



3 Неделя
14 день

ООО "Северная Пальмира"

Дата 16.07.2025



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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
с 12 лет и старше					
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)	100	1,95	8,92	7,72	119,50
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	570	18,28	32,47	60,99	600,34
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,9061	5,1482	10,2224	96,41
Плов из птицы	100/280	40,95	29,81	53,04	623,78
Капуста тушеная	100	0,71	0,3	4,48	21,04
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	905	48,74	40,96	133,46	1044,53
Всего за день	1475	67,02	73,43	194,45	1644,87

Мед. работник

Зав. производством

Желаем вам приятного аппетита!