

04 сентября 2023г.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №4
 Н.П.Зимовейская

завтрак 1-4 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№210,сбор.2005 г. под ред.	Омлет натуральный	159/5	37,31	17,40	17,50	14,99	254,20
№306,сбор.2005 г. под ред.	Горошек зеленый консервированный	60	15,02	1,86	2,64	10,80	78,16
№14,сбор.2005г.	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10
№457,сбор.2021	Чай с сахаром	200/10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00
№338,сбор. 2005 под.ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого завтрак:		604	73,69	23,18	28,38	66,49	609,99

обед 1-4 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№ 82,сбор. 2005г.под ред.	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,31	1,82	4,91	12,74	102,50
№279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	51,62	18,18	20,88	22,98	353,33
№203,сбор.2005	Макаронны отварные с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50
№495,сбор.2021	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,10	84,00
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50
Итого обед:		850	76,28	30,65	32,62	112,33	888,03

4 сентября 2023г

завтрак ОВЗ

Директор МБОУ СОШ №4

Н.П.Зимовейская

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№210,сбор.2005 г. под ред.	Омлет натуральный	159/5	37,31	17,40	17,50	14,99	254,20
№306,сбор.2005 г. под ред.	Горошек зеленый консервированный	60	15,02	1,86	2,64	10,80	78,16
№14,сбор.2005г. под ред.	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10
№457,сбор.2021 г. под ред.	Чай с сахаром	200/10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00
№338,сбор. 2005 под ред	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого завтрак:		604	73,69	23,18	28,38	66,49	609,99

обед ОВЗ, льготники

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№ 82,сбор. 2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,31	1,82	4,91	12,74	102,50
№279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	51,62	18,18	20,88	22,98	353,33
№203,сбор.2005	Макароны отварные с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50
№495,сбор.2021	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,10	84,00
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50
Итого обед:		850	76,28	30,65	32,62	112,33	888,03



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №4
 Н.П. Зимовейская

4 сентября 2023г. завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№210,сбор.2005	Омлет натуральный	159/5	40,46	17,40	17,50	14,99	234,20
№306,сбор.2005	Горошек зеленый консервированный	50	12,55	1,55	2,20	9,00	41,80
№395,сбор.2012 г. под ред.	Кофейный напиток с молоком	200	11,32	3,10	2,40	17,20	103,50
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,35	3,20	0,41	19,37	94,60
Итого завтрак:			66,68	25,25	22,51	60,56	474,10

обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена, руб.	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№ 82,сбор. 2005г. под ред.	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	12,77	1,82	4,91	12,74	102,50
№279 сбор.2005г.под	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	80/50	55,81	10,91	12,53	13,79	212,00
№203,сбор.2005 г. под ред.	Макароны отварные с маслом	150/5	10,09	4,78	5,06	26,65	171,25
№457,сбор.2021 г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,90	0,20	0,10	9,30	38,00
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,35	3,20	0,41	19,37	94,60
Итого обед:			82,92	20,91	23,01	81,85	618,35