



Утверждаю:
Директор школы: Малькова Н.Н. Малькова

День: среда 20.12.2023г.
Неделя: первая
Сезон: осеннее - зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
завтрак	93	Каша тишьяная	200	5,75	5,21	18,84	145,20
	943	чай	200	0,20	0,00	14,00	28,00
		Бутерброд с маслом	12/30	3,85	1,2	26,7	127,0
		Итого		9,80	6,41	59,54	300,20
обед	42	Суп вермишелевый	200	5,61	4,09	18,98	180,52
	170	Макароны с тефтелей	200/50	1,45	3,93	100,20	282,00
	377	Компот	200	9,02	2,28	15,42	114,66
		Хлеб ржаной	60	4,7	0,7	49,8	214,0
		Итого		21,58	11,80	204,0	835,18
		ИТОГО		31,38	18,21	263,54	1185,38

Стоимость завтрака 40 руб., стоимость обеда 70 руб.

Утверждаю:
 Директор школы:  /Н.Н.Малькова



День: среда 20.12.2023г.
 Неделя: первая
 Сезон: осеннее - зимний
 Возрастная категория: 12-18 лет

Приём пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
завтрак	93	Каша пшённая	250	5,75	5,21	18,84	145,20
	943	чай	200	0,20	0,00	14,00	28,00
		Бутерброд с маслом	12/30	3,85	1,2	26,7	127,0
		Итого		9,80	6,41	59,54	300,20
обед	42	Суп вермишелевый	250	5,61	4,09	18,98	180,52
	170	Макароны с тефтелей	200/60	1,45	3,93	100,20	282,00
	377	Компот	200	9,02	2,28	15,42	114,66
		Хлеб ржаной	60	4,7	0,7	49,8	214,0
		Итого		21,58	11,80	204,0	835,18
		ИТОГО		31,38	18,21	263,54	1185,38

Стоимость завтрака 40 руб., стоимость обеда 70 руб.