

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 4 им. Косова

26.06.2013

УТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В.

прием пищи				раздел		№ рецепта	блюдо		отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
прием пищи				раздел		№ рецепта	блюдо		отд/корп	цена <th>калорийность</th> <th>Белки, г</th> <th>Жиры, г</th> <th>Углеводы, г</th>	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
завтрак				гор. блюдо		189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		200	27	295,2	13,3	6,9	43,4	
завтрак				гор. напиток		376	ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИ КАКАО		250	4	41,1	0,2	0,0	10,1	
завтрак				хлеб			ХЛЕБ ИЛИ БАТОН		40	3	78,6	2,3	0,9	15,4	
завтрак						13	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)		10	8	75	0,1	8,3	0,1	
завтрак						15	СЫР (ТОРЦИЯМИ)		10	7	75	2,3	2,9	0,0	
завтрак				закуска		56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		60	14,71	52,8	1,1	2,9	5,6	
завтрак				1 блюдо		102	СУП ГОРОХОВЫЙ		250	26	152,5	8,1	4,9	18,8	
завтрак				2 блюдо		203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		150	22	179,7	5,3	2,4	34,2	
завтрак				гарнир		272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ		90	32	213,3	15,0	14,0	18,0	
завтрак				сладкое		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		200	10	84,0	0,8	0,8	20,1	
завтрак				хлеб			ХЛЕБ		40	3	81,6	2,6	0,4	17,0	
ИТОГО										156,71					
школа						ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ		отд/корп				день			1
прием пищи				раздел	№ рецепта	блюдо		выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
прием пищи				гор. блюдо	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ		250	34	369,0	6,0	6,1	27,8		
прием пищи				гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИ КАКАО		250	4	41,1	0,2	0,0	10,1		
завтрак				хлеб	ТТ К №1	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН		40	3	78,6	2,3	0,9	15,4		
завтрак					13	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)		10	8	75,0	0,1	8,3	0,1		
завтрак					15	СЫР (ТОРЦИЯМИ)		10	7	75	2,3	2,9	0,0		
завтрак				закуска	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		100	18,72	119,0	1,9	8,9	7,7		
завтрак				1 блюдо	102	СУП ГОРОХОВЫЙ		250	26	152,5	8,1	4,9	18,8		
обед				2 блюдо	272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ		100	41	237,0	13,4	9,5	12,2		
обед				гарнир	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		180	22	215,0	6,4	2,9	40,9		
обед				сладкое	402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		200	10	84,0	0,8	0,8	20,1		
обед				хлеб		ХЛЕБ		50	3	81,6	2,6	0,4	17,0		
ИТОГО									176,72						