

Утверждаю
Директор МКОУ СОШ 8 с. Тугулух
В.В. Белова



День 8 08.07.2025

№ рел.	Приём пищи, наименование блюда	Категория: дети (младшие)						Категория: дети (старшие)					
		Масса порций,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порций,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы			
	Завтрак												
182/2017	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	200/7	4,70	11,52	17,09	215,43	230/7	4,83	11,76	17,52	216,70		
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		
378/2017	Чай с молоком	200	1,50	1,60	17,32	86,65	200	1,50	1,60	17,32	86,65		
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	Печенье бисквитное	60	4,45	1,08	48,34	220,25	60	4,45	1,08	48,34	220,25		
	Итого	537	17,69	26,99	104,66	739,23	567	17,81	27,23	105,09	740,50		
	Обед												
101/2017	Суп картофельный с крупой перловой крупной	250	2,70	2,91	21,11	120,23	250	2,70	2,91	21,11	120,23		
227/2017	Рыба (минтай) припущенная	90	19,53	1,10	0,31	89,76	100	20,22	1,30	0,45	89,98		
310/2017	Картофель отварной с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	150	3,53	7,23	28,79	195,47	180	3,67	7,32	29,80	197,58		
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		
139/2017	Капуста тушеная	60	0,63	0,21	4,41	20,90	100	0,71	0,30	4,48	21,04		
	Итого	820	31,56	17,09	106,33	697,55	900	32,47	17,47	107,56	700,03		
	Всего за день	1357	49,25	44,08	210,99	1436,78	1467	50,28	44,70	212,64	1440,52		