Утверждаю:

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

Воронкова Е.В.

18. 11. 2026 г. **Завтрак** 5-11 классы:

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Каша пшенная	200/10	7,6	9,3	34	253	14,06
Запеканка тв.	140/20	26,1	19,1	33,4	412	46,65
Кофейн. нап.	1/200	3	2,8	16,6	101	8,71
Хлеб пш.	1/30	2,4	0,3	14,5	74	3,06
Итог завтрака	600	39,1	31,5	98,5	840	72,48

Обед

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Винегрет овощ	1/100	1,3	2,6	7,6	63	12,10
Картоф. с клец	25/250	7,8	6,1	15,8	153,4	33,41
Котлеты из рыб	90/5	11	11,2	13,5	240	49,43
Горох. пюре	1/180	18,10	5,9	42,50	318	6,05
Чай с сах.	1/200	0,2	0	9,1	36	1,00
Хлеб пш.	1/30	3,96	0,72	20,00	116	3,06
Хлеб рж. пш.	1/30					2,97
Итог завтрака	905	45,36	29,72	108,50	926,40	108,02