

20 июня 2024г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4



п.п. Зимовейская

**ЛОУ Возраст 6-10 Лет Завтрак**

| № рецептуры                        | Наименование блюда                   | Выход,г  | Цена,        | Пищевые в-ва,г |             |              | Энерг. Ценность, ккал |
|------------------------------------|--------------------------------------|----------|--------------|----------------|-------------|--------------|-----------------------|
|                                    |                                      |          |              | Б              | Ж           | У            |                       |
| №306,сбор.2005 г. под ред.         | Макароны 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 | Яблоки 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>         |

20 июня 2024г.

**ЛОУ Возраст 6-10 Лет Обед**

| № рецептуры        | Наименование блюда                      | Выход,г | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |               | Энерг. Ценность, |
|--------------------|---|---------|--------------|----------------|--------------|---------------|------------------|
|                    |   |         |              | Б              | Ж            | У             |                  |
| № 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 яблок                  | 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>    |



20 июня 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            |                       |
| №306,сбор.2005        | Макароны отварные с сыром                   | 200      | 24,97        | 4,78           | 5,06        | 26,65        | 171,25                |
| №71,сбор.2005г.       | Овощи натуральные свежие (огурец)           | 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>         |

20 июня 2024г.

**ЛОУ Возраст 11-17 Лет Обед**

| № рецептуры        | Наименование блюда                      | Выход,г | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |               | Энерг. Ценность, ккал |
|--------------------|---|---------|--------------|----------------|--------------|---------------|-----------------------|
|                    |   |         |              | Б              | Ж            | У             |                       |
| № 237 сб 2005 г    | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной | 250/5   | 10,18        | 3,54           | 5,10         | 14,53         | 168,25                |
| №310,сбор.2005     | Зразы рыбные с яйцом                    | 100     | 31,18        | 10,83          | 18,67        | 11            | 255                   |
| №71,сбор.2005г.    | Картофель отварной с маслом             | 180/5   | 16,13        | 4,50           | 5,00         | 28,90         | 220,20                |
| 342 сб 2005 г      | Овощи натуральные свежие (помидоры)     | 100     | 8,67         | 1,20           | 0,20         | 4,67          | 26,00                 |
| к/к                | 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>         |