

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



День: пятница 18.10.2024г
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 | 424 | Блины с маслом | 100 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| | 959 | какао | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,20 |
| | 8 | Бутерброд с маслом | 10/30 | 16,0 | 1,0 | 250,0 | 335,49 |
| | | Итого | | 24,62 | 9,32 | 275,79 | 543,69 |
| обед | 43 | Салат из капусты | 100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 |
| | 304 | Суп гороховый | 200 | 8,73 | 14,61 | 75,00 | 347,70 |
| | 301 | Рис с гуляшом | 180/50 | 16,88 | 10,88 | - | 165,00 |
| | 943 | Чай | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 |
| | | Хлеб ржаной | 60 | 4,7 | 0,7 | 49,8 | 214,0 |
| | | Итого | | 38,92 | 37,27 | 159,82 | 972,10 |
| | | ИТОГО | | 63,54 | 46,59 | 435,61 | 1515,79 |

Стоимость завтрака 40 руб., стоимость обеда 70 руб.

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

День: пятница 18.10.2024г
 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 | 424 | Блины с маслом | 100 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| | 959 | какао | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,20 |
| | 8 | Бутерброд с маслом | 10/30 | 16,0 | 1,0 | 250,0 | 335,49 |
| | | Итого | | 24,62 | 9,32 | 275,79 | 543,69 |
| обед | 43 | Салат из капусты | 100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 |
| | 304 | Суп гороховый | 250 | 8,73 | 14,61 | 75,00 | 347,70 |
| | 301 | Рис с гуляшом | 200/60 | 16,88 | 10,88 | - | 165,00 |
| | 943 | Чай | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 |
| | | Хлеб ржаной | 60 | 4,7 | 0,7 | 49,8 | 214,0 |
| | | Итого | | 38,92 | 37,27 | 159,82 | 972,10 |
| | | ИТОГО | | 63,54 | 46,59 | 435,61 | 1515,79 |

Стоимость завтрака 40 руб., стоимость обеда 70 руб.