



2 Неделя  
9 день



Согласовано  
Директор МКОУ "СОШ №5"  
О.А. Гоноченко

ООО "Северная Пальмира"

Дата 09.07.2025

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции, г | Пищевые вещества, г |        |          | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|--------|----------|-------------------------------|
|                                                            |                 | белки               | жиры   | углеводы |                               |
| с 12 лет и старше                                          |                 |                     |        |          |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                             |                 |                     |        |          |                               |
| Омлет натуральный с маслом сливочным м.д.ж.72,5%           | 106/7           | 11,00               | 20,31  | 1,592    | 235,54                        |
| Консервы овощные закусочные икра кабачковая (порции)       | 100             | 1,95                | 8,92   | 7,72     | 119,5                         |
| Хлеб пшеничный                                             | 30              | 3,31                | 2,40   | 14,94    | 78,6                          |
| Хлеб ржаной                                                | 20              | 1,32                | 0,24   | 6,84     | 36,2                          |
| Чай с сахаром и лимоном                                    | 200/7           | 0,1                 | 0      | 15,2     | 60                            |
| Фрукты свежие (яблоко) калиброванное                       | 1 шт./100       | 0,6                 | 0,6    | 14,7     | 70,5                          |
| Итого                                                      | 570             | 18,28               | 32,47  | 60,99    | 600,34                        |
| <b>ОБЕД</b>                                                |                 |                     |        |          |                               |
| Суп с рисовой крупой                                       | 250             | 2,38                | 5,3    | 17,19    | 126,55                        |
| Птица, тушенная в соусе                                    | 100/50          | 27,024              | 27,858 | 3,16     | 372,36                        |
| Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным м.д.ж. 72,5% | 180             | 8,875               | 4,35   | 51,056   | 271,12                        |
| Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром            | 200             | 0                   | 0,06   | 33,98    | 136,1                         |
| Хлеб пшеничный                                             | 50              | 3,85                | 5,4    | 24,9     | 131                           |
| Хлеб ржаной                                                | 20              | 1,32                | 0,24   | 6,84     | 36,2                          |
| Овощи натуральные свежие (помидоры)                        | 100             | 0,75                | 0,23   | 4,35     | 20,09                         |
| Итого                                                      | 950             | 44,20               | 43,44  | 141,48   | 1093,42                       |
| Всего за день                                              | 1520            | 62,48               | 75,91  | 202,47   | 1693,76                       |

Мед. работник  
Зав. производством

Дуденко