



Утверждаю:
директор МКОУ СОШ 9
п. Верхняя Кугульта

А.В. Вербина

День 9	12.06.2025г.										
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Категория: дети (младшие)					Категория: дети (старшие)				
		Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
	Завтрак										
210/2017	Омлет натуральный с маслом сливочным м.д.ж.72,5%	106/7	11,00	20,31	1,59	235,54	106/7	11,00	20,31	1,59	235,54
73/2017	Консервы овощные закусочные икра кабачковая (порции)	60	1,90	8,90	7,70	119,00	100	1,95	8,92	7,72	119,50
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
377/2017	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,10	0,00	15,20	60,00	200/7	0,10	0,00	15,20	60,00
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого	530	18,23	32,45	60,97	599,84	570	18,28	32,47	60,99	600,34
	Обед										
101/2017	Суп с рисовой крупой	250	2,38	5,30	17,19	126,55	250	2,38	5,30	17,19	126,55
290/2017	Птица, тушенная в соусе	90/50	27,02	27,86	3,16	372,36	100/50	27,02	27,86	3,16	372,36
302/2017	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	150	8,88	4,35	51,06	271,12	180	8,88	4,35	51,06	271,12
358/2017	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0,00	0,06	33,98	136,10	200	0,00	0,06	33,98	136,10
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
71/2017	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,60	0,20	4,20	19,90	100	0,75	0,23	4,35	20,09
	Итого	870	44,05	43,41	141,33	1093,23	950	44,20	43,44	141,48	1093,42
	Всего за день	1400	62,28	75,86	202,30	1693,07	1520	62,48	75,91	202,47	1693,76