

Утверждаю
 Директор МКОУ Мульимская СОШ
 С.А.Захарова



02.04.2025

7 до 11 лет

| Наименование блюда | выход г | пищевая ценность | | | | цена |
|----------------------------------------|----------|------------------|--------|------------|-------------------|--------|
| | | белки г | жиры г | углеводы г | калорийность ккал | |
| завтрак | | | | | | |
| каша молочная пшенная с маслом | 200/5 | 7,44 | 7,48 | 36,5 | 243 | 20,83 |
| булочка домашняя | 60 | 4,3 | 7,8 | 36,2 | 233 | 8,50 |
| чай с молоком | 200 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | 9,50 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,4 | 19,6 | 94 | 3,08 |
| фрукты свежие | 150 | 1,3 | 0,13 | 12,7 | 58 | 44,09 |
| | | | | | | 86,00 |
| обед | | | | | | |
| винегрет овощной | 100 | 1,1 | 6,1 | 3,7 | 65 | 14,70 |
| суп картофельный гороховый с говядиной | 200/12,5 | 5,24 | 5,8 | 12,1 | 121,8 | 26,83 |
| шницель из говядины с соусом/т | 90/30 | 16 | 15,8 | 12,9 | 257,4 | 52,11 |
| рис отварной | 150 | 5,65 | 0,7 | 29 | 144,9 | 17,07 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,4 | 19,6 | 94 | 3,12 |
| хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,6 | 14 | 72,4 | 3,08 |
| компот из кураги | 200 | 0,3 | 0 | 20,1 | 81 | 12,09 |
| | | | | | | 129,00 |
| итого по рациону дня | 1550 | 51 | 47 | 232 | 1546 | |
| стоимость д/дня | | | | | | 215,00 |

02.04.2025

11 до 17 лет

| Наименование блюда | выход г | пищевая ценность | | | | цена |
|----------------------------------------|----------|------------------|--------|------------|-------------------|--------|
| | | белки г | жиры г | углеводы г | калорийность ккал | |
| завтрак | | | | | | |
| каша молочная пшенная с маслом | 200/5 | 7,44 | 7,48 | 36,5 | 243 | 20,83 |
| булочка домашняя | 60 | 4,3 | 7,8 | 36,2 | 233 | 8,50 |
| чай с сахаром | 200 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | 9,50 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,4 | 19,6 | 94 | 3,08 |
| фрукты свежие | 150 | 1,3 | 0,13 | 12,7 | 58 | 44,09 |
| | | | | | | 86,00 |
| обед | | | | | | |
| винегрет овощной | 100 | 1,1 | 6,1 | 3,7 | 65 | 14,70 |
| суп картофельный гороховый с говядиной | 200/12,5 | 5,24 | 5,8 | 12,1 | 121,8 | 26,83 |
| шницель из говядины с соусом/т | 90/30 | 16 | 15,8 | 12,9 | 257,4 | 52,11 |
| рис отварной | 150 | 5,65 | 0,7 | 29 | 144,9 | 17,07 |
| хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,4 | 19,6 | 94 | 3,12 |
| хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,6 | 14 | 72,4 | 3,08 |
| компот из кураги | 200 | 0,3 | 0 | 20,1 | 81 | 12,09 |
| | | | | | | 129,00 |
| итого по рациону дня | 1655 | 51 | 47 | 232 | 1546 | |
| стоимость д/дня | | | | | | 215,00 |