



Дебердеева Е.В.



Лисенков Н.Н.

Школа: МБОУ СОШ с.Сосновка Отд./корп: _____ День: 8 ноября 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 хлеб	П.501	Кофейный напиток с молоком	200	13,27	79	3,2	2,7	15,9	
		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	штг	16,64	63	5,1	4,6	0,3	
		П.14	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	15,79	61,2	0,78	3,66	6,24	
Итого завтрак				60	19,1	88,99	82,8	0,66	6,06	6,36
Обед	закуска	П.2	Салат витаминный							
	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	11,36	27,1	
	гарнир			200	4,39	60	0,1	0	15	
	напиток	П.494	Чай с лимоном	30	3,05	52,2	1,98	0,36	10,02	
	хлеб черный	П.109	Хлеб ржаной	30	3,26	70,5	2,28	0,24	14,76	
Итого обед					88,99					

				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 хлеб	П.501	Кофейный напиток с молоком	200	13,27	79	3,2	2,7	15,9	
		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			60						
Итого завтрак				60	19,1	82,8	0,66	6,06	6,36	
Обед	закуска	П.2	Салат витаминный							
	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	11,36	27,1	
	гарнир			200	4,39	60	0,1	0	15	
	напиток	П.494	Чай с лимоном	24	2,42	52,2	1,98	0,36	10,02	
хлеб	П.109	Хлеб ржаной								
Итого обед					85					