



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



## ДЕНЬ 6

1-4 классы						День	29.01.	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рец.	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	70	9,83
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,4	309	17,98
	Котлета(свино-говяж) домашняя с соусом 90/65	155	12,5	18,77	13,53	275	271	63,05
	Компот из сух.шиповника	200	0,45	0,15	21,6	89,9		10,28
	Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	9,42	43,88		1,37
<b>Итого за завтрак</b>		<b>585</b>	<b>20,05</b>	<b>23,69</b>	<b>72,01</b>	<b>583,18</b>		<b>102,51</b>
Обед	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338	13,00
	Икра свекольная	60	1,42	4,5	6,3	71,38	75	9,58
	Суп из овощей со сметаной	200/5	1,37	4,79	7,52	84,2	99	9,13
	Пюре картофельное	150	3,1	9,16	17,99	172,9	128	15,01
	Поджарка из рыбы	90	13,4	8,17	9,51	164,8	231	28,99
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342	7,62
	Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36		2,35
	Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75		2,39
<b>Итого за обед</b>		<b>875</b>	<b>24,01</b>	<b>27,81</b>	<b>112,7</b>	<b>811,99</b>		<b>88,07</b>

Ответственная за организацию горячего питания

В.В. Артюхова