

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №12

М.С. Ресслер

| <u>Понедельник</u><br><u>21.07.2025</u> | Прием пищи<br>наименование блюда | Масса порций |            | Энер.<br>цен<br>(ккал) | Энер.<br>цен<br>(ккал) |
|-----------------------------------------|----------------------------------|--------------|------------|------------------------|------------------------|
|                                         |                                  | 1,6-3<br>лет | 3-7<br>лет |                        |                        |
| Завтрак                                 | Каша гречневая                   | 110          | 130        | 134,32                 | 159,9                  |
|                                         | Чай                              | 180          | 200        | 34                     | 38                     |
|                                         | Бутерброд с маслом               | 20           | 30         | 74                     | 112                    |
|                                         | Хлеб                             | 15           | 20         | 35,1                   | 46,8                   |
| Всего                                   |                                  | 370          | 420        | 324,62                 | 385,4                  |
| Второй завтрак                          | Сок                              | 100          | 100        | 43                     | 43                     |
| Обед                                    | Свекольник                       | 160          | 180        | 59,08                  | 67,14                  |
|                                         | Жаркое по-домашнему              | 160          | 200        | 246                    | 307                    |
|                                         | Компот из сухофруктов            | 180          | 200        | 76                     | 84                     |
|                                         | Огурец соленый                   | 20           | 30         | 2,2                    | 3,3                    |
|                                         | Хлеб                             | 60           | 70         | 139,2                  | 163,8                  |
| Всего                                   |                                  | 580          | 680        | 522,48                 | 625,24                 |
| Полдник                                 | Каша рисовая<br>молочная         | 160          | 180        | 164,74                 | 187,2                  |
|                                         | Чай                              | 180          | 200        | 54                     | 60                     |
|                                         | Хлеб                             | 30           | 40         | 70,2                   | 93,6                   |
| Всего                                   |                                  | 370          | 420        | 288,94                 | 340,8                  |
| Итого                                   |                                  | 1420         | 1620       | 1179,04                | 1394,44                |