

Утверждено  
 Директор школы  
 И.М.Хапачева



| Школа      | МБОУ ООШ№12 х.Мамацев |        |                                   |          | Отд./корп | День         | 04.09.2024 |       |          |
|------------|-----------------------|--------|-----------------------------------|----------|-----------|--------------|------------|-------|----------|
| Прием пищи | Раздел                | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена      | Калорийность | Белки      | Жиры  | Углеводы |
| Завтрак    | гор.блюдо             | 141    | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ     | 150,00   | 69,13     | 257,40       | 25,80      | 10,70 | 25,70    |
|            | гор.напиток           | 287    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                  | 200,00   | 5,15      | 89,32        | 1,40       | 4,60  | 17,35    |
|            | хлеб                  |        |                                   |          |           |              |            |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты                | 386    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                     | 180,00   | 29,08     | 192,00       | 3,00       | 1,00  | 42,00    |
|            | фрукты                |        |                                   |          |           |              |            |       |          |
| Обед       | закуска               |        | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                   | 60,00    | 11,82     | 47,00        | 0,72       | 2,82  | 4,62     |
|            | 1 блюдо               | 48     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАД | 235,00   | 44,49     | 175,10       | 9,76       | 6,82  | 19,01    |
|            | 2 блюдо               | 164    | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ                   | 95,00    | 59,85     | 224,14       | 17,50      | 15,05 | 4,50     |
|            | гарнир                | 426    | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                | 150,00   | 11,48     | 153,00       | 2,90       | 7,40  | 19,05    |
|            | сладкое               | 289    | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА              | 200,00   | 7,97      | 46,87        | 0,68       | 0,00  | 28,01    |
|            | хлеб бел.             |        | Хлеб пшеничный                    | 30,00    | 1,80      | 72,60        | 2,40       | 0,30  | 14,60    |
|            | хлеб черн.            |        | Хлеб ржанопшеничный               | 30,00    | 2,62      | 49,92        | 1,05       | 0,36  | 10,74    |