



Утверждаю  
 директор МБОУ СОШ № 1  
 имени А.В. Суворова  
 Е.М. Родин

## ДЕНЬ 9

1-4 классы						День	18.01	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Горошек консервированный	80	2,48	0,16	6,7	38,16		13,86
	Пюре картофельное	150	3,1	9,16	17,99	172,9	128	15,01
	Рыба, туш. в томате с овощами 80/80	140	13,65	6,93	5,32	147	229	42,97
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342	7,62
	Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4		1,68
	Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85		1,71
<b>Итого за завтрак</b>		<b>620</b>	<b>22,37</b>	<b>16,86</b>	<b>81,96</b>	<b>584,91</b>		<b>82,85</b>
Обед	Нарезка из свежих помидоров	60	0,66	0,12	2,28	13,1	71	20,48
	Борщ с капустой и картофелем и сметаной 200/5	205	1,54	4,74	8,95	91	82	8,61
	Каша вязкая ячневая	150	3,24	4,22	20,82	134,2	303	20,57
	Поджарка из говядины	90	19,22	25,02	3,7	315,7	251	83,17
	Сок фруктовый	200	1,5	0	22,8	97,2		16,9
	Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4		1,68
	Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85		1,71
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338	13
<b>Итого за обед</b>		<b>855</b>	<b>29,54</b>	<b>34,95</b>	<b>92,42</b>	<b>810,45</b>		<b>166,12</b>

Ответственная за организацию горячего питания

В.В. Артюхова