

|                            |           |        |      |
|----------------------------|-----------|--------|------|
| МБОУ "Мари-Суксинская ООШ" | Отд./корп | 5-9 кл | Дата |
|----------------------------|-----------|--------|------|

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                           | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|------------|-------------|---------|-------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 173     | Каша вязкая пшенная молочная с маслом сливочным | 200/ 3   |      | 312          | 8,64   | 11,06  | 44,32    |
|            | гор.напиток | ТТК № 1 | Чай полусладкий                                 | 200      |      | 21,04        | 0,20   | 0,00   | 5,06     |
|            | хлеб бел.   | 1       | Хлеб пшеничный                                  | 60       |      | 142,00       | 4,56   | 0,48   | 29,52    |
|            | Итого:      |         |                                                 |          |      | 358,70       | 10,93  | 77,30  | 42,77    |
|            | закуска     | ТТК №19 | Салат из свежей капусты с огурцами              | 100      |      | 64,00        | 1,4    | 4,500  | 4,400    |
|            |             | №256    | Мясо тушенное в оусе                            | 100      |      | 225,00       | 15,2   | 17,380 | 2,560    |
|            | гарнир      | №203    | Макаронные изделия отварные                     | 180      |      | 224,40       | 6,12   | 5,36   | 34,20    |
|            | напиток     | 377     | Чай с лимоном полусладкий                       | 200/10/7 |      | 63,00        | 0,27   | 0,060  | 15,23    |
|            | хлеб бел.   | 1       | Хлеб пшеничный                                  | 50       |      | 118,25       | 3,80   | 0,40   | 24,60    |
|            | хлеб черн.  | 1       | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                   | 30       |      | 66,0         | 1,50   | 0,30   | 13,50    |
|            | Итого:      |         |                                                 |          |      | 755,40       | 32,830 | 21,530 | 106,320  |
|            |             |         |                                                 |          |      |              |        |        |          |

Директор



Галиев Э.А.