



Дебердеева Е. В.



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ИП Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.

Сосновка

Отд./корп

день

02 октября 2023

Школьники 7-11 лет

Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	П.262	Каша манная молочная жидкая	150	12,37	161,55	4,65	5,59	23,14
		П.94	Бутерброд с маслом	30	14,14	147	1,2	12,5	7,5
	гор напиток	П.501	Кофейный напиток с молоком	200	13,27	79	3,2	2,7	15,9
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	31	3,13	52,2	1,98	0,36	10,02
		П.96	сыр сычужный твердый порциями	15	13,55	51,5	3,8	3,9	0
Завтрак 2		П.300/2013	яйцо	шт	10,88	63	5,1	4,6	0,3
		П.112	Нектарин	шт	21,55	45	0,9	0,1	9,35
Итого завтрак					88,89				
Обед	закуска	П.24	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	19,1	42,42	0,58	3,64	2,019
	1 блюдо	П.156, П.404	Суп-лапша домашняя с отварной птицей	250/20	16,51	159,57	2,38	5,07	12,99
				2 блюдо	П.406	Плов из отварной птицы	150	42,58	256,4
	гарнир								
	напиток	П.494	Чай с лимоном	200	4,39	60	0,1	0	15
	хлеб черный	П.109	Хлеб ржаной	30	3,05	52,2	1,98	0,36	10,02
		П.108	Хлеб пшеничный	30	3,26	70,5	2,28	0,24	14,76
Итого обед					88,89				

Школьники 11-18 лет

Прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	П.262	Каша манная молочная жидкая	200	16,5	215,4	6,2	7,46	30,86
		П.94	Бутерброд с маслом	30	14,14	147	1,2	12,5	7,5
	гор напиток	П.501	Кофейный напиток с молоком	200	13,27	79	3,2	2,7	15,9
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	25	2,54	43,5	1,65	0,3	8,35
		П.96	сыр сычужный твердый порциями	15	13,55	51,5	3,8	3,9	0
Завтрак 2	фрукты								
					60				
Итого завтрак									
Обед	закуска	П.24	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	19,1	42,42	0,58	3,64	2,019
	1 блюдо	П.156, П.404	Суп-лапша домашняя с отварной птицей	250/20	16,51	159,57	2,38	5,07	12,99
				2 блюдо	П.406	Плов из отварной птицы	150	42,58	256,4
	гарнир								
	напиток	П.494	Чай с лимоном	200	4,39	60	0,1	0	15
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	24	2,42	52,2	1,98	0,36	10,02
Итого обед					85				