

Утверждаю
 Директор МБОУ Торопецкая СОШ № 1
 Калинина Н.Г.



| 10.июля | | | | | | |
|---------------------------------|--------|-------|------|--------------|--------------------------------|--------------------|
| Наименование блюда | Вес | Белки | Жиры | Углево ды | Энергети ческая ценность | № рецепт уры |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша рисовая | 250 | 5,6 | 3,7 | 35,9 | 199,7 | 203 |
| 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 | 20 | 2,4 | 4,8 | 3,5 | 96,53 | |
| Обед | | | | | | |
| Овощная нарезка(огурец,помидор) | 60 | 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 | 28,00 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,4 | 9,6 | 46,76 | |