

Школа

МБОУ "Сюрногуртская СОШ"

Отд./корп

7-11 лет

День

25.01.2025

|                    |                       |              |                                     |     |      |       |       |        |      |       |        |  |
|--------------------|-----------------------|--------------|-------------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|------|-------|--------|--|
| Прием пищи<br>Обед | Завтрак               | гор.блюдо    | Омлет натуральный                   | 160 | 16   | 26,72 | 3,04  | 318    | 112  | 35    |        |  |
|                    |                       | гор.напиток  | Чай с лимоном                       | 200 | 0,3  |       | 15,2  | 60     | 146  | 8     |        |  |
|                    |                       | хлеб         | Пшеничный                           | 40  | 3,4  | 0,64  | 14,8  | 79     |      | 5     |        |  |
|                    |                       | фрукты       | Банан                               | 100 | 1,5  | 0,5   | 25    | 96     |      | 18,54 |        |  |
|                    |                       |              |                                     |     |      |       |       |        |      |       |        |  |
|                    |                       | <i>итого</i> |                                     |     | 500  | 21,2  | 27,86 | 58,04  | 553  |       | 66,54  |  |
|                    | Обед                  | закуска      | салат "Степной"из разных овощей     |     | 60   | 0,78  | 4,01  | 7,45   | 53   | 25    | 12     |  |
|                    |                       | 1 блюдо      | агырчи шыд                          |     | 210  | 6,62  | 8     | 13,5   | 143  | 44    | 13     |  |
|                    |                       | 2 блюдо      | фрикадельки "Петушок"               |     | 90   | 12,87 | 15,39 | 8,55   | 222  | 81    | 33     |  |
|                    |                       | гарнир       | макаронны отварные                  |     | 150  | 5,25  | 6,15  | 35,25  | 221  | 97    | 8      |  |
|                    |                       | напиток      | компот из чернослива, кураги, изюма |     | 180  | 0,54  |       | 28,26  | 112  | 155   | 12     |  |
|                    |                       | хлеб бел.    |                                     |     | 20   | 1,7   | 0,32  | 7,4    | 40   |       | 2,5    |  |
|                    |                       | хлеб черн.   |                                     |     | 20   | 1,54  | 0,28  | 7,48   | 39   |       | 2,5    |  |
|                    |                       |              |                                     |     |      |       |       |        |      |       |        |  |
|                    |                       | <i>итого</i> |                                     |     | 730  | 29,3  | 34,15 | 107,89 | 829  |       | 83     |  |
|                    | <b>Итого за день:</b> |              |                                     |     | 1230 | 50,5  | 62,01 | 165,93 | 1382 |       | 149,54 |  |