

Согласовано:

Утверждаю:

Директор  
ФИО  
01.09.2022г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №  
41" ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА Г. САРАТОВА

Подписано цифровой подписью:  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №41"  
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА Г. САРАТОВА  
Дата: 2023.04.21 17:58:53 +03'00'

ИП Цибульская Н.И.  
Цибульская Нина Ивановна  
01.09.2022г.

День: День 1

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
131	Свекольник	200	3,80	5,88	15,54	107,08
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46
108	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>6,37</b>	<b>6,18</b>	<b>37,32</b>	<b>206,04</b>

День: День 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
134.1	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	2,46	7,36	13,94	155,46
494	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84
108	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>5,09</b>	<b>7,66</b>	<b>35,94</b>	<b>256,80</b>

День: День 3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
147	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,16	2,28	15,06	133,80
494	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84
108	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>4,79</b>	<b>2,58</b>	<b>37,06</b>	<b>235,14</b>

День: День 4

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
142.3	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,24	4,22	7,40	77,26
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46
574	Булочка школьная	30	2,28	0,85	6,05	69,21
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>4,72</b>	<b>5,07</b>	<b>20,47</b>	<b>174,93</b>

День: День 5

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
144.2	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	1,84	3,40	17,10	131,50
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46
574	Булочка школьная	30	2,28	0,85	6,05	69,21
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>4,32</b>	<b>4,25</b>	<b>30,17</b>	<b>229,17</b>

День: День 6

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
128.1	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	3,54	5,94	10,82	118,08
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46
108	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>6,11</b>	<b>6,24</b>	<b>32,60</b>	<b>217,04</b>

День: День 7

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
156	Суп-лапша на курином бульоне	200	3,94	6,48	15,88	153,18
494	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84
108	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>6,57</b>	<b>6,78</b>	<b>37,88</b>	<b>254,52</b>

День: День 8

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
144.1	Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	200	4,50	4,54	17,28	128,22
494	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84
108	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>7,13</b>	<b>4,84</b>	<b>39,28</b>	<b>229,56</b>

День: День 9

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
142.3	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,24	4,22	17,40	107,26
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46
574	Булочка школьная	30	2,28	0,85	6,05	69,21
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>4,72</b>	<b>5,07</b>	<b>30,47</b>	<b>204,93</b>

День: День 10

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
134.1	Рассольник Ленинградский на курином бульоне	200	2,46	7,36	13,94	155,46
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46
574	Булочка школьная	30	2,28	0,85	6,05	69,21
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>4,94</b>	<b>8,21</b>	<b>27,01</b>	<b>253,13</b>