

итовых: ММ  
 директор спорт. Федерации М.Н.

| Школа      | Бочанихинская нош |         |                                           |  |          | Отд./корп | 1-4 кл       | День  |      |          |  | 19.12.2025 |
|------------|-------------------|---------|-------------------------------------------|--|----------|-----------|--------------|-------|------|----------|--|------------|
| Прием пищи | Раздел            | № рец.  | Блюдо                                     |  | Выход, г | Цена      | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |  |            |
| Завтрак    | гор.блюдо         | 54-4г   | каша гречневая рассыпчатая                |  | 150      | 11,52     | 233,7        | 8,2   | 6,3  | 35,9     |  |            |
|            | гор.блюдо         | 54-9р   | рыба запеченная в сметаном соусе (минтай) |  | 90       | 46,92     | 266,1        | 17,1  | 19,8 | 5        |  |            |
|            | гор.напиток       | 54-10гн | чай с клюквой и сахаром                   |  | 200      | 13,08     | 28,9         | 0,2   | 0,1  | 6,8      |  |            |
|            | хлеб              | пром    | хлеб пшеничный                            |  | 40       | 3,20      | 93,8         | 3     | 0,3  | 19,7     |  |            |
|            | хлеб              | пром    | хлеб ржаной                               |  | 30       | 2,40      | 51,2         | 2     | 0,4  | 10       |  |            |
|            |                   |         |                                           |  | 510      | 77,12     | 673,7        | 30,5  | 26,9 | 77,4     |  |            |
| Завтрак 2  | фрукты            |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            |                   |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            |                   |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
| Обед       | закуска           |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            | 1 блюдо           |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            | 2 блюдо           |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            | гарнир            |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            | сладкое           |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            | хлеб бел.         |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            | хлеб черн.        |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |
|            |                   |         |                                           |  |          |           |              |       |      |          |  |            |