

МБОУ ПМО СО "Пульниковская НОШ"							
Утверждаю Директор МБОУ ПМО СО «Пульниковская НОШ» _____ Г.А. Шепелева							
Дата	22.04.2025						
Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак 1	7209	Каша пшеничная	200	6,47	13,46	34,19	285,13
	943	Чай с сахаром	180	0,04	0	15,05	61,83
	3	Бутерброд с сыром	30.окт	11,9	23,17	21,37	344,23
		Итого	46340	18,41	36,63	70,61	691,19
Обед	208	Суп картофельный с макаронными	200	2,99	2,96	21,62	125,44
	541	Котлета	80	19,8	21,59	6,59	299,8
	299	Картофельное пюре	150	4,44	5,97	28,09	184,75
	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	32,86	31,34	118,53	890,63
		Печенье	20	1,46	4,18	12,6	94,1
Ужин	311	Запеканка с творогом со сгущенным молоком 150/20	170	12,86	7,2	51,02	319,97
	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	390	16,6	11,82	98,43	568,7
		Итого за день	47420	67,87	79,79	287,57	2150,52