



Школа МОБУ ООШ №12 с.Червянка Дата 25.02.2025 День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	134	Рассольник ленинградский с мясными консервами со сметаной	220	20,10	160,10	5,60	14,60	4,09
	2 блюдо	229	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	45,46	105,00	9,75	4,95	3,80
	гарнир	168	рис отварной	100	14,82	209,70	3,56	5,30	36,60
	напиток	294	компот из изюма	200	12,05	132,80	0,34	0,08	32,00
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	30	3,53	70,14	2,37	0,30	14,49
	хлеб черн.	пром	хлеб ржаной	25	2,94	43,32	1,65	0,30	8,35
	фрукт	пром	яблоко	100	19,50	49,50	0,44	0,44	10,78

Школа

МОБУ ООШ №12 с.Червянка

Дата

26.02.2025

День

8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	4	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	5,36	81,60	0,96	4,06	5,76
	1 блюдо	104	суп картофельный с мясными фрикадельками	228	28,71	96,67	2,23	2,60	14,03
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	175	30,54	217,00	12,56	11,72	15,20
	гарнир								
	напиток	пром	сок яблочный	200	19,50	84,80	1,65	0,55	23,10
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	30	3,53	70,14	2,37	0,30	14,49
	хлеб черн.	пром	хлеб ржаной	25	2,94	43,32	1,65	0,30	8,35
	фрукт	пром	банан	150	31,00	158,00	1,65	6,00	23,00

Школа

МОБУ ООШ №12 с.Червянка

Дата

27.02.2025

День

9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	99	суп из овощей	200	8,30	76,20	1,20	3,99	7,31
	2 блюдо	381	шницели мясные с маслом сливочным	90	51,60	172,00	8,25	12,10	7,16
	гарнир	302	макаронные изделия отварные	150	9,68	168,45	5,52	4,52	26,45
	напиток	417	напиток из плодов шиповника	200	7,30	88,20	0,67	0,27	20,75
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	45	5,29	105,21	3,54	0,45	21,72
	хлеб черн.	пром	хлеб ржаной	25	2,94	43,32	1,65	0,30	8,35
	фрукт	пром	мандарин	100,00	21,14	53,00	1,00	0,00	9,00

