Утверждаю:

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

Воронкова Е.В.

17. 11. 2026 г. **Завтрак** 5-11 классы.

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Каша рисов. м.	200/10	5,9	8,1	40	260	15,07
йогурт мол.	1/100	2,7	0,2	16	75	35,30
чай с сах.	1/200	0,2	0	9,1	36	1,00
бутерб. с сыр.	35/25	2,6+7,5	1,+9,2	17,8+0,09	92,4+112	20,35
Итог завтрака	570	18,9	18,4	82,99	577,40	71,72

Обед

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Икра свекольн.	1/100	1,8	7,9	9,9	122	5,83
Изе с гов. с см.	1/279	9	11,8	8,8	182	38,43
Котлета пуд.	100/5	15,9	22,9	16	337	41,94
Картоф. пюре	1/180	3,69	5,76	24,03	169	11,29
Кисель	1/200	0	0	20	76	4,37
Хлеб пш	1/30	3,96	0,72	20	116	3,06
Хлеб рж. пш.	1/30					2,97
Итог завтрака	920	34,35	49,08	98,73	1002,00	107,89