



СОГЛАСОВАНО

Дебердеева Е.В.



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ИП Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.

МБОУ СОШ с.Сосновка

Отд./корп

день

23 ноября 2023

**Школьники 7-11 лет**

| Прием пищи           | раздел              | № рец. | Блюдо                                    | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------------|---------------------|--------|--|----------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак              | гор.блюдо           | П.260  | Каша "Дружба"                            | 150      | 20,88        | 169,67       | 3,95  | 8,75  | 18,8     |
|                      |                     | П.91   | Бутерброд с сыром                        | 35       | 19,7         | 123          | 5     | 8,1   | 7,4      |
|                      | гор.напиток<br>хлеб |        | Напиток кисломолочный "Снежок"           | 200      | 46,28        | 77,7         | 2,8   | 2,5   | 11       |
|                      |                     | П.109  | Хлеб ржаной                              | 20       | 2,03         | 34,8         | 1,32  | 0,24  | 6,68     |
| Завтрак 2            | фрукты              |        |  |          |              |              |       |       |          |
| <b>Итого завтрак</b> |                     |        |  |          | <b>88,89</b> |              |       |       |          |
| Обед                 | закуска             | П.4    | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60       | 8,17         | 169,32       | 1,89  | 16,77 | 3,32     |
|                      | 1 блюдо             | П.128  | Борщ с капустой и картофелем, сметаной   | 250/10   | 10,71        | 111          | 2,08  | 6,5   | 11       |
|                      | 2 блюдо             | П.343  | Рыба, тушеная в томате с овощами         | 140      | 35,01        | 143          | 13,3  | 7,2   | 6,3      |
|                      | гарнир              | П.414  | Рис отварной                             | 150      | 15,98        | 204,6        | 3,69  | 6,075 | 33,85    |
|                      | напиток             | П.518  | Сок фруктовый                            | 200      | 11,31        | 92           | 1     | 0,2   | 0,2      |
|                      | хлеб                | П.109  | Хлеб ржаной                              | 30       | 3,05         | 52,2         | 1,98  | 0,36  | 10,02    |
|                      |                     | П.108  | Хлеб пшеничный                           | 43       | 4,66         | 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.260  | Каша "Дружба"                            | 200      | 27,83     | 226,2        | 5,26  | 11,64 | 25,06    |
|                      |                     | П.91   | Бутерброд с сыром                        | 35       | 19,7      | 123          | 5     | 8,1   | 7,4      |
|                      | гор.напиток<br>хлеб | П.495  | Чай с молоком                            | 200      | 10,44     | 81           | 1,5   | 1,3   | 15,9     |
|                      |                     | П.109  | Хлеб ржаной                              | 20       | 2,03      | 34,8         | 1,32  | 0,24  | 6,68     |
| Завтрак 2            | фрукты              |        |  |          |           |              |       |       |          |
| <b>Итого завтрак</b> |                     |        |  |          | <b>60</b> |              |       |       |          |
| Обед                 | закуска             | П.4    | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60       | 8,17      | 169,32       | 1,89  | 16,77 | 3,32     |
|                      | 1 блюдо             | П.128  | Борщ с капустой и картофелем             | 250      | 8,53      | 95           | 1,83  | 5     | 10,65    |
|                      | 2 блюдо             | П.343  | Рыба, тушеная в томате с овощами         | 140      | 35,01     | 143          | 13,3  | 7,2   | 6,3      |
|                      | гарнир              | П.414  | Рис отварной                             | 180      | 19,17     | 245,52       | 4,42  | 7,29  | 40,62    |
|                      | напиток             | П.518  | Сок фруктовый                            | 200      | 11,31     | 92           | 1     | 0,2   | 0,2      |
|                      | хлеб                | П.109  | Хлеб ржаной                              | 28       | 2,81      | 52,2         | 1,98  | 0,36  | 10,02    |
|                      |                     |        |  |          |           |              |       |       |          |
| <b>Итого обед</b>    |                     |        |  |          | <b>85</b> |              |       |       |          |

Бухгалтер

Лисенков Н.Н.

Зав.производством