Утверждаю

Директор МБОУ: Донская ООШ

\_\_\_\_\_\_\_\_/Т.В. Соколина/

06.10.2022 г. 5-9 классы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса пор-ции | Пищевые вещества (г) | | | Энергети-ческая  Ценность  (ккал) | Номер рецептуры |
| Б | Ж | У |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,69 | 2,28 | 39,40 | 212,52 | 219 |
| Куры отварные | 90 | 14,52 | 8,03 | 7,51 | 160,29 | 184 |
| Свежий помидор | 30 | 0,330 | 0,060 | 1,140 | 7,200 |  |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,160 | 0,400 | 19,320 | 94,000 | 3,160 |
| Чай с лимоном | 200 | 0 | 15 | 62 | 62 | 300 |
| Фрукты | 100 | 1 | 0 | 8 | 47 |  |
| *ИТОГО:* | *610* | *181.2* | *23.59* | *98,,* | *370.7* |  |