

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 10 15.04.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                              | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 20     | Омлет натуральный                  | 200      |      | 259,00       | 17,08 | 19,27 | 5,06     |
|            | гор.напиток | 21     | Чай с лимоном                      | 200      |      | 59,00        | 0,06  | 0,01  | 15,18    |
|            | хлеб        | 2      | Батон с маслом и сыром             | 51       |      | 152,00       | 5,47  | 6,68  | 17,27    |
|            | фрукты      | ГП     | Яблоки                             | 120      |      | 56,40        | 0,48  | 0,48  | 11,76    |
|            |             |        |                                    |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                    |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 32     | Кукуруза консервированная отварная | 60       |      | 34,80        | 1,32  | 0,24  | 6,72     |
|            | 1 блюдо     | 23     | Суп-уха ( с рыбной консервой)      | 250      |      | 135,00       | 7,52  | 3,77  | 36,05    |
|            | 2 блюдо     | 15     | Котлеты из птицы                   | 100      |      | 241,53       | 11,00 | 15,37 | 14,80    |
|            | гарнир      | 17     | Макаронные изделия с овощами       | 150      |      | 178,00       | 4,99  | 6,14  | 27,73    |
|            | 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 10 15.04.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                              | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 20     | Омлет натуральный                  | 200      |      | 259,00       | 17,08 | 19,27 | 5,06     |
|            | гор.напиток | 21     | Чай с лимоном                      | 200      |      | 59,00        | 0,06  | 0,01  | 15,18    |
|            | хлеб        | 2      | Батон с маслом и сыром             | 59       |      | 177,00       | 6,33  | 8,02  | 19,74    |
|            | фрукты      | ГП     | Яблоки                             | 120      |      | 56,40        | 0,48  | 0,48  | 11,76    |
|            |             |        |                                    |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                    |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 32     | Кукуруза консервированная отварная | 100      |      | 58,00        | 2,20  | 0,40  | 11,20    |
|            | 1 блюдо     | 23     | Суп-уха ( с рыбной консервой)      | 250      |      | 135,00       | 7,52  | 3,77  | 36,05    |
|            | 2 блюдо     | 15     | Котлеты и из птицы                 | 100      |      | 241,53       | 11,00 | 15,37 | 14,80    |
|            | гарнир      | 17     | Макаронные изделия с овощами       | 180      |      | 213,60       | 5,99  | 7,37  | 33,28    |
|            | 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    |