



1 Неделя
4 день



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

ООО "Северная Пальмира"

Дата 5.06.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
от 7 до 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!