



| Школа      | МКОУ Попковская СШ |                     |                                                              |            | Отд./корп     |              | День         | 09.05.2023   |               |
|------------|--------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Прием пищи | Раздел             | № рец.              | Блюдо                                                        | Выход, г   | Цена          | Калорийность | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
| Завтрак    | гор.блюдо          | 182\2017            | каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром            | 200        | 15,00         | 293          | 7,80         | 10,80        | 37,10         |
|            | гор.напиток        | 378\2017            | Блинчики с повидлом 50\20                                    | 70         | 20,00         | 91           | 2,83         | 2,56         | 22,11         |
|            | хлеб               | 701\2010            | хлеб пшеничный                                               | 60         | 5,00          | 96           | 4,74         | 0,6          | 28,98         |
|            | Чай                | 54-2гн\2022         | Чай с сахаром                                                | 200        | 10,00         | 36           | 0,2          | 0            | 10,38         |
|            |                    |                     | <b>итого</b>                                                 | <b>530</b> | <b>50,00</b>  | <b>515</b>   | <b>15,6</b>  | <b>14</b>    | <b>98,6</b>   |
| Обед       | закуска            | 24\2017м            | Нарезка из свежих помидоров и огурцов                        | 60         | 22,00         |              | 0,6          | 3,64         | 2,07          |
|            | 1 блюдо            | 53-3с\20            | Рассольник ленинградский (перловка)                          | 200        | 20,00         | 133          | 1,92         | 5,14         | 6,24          |
|            | 2 блюдо            | 77\2\2022\331\2017м | Котлета куриная из п.\ф. высокой степени готовности с соусом | 100\20     | 28,00         | 346          | 11,28        | 12,55        | 6,70          |
|            | гарнир             | 203\2017м           | Макароны отварные с маслом                                   | 150        | 11,00         |              | 5,4          | 4,9          | 32,8          |
|            | чай                | 348\2017            | Чай холодный каркаде                                         | 200        | 8,00          | 141          | 0,16         | 0,08         | 7,18          |
|            | хлеб бел.          | 701\2010            | Хлеб пшеничный                                               | 50         | 5,00          | 117          | 3,95         | 0,5          | 24,15         |
|            | хлеб черн.         | 702\2010            | Хлеб ржано-пшеничный                                         | 50         | 6,00          | 138          | 2,8          | 0,55         | 24,7          |
|            |                    |                     | <b>итого</b>                                                 | <b>770</b> | <b>150,00</b> |              | <b>26,11</b> | <b>27,36</b> | <b>103,84</b> |