

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 ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ День 5 14.03.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 17     | Макаронные изделия с овощами        | 150      |      | 178,00       | 4,99  | 6,14  | 27,73    |
|            | гор.напиток | 29     | Чай с сахаром                       | 200      |      | 57,00        | 0,00  | 0,00  | 14,97    |
|            | хлеб        | ГП     | Хлеб пшеничный                      | 20       |      | 40,60        | 1,60  | 0,30  | 8,02     |
|            | соус        | 16     | Соус красный основной               | 30       |      | 19,80        | 0,42  | 1,31  | 1,89     |
|            | 2 блюдо     | 15     | Котлеты из птицы                    | 100      |      | 241,53       | 11,00 | 15,37 | 14,80    |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                     |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 41     | Сельдь с луком и зеленым горошком   | 60       |      | 118,83       | 4,95  | 10,17 | 1,84     |
|            | 1 блюдо     | 42     | Щи с мясом (тушенкой) и со сметаной | 250      |      | 94,09        | 3,60  | 5,05  | 8,55     |
|            | 2 блюдо     | 11     | Тефтели из говядины с рисом         | 100      |      | 201,86       | 9,00  | 13,34 | 11,45    |
|            | гарнир      | 7      | Пюре картофельное                   | 150      |      | 137,50       | 3,13  | 4,65  | 14,52    |
|            | напиток     | 8      | Сок                                 | 200      |      | 75,00        | 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 ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ День 5 14.03.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гарнир      | 17     | Макаронные изделия с овощами        | 180      |      | 213,60       | 5,99  | 7,37  | 33,28    |
|            | гор.напиток | 29     | Чай с сахаром                       | 200      |      | 57,00        | 0,00  | 0,00  | 14,97    |
|            | хлеб        | ГП     | Хлеб пшеничный                      | 40       |      | 3,20         | 3,20  | 0,60  | 16,04    |
|            | соус        | 16     | Соус красный основной               | 30       |      | 19,80        | 0,42  | 1,31  | 1,89     |
|            | 2 блюдо     | 15     | Котлеты из птицы                    | 100      |      | 241,53       | 11,00 | 15,37 | 14,80    |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                     |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 41     | Сельдь с луком и зеленым горошком   | 100      |      | 198,05       | 8,25  | 16,95 | 3,07     |
|            | 1 блюдо     | 42     | Щи с мясом (тушенкой) и со сметаной | 250      |      | 94,09        | 3,60  | 5,05  | 8,55     |
|            | 2 блюдо     | 11     | Тефтели из говядины с рисом         | 100      |      | 201,86       | 9,00  | 13,34 | 11,45    |
|            | гарнир      | 7      | Пюре картофельное                   | 180      |      | 165,00       | 3,76  | 5,58  | 17,42    |
|            | напиток     | 8      | Сок                                 | 200      |      | 75,00        | 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    |