

Утверждаю  
Директор  
МОУ «Дьяконовская СШ им. Н.И. Дешина»  
Марунич Т.А.



Школа МОУ "Дьяконовская СШ им. Н.И. Дешина" Отд./корп  День 04.06.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 175    | Каша из пшена и риса молочная | 200      | 183,40       | 6,08  | 8,60  | 14,50    |
|            | гор.напиток | 294    | Напиток кофейный с молоком    | 200      | 155,20       | 3,60  | 2,67  | 28,27    |
|            | хлеб        | 111    | Хлеб пшеничный                | 20       | 46,76        | 1,58  | 0,20  | 9,66     |
|            | закуска     | 63     | Бутерброд с сыром             | 40       | 149,00       | 6,9   | 9     | 10       |
|            |             |        |                               |          |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 23     | Салат из свежих помидор       | 100      | 78,56        | 1,11  | 6,18  | 4,38     |
|            | 1 блюдо     | 106    | Рассольник Ленинград          | 250      | 107,25       | 2,20  | 5,20  | 11,98    |
|            | 2 блюдо     | 290    | Бефстроганов из куриного филе | 100      | 198,2        | 16,09 | 12,39 | 6,23     |
|            | гарнир      | 256    | Макароны отварные             | 150      | 184,5        | 5,55  | 4,95  | 29,55    |
|            | гор.напиток | 388    | Напиток из плодов шиповника   | 200      | 72,80        | 0,40  | 0,27  | 20,76    |
|            | хлеб бел.   | 111    | Хлеб пшеничный                | 20       | 46,76        | 1,58  | 0,20  | 9,66     |
|            | хлеб черн.  | 110    | Хлеб ржано-пшеничный          | 40       | 91,96        | 2,24  | 0,44  | 19,76    |
|            |             |        |                               |          |              |       |       |          |
|            |             |        |                               |          |              |       |       |          |