

|       |                     |        |     |      |          |
|-------|---------------------|--------|-----|------|----------|
| Школа | МКОУ ООШ с.Ральники | Классы | 1-4 | День | 08.04.24 |
|-------|---------------------|--------|-----|------|----------|

| Прием пищи | Раздел          | № рецепта | Блюдо                | Выход | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------------|-----------|----------------------|-------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | Горячее блюдо   |           | салат "шардоне"      | 60    | 7-30  | 68,2         | 9,8   | 5,0  | 4,9      |
|            |                 |           | котлеты из говядины  | 40    | 35-00 | 162,3        | 57,9  | 16,8 | 5,0      |
|            |                 |           | макаронн отварные    | 100   | 7-00  | 149,0        | 6,6   | 4,7  | 39,4     |
|            | Горячий напиток |           | кашлет из сухофрукт. | 200   | 4-00  | 121,0        | 9,5   | 9,1  | 31,2     |
|            |                 |           | Хлеб                 | 25    | 3-30  | 21,0         | 4,0   | 0,0  | 39,0     |
|            | итого           |           | пирожок с яблоком    | 75    | 23-00 | 94,0         | 2,3   | 2,0  | 16,7     |
|            |                 |           | Хлеб                 |       | 80-00 |              | 657,5 |      |          |

|       |                     |        |     |      |           |
|-------|---------------------|--------|-----|------|-----------|
| Школа | МКОУ ООШ с.Ральники | Классы | 5-9 | День | 08.04.24. |
|-------|---------------------|--------|-----|------|-----------|

| Прием пищи | Раздел          | № рецепта | Блюдо               | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------------|-----------|---------------------|-------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | Горячее блюдо   |           | салат "шардоне"     | 100   |      | 144,0        | 1,4   | 8,4  | 8,2      |
|            |                 |           | котлеты из говядины | 40    |      | 162,3        | 5,3   | 16,8 | 5,0      |
|            |                 |           | макаронн отварные   | 150   |      | 291,0        | 8,1   | 8,2  | 48,2     |
|            | Горячий напиток |           | кашлет из сухофр.   | 200   |      | 121,0        | 9,5   | 9,1  | 31,2     |
|            |                 |           | Хлеб                | 25    |      | 21,0         | 4,0   | 0,0  | 39,0     |
| Полдник    |                 |           | чай с сахаром       | 200   |      | 555,3        |       |      |          |
|            |                 |           | мер. с яблоком      | 75    |      | 35,0         | 9,1   | 9,0  | 9,1      |
|            |                 |           | итого               |       |      | 232,0        | 2,3   | 2,0  | 16,7     |

