

День: четверг 16.01.2025г.
 Неделя: первая
 Сезон: осеннее - зимний
 Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждаю:
 Директор школы: *Мла* /Н.Н.Малькова/



Приём пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
завтрак	183	Каша гречневая молочная	200	3,70	5,78	19,67	140,64
	943	Чай	200	0,20	0,00	14,00	28,00
		Бутерброд с сыром	10/30	3,85	1,2	26,7	127,0
		Итого		7,75	6,98	60,37	295,64
обед	54	Борщ	250	1,07	4,70	10,60	186,41
	688	Картошка тушёная с мясом	200/60	13,16	14,03	86,90	504,76
	859	Компот	200	0,20	0,20	22,30	110,00
		Хлеб ржаной	60	4,7	0,7	49,8	214,0
		Итого		22,59	22,30	194,82	1155,07
		ИТОГО		30,34	29,28	255,19	1450,71

Стоимость завтрака 40 руб., стоимость обеда 70 руб.

Утверждаю:

Директор школы:  /Н.Н.Малькова/

День: четверг 16.01.2025г.

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	183	Каша гречневая молочная	250	3,70	5,78	19,67	140,64
	943	Чай	200	0,20	0,00	14,00	28,00
		Бутерброд с сыром	10/30	3,85	1,2	26,7	127,0
		Итого		7,75	6,98	60,37	295,64
обед	54	Борщ	250	1,07	4,70	10,60	186,41
	688	Картошка тушёная с мясом	200/70	13,16	14,03	86,90	504,76
	859	Компот	200	0,20	0,20	22,30	110,00
		Хлеб ржаной	60	4,7	0,7	49,8	214,0
		Итого		22,59	22,30	194,82	1155,07
		ИТОГО		30,34	29,28	255,19	1450,71

Стоимость завтрака 40 руб., стоимость обеда 70 руб.