

Д/Г "БЕРЕЗКА"

МОУ СОШ п.Поливаново

Отд./корп

Дата

31.03.2025

| Прием пищи   | Раздел      | Блюдо                                          | Выход, г | Цена 1-3 года | Цена 3-7 лет  | Калорийность | Белки                                    | Жиры | Углеводы      |
|--------------|-------------|------------------------------------------------|----------|---------------|---------------|--------------|------------------------------------------|------|---------------|
| Завтрак      | гор.блюдо   | Каша перловая на молоке                        | 150-200  | 17,21         | 21,37         | 2181         | 7                                        | 8    | 33            |
|              | гор.напиток | Какао на молоке                                | 180-200  | 16,28         | 19,11         | 183          | 6                                        | 7    | 25            |
|              | хлеб        | Бутерброд с сыром                              | 60-80    | 11,97         | 14,90         | 162          | 7                                        | 4    | 24            |
|              | фрукты      |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
|              |             |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
| Завтрак 2    | напиток     | Сок фруктовый                                  | 100-100  | 8,88          | 8,88          | 38           | 0                                        | 0    | 1             |
|              |             |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
| Обед         | закуска     | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 50-60    | 2,21          | 2,74          | 45           | 1                                        | 2    | 1             |
|              | 1 блюдо     | Суп картофельный на м/б                        | 180-200  | 14,11         | 14,11         | 140          | 6                                        | 5    | 19            |
|              | 2 блюдо     | Плов из мяса говядины                          | 180-200  | 26,11         | 30,64         | 227          | 15                                       | 46   | 33            |
|              | гарнир      |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
|              | напиток     | Компот из сухофруктов                          | 180-200  | 6,07          | 6,07          | 65           | 0                                        | 0    | 22            |
|              | хлеб бел.   |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
|              | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                    | 40-50    | 2,16          | 2,70          | 105          | 2                                        | 1    | 22            |
| Полдник      | гор.блюдо   | Омлет                                          | 100-120  | 19,77         | 23,63         | 156          | 8                                        | 11   | 6             |
|              | гарнир      |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
|              | напиток     | Чай с сахаром                                  | 180-200  | 1,41          | 1,41          | 57           | 0                                        | 0    | 15            |
|              | хлеб        | Хлеб пшеничный                                 | 30-40    | 1,98          | 2,63          | 94           | 3                                        | 0    | 20            |
|              | фрукты      |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
|              |             |                                                |          |               |               |              |                                          |      |               |
| <b>ИТОГО</b> |             |                                                |          | <b>128,16</b> | <b>148,19</b> |              | <b>средняя цена за день на 1 ребенка</b> |      | <b>138,18</b> |