Школа	МОБУ ООШ №12 с.Червянка	Дата	10.03.2025	День	6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106	помидор свежий	60	25,20	59,80	1,73	3,71	4,82
	1 блюдо	102	суп картофельный с бобовыми	200	3,66	136,00	4,70	8,60	13,00
	2 блюдо	295	котлеты рубленные из птицы с маслом сливочным	90	51,13	258,75	11,77	14,07	1,15
	гарнир	723	сложный гарнир (картофельное пюре,капуста тушеная)	150	17,13	125,00	3,08	4,83	27,29
	напиток	пром.вы	сок персиковый	200	30,00	125,80	0,60	0,20	30,40
	хлеб бел.	пром.вы	Хлеб пшеничный	30	3,53	70,14	2,37	0,3	14,49
	хлеб черн.	пром.вы	хлеб ржаной	25	2,94	43,32	1,65	0,3	8,35
	фрукт								

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1EFB284913A43DD50DA4D2F7AF05D313
Владелец: Пудовикова Наталья Юрьевна
Действителен: с 09.08.2024 до 02.11.2025

Школа	МОБУ ООШ №12 с.Червянка	Дата	11.03.2025	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	13	салат из свежих огурцов	60	21,70	40,38	0,46	3,65	1,43
	1 блюдо	82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	15,00	88	0	5	13
	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								

Школа	МОБУ ООШ №12 с.Червянка	Дата	12.03.2025	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	25	салат из свежих помилоров и яблок	100	29,10	73,10	0,80	5,20	5,77
	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	348	Компот из кураги	200	11,20	114,80	0,78	0,05	27,63
	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	100	23,00	158,00	1,65	6,00	23,00

Школа	МОБУ ООШ №12 с.Червянка	Дата	14.03.2025	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	367	гуляш из мяса кур	100	48,57	160,00	12,00	9,00	5,00
	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	33,00	53,00	1,00	0,00	9,00
					115,08				

Школа	МОБУ ООШ №12 с.Червянка	Дата	28.02.2025	День	10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106	свежий огурец	60	25,20	8,40	0,48	0,06	1,50
	1 блюдо	134	Рассольник ленинградский с мясными консервами со сметаной	220	20,10	160,10	5,60	14,60	4,09
	2 блюдо	295	котлеты рубленные из птицы с маслом сливочным	90	51,13	258,75	11,77	14,07	1,15
	гарнир	694	картофельное пюре	150	5,53	113	3	8	22
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,70	133	1	0	32
	хлеб бел.	пром.вы	Хлеб пшеничный	30	3,53	70,14	2,37	0,3	14,49
	хлеб ржа.	пром.вы	хлеб ржаной	25	2,94	43,32	1,65	0,3	8,35
	фрукт								