Утверждаю:

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

Воронкова Е.В.

19 ноября 2026 **Завтрак** 5 - 11 классы

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
макароны отв	220/10	6,48	5,88	39,36	236,16	9,51
Биточки кур. с.с.	1/100	12,78	14,51	5,91	205,32	34,32
какао с мол	1/200	4,6	3,6	12,6	100,4	9,82
Хлеб пшен.	1/30	3,2	0,5	16,8	84,80	3,06
конд. в уп.	1 шт	4,00	4,9	27,20	208,00	11,89
Итог завтрака	540	31,06	29,39	101,87	834,68	71,60

Обед

Наименование блюда	Кол-во г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность	Сумма
Салат из кв.к.	1/100	1,6	5	110	95	15,14
Борщ с гов.	32/250	2,8	15,4	16,4	255	20,39
Рис припущ	1/180	4,44	5,76	43,8	244,20	8,77
Тушение из гов.	1/100	15,40	6,40	3,7	134	52,23
Компот из с/ф	1/200	0,08	0	21,82	87,6	5,35
Хлеб рж. пшен.	1/30	4,08	0,72	29,52	129,00	2,97
Хлеб пшен.	1/30					3,06
Итог завтрака	920	39	33,28	225,24	944,80	107,91