



СОГЛАСОВАНО

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ИП Лисенков Н.Н.

Дебердеева Е.В.

Лисенков Н.Н.

Школа МБОУ СОШ с Сосновка Отд./корп. день 16 ноября 2023

Школьники 7-11 лет									
Прием пищи	раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П.313	Запеканка из творога	150	52,28	425	24	25,2	23,9
		П.481	Молоко сгущенное	15	3,26	49,2	1,08	1,27	8,32
	гор.напиток	П.497	Какао с молоком	200	18,16	180	5	4,4	31,7
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	10	1,05	17,4	0,66	0,12	3,34
		П.94	Бутерброд с маслом	30	14,14	147	1,2	12,5	7,5
Завтрак 2	фрукты								
Итого завтрак					88,89				
Обед	закуска	П.25	Салат "Степной" из разных овощей	60	8,02	69,6	1,14	4,62	5,76
	1 блюдо	П.134	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	19,8	137,25	2,3	6,75	16,6
	2 блюдо	П.406	Плов из отварной птицы	150	42,58	256,4	11,42	11,36	27,1
	гарнир								
	напиток	П.348	Компот из кураги	200	10,59	114,4	0,78	0,046	27,63
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	34	3,42	52,2	1,98	0,36	10,02
		П.108	Хлеб пшеничный	41	4,48	96,35	3,12	0,33	20,17
Итого обед					88,89				

Школьники 11-18 лет									
Прием пищи	раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П.313	Запеканка из творога	157	54,67	425	24	25,2	23,9
		П.481	Молоко сгущенное	15	3,26	49,2	1,08	1,27	8,32
	гор.напиток	П.493	Чай с сахаром	200	2,07	60	0,1	0	15
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Итого завтрак					60				
Обед	закуска	П.25	Салат "Степной" из разных овощей	60	8,02	69,6	1,14	4,62	5,76
	1 блюдо	П.134	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	18,72	137,25	2,3	6,75	16,6
	2 блюдо	П.406	Плов из отварной птицы	150	42,58	256,4	11,42	11,36	27,1
	гарнир								
	напиток	П.348	Компот из кураги	200	10,59	114,4	0,78	0,046	27,63
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	30	3,05	52,2	1,98	0,36	10,02
		П.108	Хлеб пшеничный	19	2,04	70,5	2,28	0,24	14,76
Итого обед					85				