

29.06.2022

СОБЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 4 уч. Лосовы
И.П. Коломийцев А.В.

УТВЕРЖДАЮ
И.П. Коломийцев А.В.

ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		день	
прием пищи	№ рецепта	выход, г	калорийность
гор. блюдо	ТТК №11	180	389,7
гор. напиток	ЧАЙ С САХАРОМ,	250	41,1
хлеб	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	78,6
закуска	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	51,0
1 блюдо	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	101,4
2 блюдо	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	90	214,6
сладкое	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	195,1
хлеб	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	42,6
хлеб	ХЛЕБ	40	81,6
ИТОГО		156,71	
школа	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ		
прием пищи	№ рецепта	выход, г	калорийность
гор. блюдо	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	46
гор. напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	250	41,1
хлеб	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	78,6
закуска	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	51,0
1 блюдо	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	101,4
2 блюдо	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	219,0
сладкое	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	234,1
хлеб	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	42,6
хлеб	ХЛЕБ	50	81,6
ИТОГО		176,72	

день

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

4