

Утверждаю

Директор МБОУ Торопецкая СОШ № 1

Малинина Калинина Н.Г.



14.июня

| Наименование блюда              | Вес    | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энергети<br>ческая<br>ценность | №<br>рецепт<br>уры |
|---------------------------------|--------|-------|------|--------------|--------------------------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                  |        |       |      |              |                                |                    |
| Каша рисовая                    | 250    | 5,6   | 3,7  | 35,9         | 199,35                         |                    |
| Хлеб пшеничный с сыром          | 30/15  | 8,9   | 9,4  | 12,5         | 166,5                          |                    |
| Чай с сахаром                   | 200    | 0,53  | 0,00 | 9,87         | 41,6                           |                    |
| Кондитерское изделие            | 30     | 2,4   | 4,8  | 3,5          | 96,53                          |                    |
| <b>Обед</b>                     |        |       |      |              |                                |                    |
| Овощная нарезка(огурец,помидор) | 70     | 1,06  | 0,17 | 8,52         | 39,9                           |                    |
| Щи из свежей капусты(свинина)   | 250    | 7,29  | 5,7  | 16,99        | 148,5                          | 104                |
| Картофель тушеный с мясом кур   | 150    | 3,06  | 4,8  | 20,45        | 137,25                         | 694                |
| Хлеб ржаной                     | 40     | 2,6   | 0,48 | 1,05         | 72,4                           |                    |
| Чай с сахаром                   | 200/15 | 0,2   | 0,00 | 14,00        | 47,6                           |                    |
| Хлеб пшеничный                  | 15     | 1,58  | 0,4  | 9,6          | 46,76                          |                    |