



СОГЛАСОВАНО

Дебердеева Е.В.



УТВЕРЖДАЮ

Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.

Сосновка

Октябрь

день

06 октября 2023

Школьники 7-11 лет

Прием пищи		№ реп.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	П.301	Омлет натуральный	200	53,56	326,15	17,25	26,8	4,62
		П.14	Масло сливочное	20	17,4	132	0,16	14,5	0,26
	гор напиток	П.503	Кофейный напиток на сгущеном молоке	200	11,09	113	2,9	2	20,9
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	20	2,03	34,8	1,32	0,24	6,68
		П.111	Батон парезной	30	4,81	78,68	2,26	0,88	15,4
Завтрак 2	фрукты								
<b>Итого завтрак</b>					<b>88,89</b>				
Обед	закуска	П.50	Салат из свеклы отварной	60	3,89	53,4	0,9	3,3	5,04
	1 блюдо	П.142	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/19	11,63	99	2	6,48	8,13
	2 блюдо	П.411	Кнеди из кур с рисом	90	45,74	221,14	15,56	15,81	6,69
	гарнир	П.423	Капуста тушеная	150	17,32	94,5	5,55	5,4	5,85
	напиток	П.282	Компот из яблок	200	4,00	60,64	0,16	0	14,99
	хлеб	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
<b>Итого обед</b>					<b>88,89</b>				

Школьники 11-18 лет

Прием пищи	раздел	№ реп.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	П.301	Омлет натуральный	174	46,52	287,01	15	23,32	4,02
	гор напиток	П.503	Кофейный напиток на сгущеном молоке	200	11,09	113	2,9	2	20,9
	хлеб	П.111	Батон парезной	15	2,39	39,34	1,13	0,44	7,7
Завтрак 2	фрукты								
<b>Итого завтрак</b>					<b>60</b>				
Обед	закуска	П.50	Салат из свеклы отварной	60	3,89	53,4	0,9	3,3	5,04
	1 блюдо	П.142	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,41	83	1,75	4,98	7,78
	2 блюдо	П.411	Кнеди из кур с рисом	90	45,74	221,14	15,56	15,81	6,69
	гарнир	П.423	Капуста тушеная	180	20,78	113,4	6,66	6,48	7,02
	напиток	П.282	Компот из яблок	200	4,00	60,64	0,16	0	14,99
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	31	3,18	52,2	1,98	0,36	10,02
<b>Итого обед</b>					<b>85</b>				