Утверждаю:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

_____Н.А.Кевпанич

3 день

Дата 20.05.2026

| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | 492 | плов из птицы | 200 | | 345,80 | 15,10 | 18,00 | 30,20 |
| | 53 | компот из сухофруктов | 200 | | 66,40 | 0,30 | 0,00 | 16,00 |
| | 7 | хлеб ржано-пшеничный | 50 | | 99,00 | 3,13 | 0,50 | 20,63 |
| | 27 | овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий ) | 60 | | 8,00 | 0,60 | 0,00 | 1,40 |
| | | | | 136,37 | | | | |
| Полдник | 13/14 | блинчики (оладьи) с повидлом | 100 | | 121,2 | 2,2 | 4,2 | 18,6 |
| | 389 | сок фруктовый (яблочный) | 200 | | 112,70 | 0,20 | 0,20 | 16,50 |
| | | | | 58,00 | | | | |
| | | | | | | | | |