

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 4

И.П. Колomoйцев А.В.

09.06.2023

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Колomoйцев А.В.

ШКОЛА		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	25	383,6	15,5	16,4	41,0
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
	закуска		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	14,71	71,4	1,1	5,3	4,6
обед	1 блюдо	96	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	26	153,6	5,4	4,9	21,8
	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	90	35	213,3	15,0	14,0	18,0
	гарнир	171	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	22	195,1	7,4	3,6	33,3
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
ИТОГО			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ	отд/корп	156,71			день	5
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	30	383,6	9,5	6,4	41,0
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
	закуска		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	18,72	71,4	1,1	5,3	4,6
обед	1 блюдо	96	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	26	153,6	5,4	4,9	21,8
	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	100	41	237,0	13,4	9,5	12,2
	гарнир	171	КАША ПШЕНИЧНАЯ	180	27	195,1	7,4	3,6	33,3
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
ИТОГО					176,72				