

Школа

МБОУ "Ильинская СОШ"

Отд./корп

Дата

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | Тефтели из говядины с рисом | 100 | 30,39 | 202 | 9 | 13 | 11 |
| | | | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 11,25 | 233 | 7 | 6 | 37 |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 200 | 1,68 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,42 | 42 | 2 | 0 | 8 |
| | фрукты | | Соус красный основной | 30 | 5,41 | 20 | 0 | 1 | 2 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Консервы овощные закусочные порциями (томаты в собственном соку) | 60 | 9,16 | 10 | 0 | 0 | 2 |
| | 1 блюдо | | Щи с мясом (тушенкой), со сметаной | 250 | 18,74 | 94 | 4 | 5 | 9 |
| | 2 блюдо | | Рыба, тушенная в сметанном соусе | 100 | 25,16 | 160 | 11 | 11 | 3 |
| | гарнир | | Картофель отварной | 180 | 12,83 | 182 | 4 | 6 | 27 |
| | напиток | | Сок | 200 | 24,00 | 75 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,42 | 42 | 2 | 0 | 8 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 20 | 1,42 | 40 | 1 | 0 | 9 |
| | | | Печенье | 20 | 2,68 | 108 | 1 | 6 | 13 |
| | | | Директор МБОУ "Ильинская СОШ" | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |



Искуп.

Никитина И.Н.