Утверждаю:

Директор МОУ СОШ им.А.А.Чижова с. Владыкино

Воронкова Е.В.

1-4 классы

5 ноября 2026г. **Завтрак**

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Макароны отв.	1/150	5,4	4,9	196,8	196,8	6,40
Биточки кур. с соу.	1/100	12,78	14,51	205,32	205,32	33,71
Какао с мол.	1/200	1,6	3,6	100,4	100,4	11,49
Хлеб пшеничн.	1/30	3,20	0,50	84,80	84,80	3,06
яблоко	1/182	0,80	0,60	114	114	14,89
Итог завтрака	662	26,78	24,11	92,11	701,32	69,55

Обед

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Салат из кв.к.	1/60	0,96	3	6,6	57	9,37
Борщ из св. кап	1/255	2,17	5,43	12,34	115	6,20
Рис отв.	1/150	3,7	4,8	36,50	203,50	7,33
Тушеное из гов.	1/90	13,86	5,76	3,33	120,60	46,70
Компот из с/ф.	1/200	0,08	0	21,82	87,60	3,89
Хлеб рж. пш.	1/30	4,08	0,72	29,52	129	2,97
Хлеб пш.	1/30					3,06
Итог завтрака	815	24,85	19,71	110,11	712,7	79,52