Утверждаю
Директор МОБУ СОШ № 15
Пожарского муниципального района
_____ О.Ю. Могильникова
11.06.2024 год

День: день 7 вторник
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										
175	Каша "Дружба" молочная жидкая	150	6,61	12,01	16,26	208,5	0,1	0,	0,9	185,86	0,72
ПР	Кондитерское изделие	20	1,29	0,97	0,15	82,9	0,01	0,	0,14	176,	0,2
376	Чай с сахаром	200	0,02	0,07	15,	60,	0,	0,	0,03	11,1	0,28
ПР	Хлеб пшеничный	20	0,33	2,63	16,1	77,93	0,03	0,	0,	7,67	0,37
	ОБЕД										
ТТК №18	Салат из отварной свеклы с чесноком	60	4,2	1,	5,	61,7	0,	0,	2,8	21,6	0,8
102	Суп фасолевый с курицей	200/15	0,68	5,76	19,16	158,06	0,2	0,	8,475	81,3	2,625
305	Котлеты рубленые из кур	90	15,76	13,96	16,14	266,62	0,05	0,07	0,81	31,44	0,97
309	Макароны отварные	150	4,51	5,51	26,44	168,45	0,056	0,026	0,	4,86	1,106
ТТК №233	Соус основной	30	1,3	0,4	2,	21,	0,01	0,01	0,82	1,74	0,12
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	1,	27,5	110,	0,	0,	0,32	28,7	0,62
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										
399	Блинчики со сгущенным молоком	80/20	3,71	6,52	40,47	221,	0,12	0,11	0,1	83,5	1,11
389	Сок фруктовый	200	0,2	1,	20,2	92,	0,02	0,	4,	14,	2,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		39,29	54,95	233,69	1667,39	0,656	0,216	18,395	661,57	12,921