

Школа

МБОУ "Сюрногуртская СОШ"

Отд./корп

7-11 лет

День

24.06.2025

|                    |                |            |                          |      |       |       |        |      |     |     |
|--------------------|----------------|------------|--------------------------|------|-------|-------|--------|------|-----|-----|
| Прием пищи<br>Обед | Завтрак        | гор.блюдо  | Каша "Дружба"            | 165  | 7,6   | 7,1   | 25     | 190  | 119 | 15  |
|                    |                |            |                          |      |       |       |        |      |     |     |
|                    |                | гор.напит  | Чай с лимоном            | 200  | 0,3   |       | 15,2   | 60   | 146 | 10  |
|                    |                | хлеб       | Пшеничный                | 40   | 3,5   | 0,64  | 14,8   | 79   |     | 6   |
|                    |                | фрукты     | Банан                    | 200  | 3     | 1     | 45     | 180  |     | 44  |
|                    |                |            |                          |      |       |       |        |      |     |     |
|                    |                |            |                          |      |       |       |        |      |     |     |
|                    |                | итого      |                          | 605  | 14,4  | 8,74  | 100    | 509  |     | 75  |
|                    | Обед           | закуска    | салат из свеклы с изюмом | 60   | 0,84  | 3     | 10     | 72   | 24  | 10  |
|                    |                | 1 блюдо    | суп-лапша домашняя       | 200  | 6,6   | 4,64  | 10     | 96   | 148 | 17  |
|                    |                | 2 блюдо    | тефтели (первый вариант) | 150  | 11,75 | 19    | 18     | 300  | 461 | 40  |
|                    |                | гарнир     | картофельное пюре        | 150  | 3,15  | 6,7   | 16     | 150  | 92  | 15  |
|                    |                | напиток    | напиток апельсиновый     | 180  | 0,09  |       | 15     | 86   | 157 | 12  |
|                    |                | хлеб бел.  |                          | 20   | 1,7   | 0,32  | 7,4    | 40   |     | 3   |
|                    |                | хлеб черн. |                          | 20   | 1,54  | 0,28  | 7,48   | 39   |     | 3   |
|                    |                |            |                          |      |       |       |        |      |     |     |
|                    |                |            |                          |      |       |       |        |      |     |     |
|                    |                | итого      |                          | 780  | 25,67 | 33,94 | 83,88  | 783  |     | 100 |
|                    | Итого за день: |            |                          | 1385 | 40,07 | 42,68 | 183,88 | 1292 |     | 175 |