



<b>ИТОГО</b>	<b>930</b>	<b>119,21</b>	<b>0</b>	<b>973,7</b>	<b>36</b>	<b>49,4</b>	<b>96,2</b>
--------------	------------	---------------	----------	--------------	-----------	-------------	-------------

**Завтрак**  
**07.03.2023г**  
**вторник**

сыр твёрдых сортов	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшеничная	200	17,37	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	14,34	54-23гн	86	3,9	2,9	11,2
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	80	4,16	пром	187,5	6,1	0,6	39,4
<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>50,37</b>	<b>0</b>	<b>705,5</b>	<b>26,2</b>	<b>20,1</b>	<b>104,9</b>

**Обед**  
**07.03.2023г**  
**вторник**

борщ с фасолью	250	18,12	54-19с	134,4	3,9	6,4	15,4
картофельное пюре	200	15	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
рыба тушёная в томате с овощами	100	32,54	54-10р	191,9	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,27	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
икра из баклажанов.Консервы	60	9,6	пром	88,1	1	8	3,1
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
<b>ИТОГО</b>	<b>910</b>	<b>91,23</b>	<b>0</b>	<b>844,4</b>	<b>32,6</b>	<b>33,9</b>	<b>102,4</b>

**Завтрак**  
**09.03.2023г**  
**четверг**

сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/1з12	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	7,2	53-19з4	66,1	0,1	7,3	0,1
каша жидкая молочная гречневая	200	15,15	54-20к131	187,3	7,1	5,8	26,7
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	21,4	0,2	0	5,2
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
яблоко	200	26	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
<b>ИТОГО</b>	<b>670</b>	<b>66,81</b>		<b>541,4</b>	<b>17,5</b>	<b>23</b>	<b>66,4</b>

**Обед**  
**09.03.2023г**  
**четверг**



салат из свежих помидор и огурцов	60	12,83	14-5в	37,5	0,6	3,1	1,8
суп крестьянский с крупой	200	6,48	54-10с	115,6	5,1	5,8	10,8
макаронны отварные	200	11,75	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	75	29,75	п/ф	148,7	11	8,7	6,6
соус белый основной	25	3,11	54-2соус	15,6	0,7	0,9	1,1
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
компот из брусники	200	15,08	54-11гн	32,7	0,1	0,1	7,8
<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>85,7</b>		<b>815,1</b>	<b>31,7</b>	<b>26,2</b>	<b>113,1</b>

завтрак 10.03.2023г

пятница							
сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет натуральный	150	17	54-1з	225,5	12,7	18	3,2
какао с молоком	200	16	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
апельсин	200	31	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
<b>ИТОГО</b>	<b>610</b>	<b>81,16</b>		<b>579,3</b>	<b>28,5</b>	<b>31</b>	<b>46,7</b>

обед

10.03.2023г

пятница							
салат из моркови и чернослив	80	8,47	54-9з	75,6	1,2	0,2	17,2
суп гороховый	250	12,34	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	39	54-11г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	5,78	54-4гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>72,29</b>		<b>793</b>	<b>32</b>	<b>19,5</b>	<b>122,4</b>
Всего в среднем	1475,00	155,90	0,00	1458,70	56,95	57,25	179,13

Антипенюк Л.И.

Завхоз школы :