

Утверждаю:



МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

21.11.2023

1-4 кл

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая
<b>Завтрак</b>							
54-22к-202	Каша жидкая молочная овсяная	200	16,77	7,8	8,4	26,6	202,7
54-21гн-20	Какао с молоком	220	15,74	5,2	3,9	13,7	110,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,46	2,3	0,9	15,4	78,5
54-1з-2020	Сыр твердых сортов внарезке	30	18,00	7	9	0	107
Пром.	Банан	160	14,91	4	1,5	54,6	245,8
<b>Итого за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>67,88</b>	<b>26,3</b>	<b>23,6</b>	<b>110,3</b>	<b>744,5</b>
<b>Обед</b>							
54-5з-2020	Салат из свежих помидоро	80	8,4	0,8	4,1	2,5	49,9
54-6с-2020	Суп картофельный с клецк	200	14,26	4,6	3,3	11,4	93,6
54-10м-20	Капуста тушеная с мясом	240	35,12	26,4	26,4	16	407,3
54-2хн-20	Компот из кураги	200	5,32	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,26	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>67</b>	<b>37,5</b>	<b>40</b>	<b>77</b>	<b>816,9</b>

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

21.11.2023

5-9 кл

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая
<b>Завтрак</b>							
54-22к-202	Каша жидкая молочная овсяная	200	16,71	6,8	7,4	24,6	192,7
54-21гн-20	Какао с молоком	200	13,65	5,2	3,9	13,7	110,5
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>530</b>	<b>33</b>	<b>24,2</b>	<b>9,8</b>	<b>83,1</b>	<b>517,4</b>
<b>Обед</b>							
54-5з-2020	Салат из свежих помидоро	80	8,4	0,8	4,1	2,5	49,9
54-6с-2020	Суп картофельный с клецк	200	14,26	4,6	3,3	11,4	93,6
54-10м-20	Капуста тушеная с мясом	240	35,12	26,4	26,4	16	407,3
54-2хн-20	Компот из кураги	200	5,32	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,26	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за обед</b>		<b>800</b>	<b>67</b>	<b>37,5</b>	<b>40</b>	<b>77</b>	<b>816,9</b>