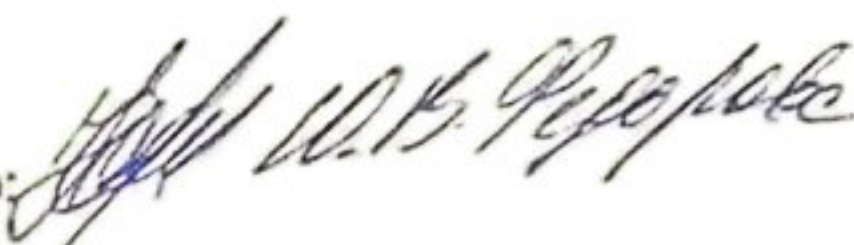


Утверждаю: 

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

21.12.2023

1-4 кл

| № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Белки | Жиры | Углевод ы | Энергети ческая |
|-------------------------|-----------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 53-19з-20 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 6,78 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 54-16к-20 | Каша "Дружба" | 220 | 19,73 | 5,5 | 6,5 | 26,4 | 185,8 |
| 54-4гн-20 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 9,95 | 1,5 | 1,1 | 8,6 | 50,2 |
| Пром. | Мармелад фруктово-ягодны | 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 |
| 54-1з-202 | Сыр твердых сортов в нарезе | 30 | 18,34 | 7 | 8,9 | 0 | 107,5 |
| Итого за завтрак | | 550 | 67,88 | 16,8 | 27,5 | 69,8 | 591,8 |

Обед

| | | | | | | | |
|----------------------|--|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 54-2з-2020 | Огурец в нарезке | 60 | 7,40 | 1,200 | 8,120 | 2,100 | 130,000 |
| 54-2с-2020 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 15,45 | 4,70 | 5,70 | 10,10 | 110,40 |
| 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 ржано-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 | 33 | 134,4 |
| Итого за обед | | 800,00 | 70,00 | 40,76 | 57,64 | 118,10 | 996,60 |

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

21.12.2023

5-9 кл

| № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углевод | Энергети ческая ценности |
|--------|-------|----------|------|-------|------|---------|--------------------------------|
|--------|-------|----------|------|-------|------|---------|--------------------------------|

Завтрак

| | | | | | | | |
|-------------------------|-------------------------|------------|--------------|------------|------------|-------------|--------------|
| 54-16к-20 | Каша "Дружба" | 250 | 20,45 | 5,5 | 6,5 | 26,4 | 185,8 |
| 54-4гн-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 |
| Итого за завтрак | | 480 | 33,04 | 9,3 | 8,5 | 50,4 | 314,5 |

Обед

| | | | | | | | |
|----------------------|--|------------|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 54-2з-2020 | Огурец в нарезке | 60 | 7,40 | 1,200 | 8,120 | 2,100 | 130,000 |
| 54-2с-2020 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 15,45 | 4,70 | 5,70 | 10,10 | 110,40 |
| 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 ржано-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 | 33 | 134,4 |
| Итого за обед | | 780 | 70 | 40,76 | 57,64 | 118,1 | 996,6 |