



1 Неделя
4 день

ООО "Северная Пальмира"



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

Дата 02.07.2025

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!