



Утверждаю
 Директор МОБУ СОШ № 15
 Пожарского муниципального района
 О.Ю. Могильникова
 06.06.2024 год.

День: день 4 день четверг
 Категория: Дети с 6 до 11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe		
	ЗАВТРАК												
204	Макароны отварные с сыром	150/20	9,95	8,46	21,32	250,8	0,05	0,08	0,14	184,5	0,77		
ПР	Кондитерское изделие	40	2,58	1,94	0,3	165,8	0,02	0	0,28	52,	0,4		
377	Чай с лимоном	200	4,06	0,22	13,3	52,58	0	0	4,06	15,16	0,58		
ПР	Хлеб пшеничный	20	0,33	2,63	16,1	77,93	0,03	0	0	7,67	0,37		
	ОБЕД												
	Салат из капусты пекинской с огурцами и зеленью	60	0,12	1,86	5,4	42,75	0,077	0	7,	14,	0,49		
ТТК №52	Суп картофельный с рыбными консервами	200/15	6,62	6,76	2,82	128,62	0,034	0,026	7,9	28,7	0,46		
259	Жаркое по-домашнему из картофеля с курицей	240	20,09	16,48	14,13	367,26	0,18	0	11,25	92,94	3,72		
ТТК №305	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,1	0,1	17,5	76,	0	0	0	0	0		
ПР	Хлеб пшеничный	20	0,33	2,63	16,1	77,93	0,03	0	0	7,67	0,37		
ПР	Хлеб ржаной	20	0,29	1,49	13,17	61,3	0,03	0	0	6,13	0,83		
	ПОЛДНИК												
401	Оладьи с повидлом	70/15	5,13	5,79	30,15	189,93	0,003	0	0,006	5,144	0,029		
ПР	Йогурт питьевой	200	4,6	6	9	144,	0	0	2,2	360,	0		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		54,2	54,36	159,29	1634,9	0,454	0,106	32,836	773,914	8,019		