









Школа

МАОУ СОШ п. Никольевский Балаковский район, Саратов

Отд./корп

День: 4

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г       | Калорийнд | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|---------------------------------------|----------------|-----------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо | 173    | Каша молочная пшеничная с м/сливочным | 200/5          | 224.0     | 6.7   | 7.90 | 41.70    |
|            |           | 14     | Масло сливочное/порциями/             | 10             | 65.72     | 0.1   | 7.20 | 0.13     |
|            | напиток   | 382    | Какао с молоком                       | 200            | 134.00    | 2.90  | 2.5  | 24.80    |
|            |           |        | пр                                    | Батон нарезной | 30        | 69.0  | 1.95 | 0.6      |
|            | хлеб      | пр     | Фрукт сезонный                        | 100            | 47.0      | 0.4   | 0.4  | 9.8      |
|            | фрукт     |        | итого                                 |                | 539.72    | 12.05 | 18.6 | 90.23    |
|            |           |        |                                       |                |           |       |      |          |
|            |           |        |                                       |                |           |       |      |          |
|            |           |        |                                       |                |           |       |      |          |
|            |           |        |                                       |                |           |       |      |          |
|            |           |        |                                       |                |           |       |      |          |
|            |           |        |                                       |                |           |       |      |          |
|            |           |        |                                       |                |           | 0     | 0    | 0        |





Школа

МАОУ СОШ п. Никольевский Балаковский район, Саратовская обл.

День: 7

| Прием пищи | Раздел    | № рец.  | Блюдо                                     | Выход, г | Калорийность  | Белки        | Жиры        | Углеводы     |
|------------|-----------|---------|---|----------|---------------|--------------|-------------|--------------|
| Завтрак    | гор.блюдо | 294/505 | Котлета куриная с соусом красным основным | 90/40    | 223.8         | 13.2         | 12.40       | 15.08        |
|            | гарнир    | 469     | Макаронны отварные                        | 150      | 191.00        | 5.5          | 4.80        | 38.30        |
|            | напиток   | 686     | Напиток витаминный                        | 200      | 41.00         | 0.20         |             | 10.20        |
|            | хлеб      | пр      | Батон нарезной                            | 30       | 69.0          | 1.95         | 0.6         | 13.8         |
|            |           |         | <b>Итого</b>                              |          | <b>524.80</b> | <b>20.88</b> | <b>17.8</b> | <b>77.38</b> |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               |              |             |              |
|            |           |         |   |          |               | 0            | 0           | 0            |





Школа

МАОУ СОШ п. Николовский Балаковский района,  
Саратовская обл.

День: 9

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Калорийнд     | Белки       | Жиры        | Углеводы    |
|------------|------------|--------|-------------------------------------|----------|---------------|-------------|-------------|-------------|
| Завтрак    | гор. блюдо | 174    | Каша молочная рисовая с м/сливочным | 200/5    | 206.4         | 4.2         | 7.6         | 30.2        |
|            |            | 15     | Сыр порционный                      | 15       | 54.5          | 3.5         | 4.5         |             |
|            |            | 14     | Масло сливочное/порциями/печенье    | 10       | 65.72         | 0.10        | 7.2         | 0.13        |
|            |            | 580    | Чай с сахаром молоком               | 60       | 25.6          | 3.2         | 2.3         | 33.0        |
|            |            | пр     | Батон нарезной                      | 200      | 88.0          | 1.7         | 1.3         | 17.4        |
|            | хлеб       |        |                                     | 30       | 69.0          | 2.0         | 0.6         | 13.8        |
|            |            |        | <b>Итого</b>                        |          | <b>546.62</b> | <b>14.6</b> | <b>23.5</b> | <b>64.3</b> |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        |                                     |          |               |             |             |             |
|            |            |        | <b>Итого</b>                        |          |               |             |             |             |

