



3 Неделя
14 день



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

Дата 16.07.2025

ООО "Северная Пальмира"

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
от 7до 12 лет					
ЗАВТРАК					
Омлет натуральный с маслом сливочным м.д.ж.72,5%	106/7	11,00	20,31	1,59	235,54
Консервы овощные закусочные икра кабачковая (порции)	60	1,90	8,90	7,70	119,00
Хлеб пшеничный	30	3,31	2,40	14,94	78,60
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,10	0,00	15,20	60,00
Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого	530	18,23	32,45	60,97	599,84
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,9061	5,1482	10,2224	96,41
Плов из птицы	90/240	34,464	29,646	52,992	623,336
Капуста тушеная	60	0,63	0,21	4,41	20,895
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
Итого	825	42,17	40,70	133,34	1043,94
Всего за день	1355	60,40	73,15	194,32	1643,78

Мед. работник _____
Зав. производством _____

Желаем вам приятного аппетита!