

28 июня 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	
№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 (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60
№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
Итого завтрак:			56,11	20,95	18,38	52,72	431,83

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
№279,сбор.	Тефтели из говядины с соусом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33
№203,сбор.2005	Макароны отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50
№71,сбор.2005г.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60
№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	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого обед:			85,75	32,16	32,84	119,96	927,13

28 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,
№210,сбор.2005 г. под ред.	Омлет натуральный	212/5	48,74	23,20	23,30	19,98	312,00
№71,сбор.2005г. под ред.	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00
№14,сбор.2005г.	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10
№457,сбор.2021 г. под ред.	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
Итого завтрак:			85,76	28,31	31,74	71,82	615,40

ЛОУ Возраст 11-17 Лет Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,
№ 82,сбор. 2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50
№279,сбор.	Тефтели из говядины с соусом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33
№203,сбор.2005	Макароны отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50
№71,сбор.2005г. под ред.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00
№495,сбор.2021 г. под ред. Перевалова	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
Итого обед:			90,50	33,34	33,05	125,22	955,53