



Дебердеева Е.В.

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ИП Лисенков Н.Н.

Лисенков Н.Н.

Школа: МБОУ СОШ с.Сосновка Отд./корп: _____ день: 25 января 2024

Школьники 7-11 лет									
Прием пищи	рецепт	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П.260	Каша "Дружба"	150	27,83	169,67	3,95	8,75	18,8
		П.91	Бутиерброд с сыром	35	19,7	123	5	8,1	7,4
	гор.напиток		Напиток кисло-молочный "Снежок"	200	47,88	77,7	2,8	2,5	11
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	20	2,03	34,8	1,32	0,24	6,68
Завтрак 2	фрукты								
Итого завтрак					97,44				
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, тушенная в томате с овощами	140	43,56	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
Итого обед					97,44				

Школьники 11-18 лет									
Прием пищи	рецепт	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П.260	Каша "Дружба"	150	27,83	169,67	3,95	8,75	18,8
		П.91	Бутиерброд с сыром	35	19,7	123	5	8,1	7,4
	гор.напиток	П.495	Чай с молоком	200	10,44	81	1,5	3,3	15,9
	хлеб	П.109	Хлеб ржаной	20	2,03	34,8	1,32	0,24	6,68
Завтрак 2	фрукты								
Итого завтрак					60				
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, тушенная в томате с овощами	123	38,21	125,64	11,69	6,33	5,5
	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	28	2,8	52,2	1,98	0,36	10,02
Итого обед					85				

Бухгалтер

Лисенков Н.Н.

Зав. производством