

12 июля 2024г.



**ЛОУ Возраст 6-10 Лет Завтрак**

Утверждаю  
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	37,50	17,40	17,50	14,99	234,20
№71,сбор.2005г. под ред.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60
№457,сбор.2021	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00
№338,сбор. 2005	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50
<b>Итого завтрак:</b>			<b>57,11</b>	<b>21,17</b>	<b>18,50</b>	<b>53,52</b>	<b>437,83</b>

12 июля 2024г. **ЛОУ Возраст 6-10 Лет Обед**

№ 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	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50
№ 289,сбор.	Рагу из птицы	100/180	52,20	13,51	8,66	25,72	235,56
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60
№495,сбор.2021	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50
<b>Итого обед:</b>			<b>74,05</b>	<b>20,78</b>	<b>14,33</b>	<b>85,07</b>	<b>554,36</b>



12 июля 2024г.

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №4  
 Н.П.Зимовейская

**ЛОУ Возраст 11-17 Лет Завтрак**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№210,сбор.2005	Омлет натуральный	212/5	48,74	23,20	23,30	19,98	312,00
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00
№457,сбор.2021	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00
№338,сбор. 2005	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт.	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60
<b>Итого завтрак:</b>			<b>79,88</b>	<b>28,60</b>	<b>24,68</b>	<b>73,02</b>	<b>559,30</b>

12 июля 2024г. **ЛОУ Возраст 11-17 Лет Обед**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№ 82,сбор.	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50
№ 289,сбор.	Рагу из птицы	100/180	52,20	13,51	8,66	25,72	235,56
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00
№495,сбор.2021	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60
<b>Итого обед:</b>			<b>78,13</b>	<b>22,60</b>	<b>14,56</b>	<b>94,62</b>	<b>602,26</b>