

15 июля 2024г.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4

Н.П.Зимовейская

**ЛОУ возраст 6-10 Лет Завтрак**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
№223,сбор.2005 г.под ред.	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	71,28	25,56	19,56	49,50	396,50
№462,сбор.2021 г. под ред.	Какао с молоком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00
№338,сбор. 2005	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	150	21,97	2,90	0,00	47,20	200,00
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50
<b>Итого завтрак:</b>			<b>104,67</b>	<b>34,13</b>	<b>22,76</b>	<b>124,99</b>	<b>761,00</b>

15 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.2012г, под ред.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75
№281,сбор.	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,50
№171,сбор.2005	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,00
№352,сбор.2005	Кисель из яблок свежих	200	5,59	0,30	0,00	34,50	139,20
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>77,32</b>	<b>29,60</b>	<b>23,58</b>	<b>133,90</b>	<b>946,15</b>



15 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	
№223,сбор.2005	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	97,47	31,90	24,50	61,80	463,00
№462,сбор.2021	Какао с молоком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00
№338,сбор. 2005	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	200	29,30	2,90	0,00	47,20	200,00
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60
<b>Итого завтрак:</b>			<b>138,78</b>	<b>41,30</b>	<b>27,81</b>	<b>142,17</b>	<b>851,60</b>

15 июля 2024г. **ЛОУ возраст 11-17 Лет Обед**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,
				Б	Ж	У	
№82,сбор.2012г,	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75
№281,сбор.	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,50
№171,сбор.2005	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,00
№352,сбор.2005	Кисель из яблок свежих	200	5,59	0,30	0,00	34,50	139,20
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>78,60</b>	<b>31,09</b>	<b>23,81</b>	<b>142,12</b>	<b>987,65</b>



16 июля 2024г.

**ЛОУ Возраст 6-10 Лет Завтрак**

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №4  
 Н.Т. Зимовайская

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Пищевые в-ва,г				Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	К	
№306,сбор.2005 г. под ред.	Макаронны отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,25	
№459,сбор.2021	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	
№338,сбор. 2005 под ред Могильного	Яблочки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	
<b>Итого завтрак:</b>			<b>40,63</b>	<b>7,93</b>	<b>5,94</b>	<b>62,58</b>	<b>361,28</b>	

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Пищевые в-ва,г				Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	К	
№84,сбор.2005г,по	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	
237 сб 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	31,18	10,83	18,67	11	255	
№310,сбор.2005	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблوك	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	
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>72,55</b>	<b>24,10</b>	<b>29,55</b>	<b>110,74</b>	<b>928,35</b>	



16 июля 2024г.

**ЛОУ Возраст 11-17 Лет Завтрак**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г				Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	К	
№306,сбор.2005	Макароны отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,25	
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (отурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	
№459,сбор.2021	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	
№338,сбор. 2005	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт.	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	
<b>Итого завтрак:</b>			<b>55,69</b>	<b>9,91</b>	<b>6,24</b>	<b>78,55</b>	<b>410,55</b>	

16 июля 2024г.

**ЛОУ Возраст 11-17 Лет Обед**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г				Энерг. К
				Б	Ж	У	К	
№	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	
237 с6 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	31,18	10,83	18,67	11	255	
№310,сбор.2005	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	
г.подвал	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	
342 с6 2005 г	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	
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>77,30</b>	<b>26,07</b>	<b>29,86</b>	<b>120,83</b>	<b>980,25</b>	

