

МБОУ ПМО СО "Пульниковская НОШ"							
Утверждаю Директор МБОУ ПМО СО «Пульниковская НОШ» _____ Г.А. Шепелева							
Дата	06.05.2025						
Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак 1	7209	Каша пшенинная молочная	200	6,47	13,46	34,19	285,13
	943	Чай с сахаром	180	0,04	0	15,05	61,83
Обед	3	Бутерброд с сыром	30.окт	11,9	23,17	21,37	344,23
		Итого	46340	18,41	36,63	70,61	691,19
	208	Суп картофельным 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
	Ужин		Печенье	20	1,46	4,18	12,6
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