



СОГЛАСОВАНО

Директор школы

Школа

Дебердеева Е.В.



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ИП Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.

МБОУ СОШ с.Сосновка

Отд./корп

день

16 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	1шт	10,88	63	5,1	4,6	0,3
		П.112	Нектарин	1шт	21,55	45	0,9	0,1	9,35
<b>Итого завтрак</b>					<b>88,89</b>				
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	11,42
	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	
<b>Итого обед</b>					<b>88,89</b>				

**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								
<b>Итого завтрак</b>					<b>60</b>				
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	11,42
	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
<b>Итого обед</b>					<b>85</b>				