

Школа МБОУ СОШ № 12

3 день  
СРЕДА

Утвердил должность  
ФИО  
Дата



|               |       |      |
|---------------|-------|------|
| Директор      |       |      |
| И.А. Худошина |       |      |
| 12            | марта | 2026 |

Возрастная категория:

7-11 лет

| Прием пищи | Раздел       | № рецеп  | Блюдо                  | Выход | Пищевые вещества |       |       | Калорийность,<br>ккал |
|------------|--------------|----------|------------------------|-------|------------------|-------|-------|-----------------------|
|            |              |          |                        |       | Б                | Ж     | У     |                       |
| Завтрак    | гор. блюдо   | 406/2013 | Плов из отварной птицы | 240   | 16,38            | 16,27 | 38,80 | 367,50                |
|            | гор. напиток | 494/2013 | Напиток из шиповника   | 200   | 0,10             | 0,00  | 15,00 | 60,00                 |
|            | фрукты       | 112/2013 | Булочка домашняя       | 75    | 0,40             | 0,40  | 9,80  | 47,00                 |
|            |              | 108/2013 | Хлеб пшеничный         | 25    | 1,90             | 0,20  | 12,30 | 58,75                 |
|            |              |          | ИТОГО                  | 540   | 18,78            | 16,87 | 75,9  | 533,25                |