

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 16 » октября 2025 года

Школа _____

День 4-ый Неделя первая

Отд./корп _____

День _____

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	творожное блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/40	140	58,58	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/10	1,53	60	0,07	0,02	15
		2	Бутерброд с джемом или повидлом 20/40	60	7,18	170,18	2,61	4,22	30,36
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	10,76	96	1,5	0,5	21
Завтрак льготные категории 5-11 классы			ИТОГО:	500	78,05	603,68	23,47	17,86	87,07
	творожное блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/40	140	58,58	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/10	1,53	60	0,07	0,02	15
		ПР	Бутерброд с джемом или повидлом 20/40	60	7,18	170,18	2,61	4,22	30,36
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	10,76	96	1,5	0,5	21
Обед 2 смена 1-4 классы			ИТОГО:	500	78,05	603,68	23,47	17,86	87,07
	овощи	71	Овощи по сезону	50	6,53	51,42	1,2	3	5,07
	1 блюдо	103	Суп картофельный макаронными изделиями	200	7,79	95	2,15	2,27	13,96
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные	50	23,83	122	6,14	7,51	7,41
	гарнир	303	Каша вязкая рисовая	150	12,44	154,05	2,57	4,17	26,57
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	2,16	64,4	1,62	1,68	14
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	30	2,16	143,1	4,24	1,33	28,1
	напиток	389	Сок фруктовый	180	12,38	76,32	0,9	0	18,18
	фрукты	338	Фрукты по сезону яблоко	100	10,76	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	790	78,05	802,29	20,32	20,46	134,29

овощи	71	Овощи по сезону													
1 блюдо	103	Суп картофельный макаронными изделиями													
2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные													
гарнир	312	Пюре картофельное													
хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.													
хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный													
напиток	389	Сок фруктовый													
		ИТОГО ЗА ОБЕД:													
творожное															
блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50													
горячий напиток	376	Чай с сахаром													
хлеб белый	ПР	Батон нарезной													
фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко													
		ИТОГО:													
творожное															
блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50													
горячий напиток	376	Чай с сахаром													
хлеб белый	ПР	Батон нарезной													
фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко													
		ИТОГО:													
Овощи по сезону		100	7,00	101,94	2,08	6,38	14,85								
Суп картофельный макаронными изделиями		250	9,71	118,25	2,69	2,84	17,46								
Котлеты или биточки рыбные		100	43,15	221,8	11,16	13,65	13,47								
Пюре картофельное		180	26,67	164,7	3,68	5,77	24,53								
Хлеб рж.-пшеничн.		40	2,88	96,6	2,43	0,25	21								
Хлеб пшеничный		40	2,88	189	5,6	1,75	37,1								
Сок фруктовый		200	13,75	84,8	1	0	20,2								
ИТОГО ЗА ОБЕД:		910	106,04	977,09	28,64	30,64	148,61								
Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50		150	61,68	277,5	19,29	13,12	20,71								
Чай с сахаром		200/10	1,53	60	0,07	0,02	15								
Батон нарезной		40	4,08	104,8	3	1,2	20,6								
Фрукты в ассортименте* яблоко		100	10,76	96	1,5	0,5	21								
ИТОГО:		514	78,05	538,3	23,86	14,84	77,31								
Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5% 100/50		150	61,68	277,5	19,29	13,12	20,71								
Чай с сахаром		200/10	1,53	60	0,07	0,02	15								
Батон нарезной		40	4,08	104,8	3	1,2	20,6								
Фрукты в ассортименте* яблоко		100	10,76	96	1,5	0,5	21								
ИТОГО:		514	78,05	538,3	23,86	14,84	77,31								

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО