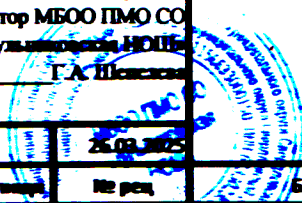


МБОУ ПМО СО "Пульниковская НОШ"

Утверждаю
 Директор МБОУ ПМО СО
 «Пульниковская НОШ»
 Г.А. Пискарев



Дата 26.03.2025

Прием пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак 1	235	Суп мясной с макаронными изделиями	200	4,62	8,83	24,12	195,56
	958	Кофейный напиток на молоке	180	2,42	2,4	23,89	128,1
	2	Бульброд с повидлом	30/20	3,67	13,21	28,65	247,49
		Итого	380	10,71	24,44	76,66	571,15
Завтрак 2		Ватруг штырьевой	100	5	3,2	3,5	62,8
Обед	7283	Суп гороховый с курцей	200	6,87	1,13	24,28	138,28
	619	Пельмени с рисом	230	44,49	42,63	31,1	685,3
	868	Компот из смеси сухофруктов	180	0,35	0,06	22,79	93,84
	5033	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,68	94
	5045	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	92,8
	Итого	690	56,99	44,58	117,61	1104,22	
Ужин	5039	Вафли	20	1,95	15,3	31,25	271
	7209	Кава геркулесовая	200	7,4	13,14	26,04	251,96
	943	Чай с сахаром	180	0,04	0	15,05	61,83
	5045	Хлеб ржаной	20	2,24	0,44	19,76	92,8
	Итого	420	11,63	28,88	92,1	677,59	
	Итого за день		1490	79,33	97,9	286,37	2352,96