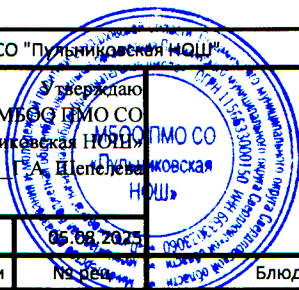


МБОУ ПМО СО "Пульникова НОШ"

Утверждаю
Директор МБОУ ПМО СО
«Пульникова НОШ»
_____ А. П. Печенева



Дата	05.08.2025						
Прием пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак 1	7209	Каша пшеничная молочная	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
Ужин		Печенье	20	1,46	4,18	12,6	94,1
	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