

18 Июнь 2025г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №4

Н.П.Зимовейская

<i>Завтрак Возраст 6-11Лет</i>							
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
210сб2005 г под ред.Могильного	Омлет натуральный	106/10	41,84	10,60	21,40	11,20	280,00
№71,сбор.2005г. под ред.	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	7,57	0,50	0,00	2,00	9,60
377 сб.2005 под к/к	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50
Итого завтрак:		584	53,07	13,60	21,72	42,89	422,10

18 Июнь 2025г.

обед Возраст 6-11Лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,
				Б	Ж	У	
№ 82,сбор. 2005г.под ред.	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74	102,50
№279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	59,89	18,18	20,88	22,98	353,33
№203,сбор.2005	Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00	225,50
№349,сбор.2005	Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10	84,00
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,60	1,65	0,30	8,35	43,50
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,66	1,98	0,25	12,08	58,75
Итого обед:		840	91,96	29,93	32,51	108,25	867,58

18 Июнь 2025г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №4

Н.П.Зимовейская

Завтрак Возраст 12-17 Лет							
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	К
210сб2005 г под ред.Могильного	Омлет натуральный	106/10	41,84	10,60	21,40	11,20	280,00
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,62	0,83	0,00	3,33	16,00
377 сб.2005 под ред.Могильного	Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20	62,00
№338,сбор. 2005	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт.	200	23,82	0,80	0,67	19,70	88,70
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60
Итого завтрак:		767	82,60	15,56	22,50	68,80	541,30

18 Июнь 2025г.

Обед Возраст 12-17 Лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	К
№ 82,сбор. 2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74	102,50
№279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	59,89	18,18	20,88	22,98	353,33
№203,сбор.2005	Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00	225,50
№349,сбор.2005	Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10	84,00
г под	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36	69,60
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37	94,60
Итого обед:		870	93,92	32,14	32,85	120,55	929,53