

Утверждаю: 

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

07.12.2023

1-4 кл

№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводи	Энергетическая ценность
<i>Завтрак</i>							
53-198-20	Масло сливочное (порционная)	20	6,78	0,1	7,3	0,1	66,1
54-168-20	Маша "Дружба"	220	19,73	5,5	6,5	26,4	125,8
54-408-20	Чай с молоком и сахаром	250	9,95	1,5	1,1	8,6	50,2
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный	60	10,44	0,5	2,8	19,3	103,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
54-132-20	Сливочное масло в нарезе	30	3,34	7	8,9	0	117,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>67,88</b>	<b>15,8</b>	<b>27,5</b>	<b>69,8</b>	<b>591,8</b>

*Обед*

54-23-2020	Огурец в нарезке	60	7,40	1,200	8,120	2,100	130,000
54-20-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	15,45	4,70	5,70	10,10	100,40
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,88	9,36	20,52	41,40	387,60
398	Гуляш из курицы	100	21,17	20,60	22,00	4,20	97,00
Пром.	Хлеб ржанно-пшеничный	30	1,26	2,00	0,40	11,90	58,70
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,30	0,90	15,40	78,50
Пром.	Сок грушевый	200	12,2	0,6	0	63	134,4
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>70,00</b>	<b>40,76</b>	<b>57,64</b>	<b>112,10</b>	<b>996,60</b>

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

07.12.2023

5-9 кл

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводи	Энергетическая ценность
<i>Завтрак</i>							
54-168-20	Маша "Дружба"	250	20,45	5,5	6,5	26,4	125,8
54-408-20	Чай с молоком и сахаром	200	9,95	1,5	1,1	8,6	50,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>480</b>	<b>33,04</b>	<b>9,3</b>	<b>8,5</b>	<b>50,4</b>	<b>314,5</b>

*Обед*

54-23-2020	Огурец в нарезке	60	7,40	1,200	8,120	2,100	130,000
54-20-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	15,45	4,70	5,70	10,10	100,40
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,88	9,36	20,52	41,40	387,60
398	Гуляш из курицы	100	21,17	20,60	22,00	4,20	97,00
Пром.	Хлеб ржанно-пшеничный	30	1,26	2,00	0,40	11,90	58,70
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,30	0,90	15,40	78,50
Пром.	Сок грушевый	200	12,2	0,6	0	63	134,4
<b>Итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>70</b>	<b>40,76</b>	<b>57,64</b>	<b>112,1</b>	<b>996,6</b>