

Утверждено
Директор МКОУ СОИ 8 с. Тулулк
В.В. Белова

День 10 10.07.2025

№ рел.	Приём пищи, наименование блюда	Категория: дети (младшие)					Категория: дети (старшие)				
		Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
	Завтрак										
173/2005	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	200/7	7,64	13,18	32,86	281,04	230/7	8,79	15,15	37,79	323,20
14/2017	Масло сливочное "Крестьянское" м.д.ж. 72,5% (порциями)	10	0,10	7,25	0,13	66,10	10	0,10	7,25	0,13	66,10
15/2017	Сыр "Российский" (порциями)	10	2,30	2,90	0,00	36,00	10	2,30	2,90	0,00	36,00
389/2017	Сок фруктовый яблочный	200	0,00	0,20	20,20	92,00	200	0,00	0,20	20,20	92,00
г/п	Хлеб пшеничный	30	3,31	2,40	14,94	78,60	30	3,31	2,40	14,94	78,60
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20
г/п	Пряник ванильный	60	7,64	1,00	57,83	221,79	60	7,64	1,00	57,83	221,79
	Итого	537	22,31	27,17	132,80	811,73	567	23,46	29,14	137,73	853,88
	Обед										
102/2017	Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	5,64	20,61	151,05	250	4,39	5,64	20,61	151,05
295/2017	Котлета рубленая из птицы с соусом сметанно-томатным	90/50	19,64	4,99	14,82	183,01	100/50	21,82	5,54	16,47	203,34
202/2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	150	6,38	5,02	42,80	246,24	180	6,38	5,02	42,80	246,24
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	19,98	104,00	200	0,00	0,00	19,98	104,00
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,40	24,90	131,00	50	3,85	5,40	24,90	131,00
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20
71/2017	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,63	0,21	4,41	20,90	100	0,72	0,25	4,62	21,82
	Итого	870	36,21	21,50	134,37	872,40	950	38,48	22,10	136,22	893,66
	Всего за день	1407	58,51	48,67	267,16	1684,12	1517	61,93	51,24	273,95	1747,54
	Всего за 10 дней	13819	568,40	590,02	2223,02	16087,13	14949	588,70	600,02	2238,47	16290,82
	Среднее за 10 дней	1382	56,84	59,00	222,30	1608,71	1495	58,87	60,00	223,85	1629,08