | напиток     | 8      | Сок                           | 200      |      | 7,00         | 1,00  | 0,20  | 20,20    |
|            | хлеб бел.   | ГП     | Хлеб пшеничный                | 30       |      | 62,40        | 2,40  | 0,45  | 12,03    |
|            | хлеб черн.  | ГП     | Хлеб ржаной                   | 30       |      | 60,00        | 1,47  | 0,30  | 13,44    |