

Утверждаю:



МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

08.02.2024

1-4 кл

№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая
<b>Завтрак</b>							
54-3з-2020	Помидор в нарезке	80	8,4	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1о-2020	Омлет натуральный	180	43,24	12,7	18	3,2	225,5
54-21гн-20	Какао с молоком	200	9,72	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Пряник	50	9,8	2,1	1,6	26,3	128,1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>530</b>	<b>73,8</b>	<b>22,5</b>	<b>24,1</b>	<b>59,7</b>	<b>545,3</b>

**Обед**

54-9з-2020	Салат из св. капусты	80	8,40	1,1	8,1	4,8	96,7
54-2с-2020	Свекольник со сметаной	250	14,20	4,70	5,70	10,10	110,40
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,61	9,36	20,52	41,40	387,60
398	Гуляш из говядины	100	31,17	20,60	22,00	4,20	297,00
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	2,00	0,40	11,90	58,70
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,30	0,90	15,40	78,50
54-2хн-20	Компот из кураги	200	3,72	0,98	0,05	15,6	66,9
<b>Итого за обед</b>		<b>870</b>	<b>71</b>	<b>41,04</b>	<b>57,67</b>	<b>103</b>	<b>1095,8</b>

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"

08.02.2024

5-9 кл

№ рец.	Блюдо	Выход,	Цена	Белки	Жиры	Угле	Энергетическая
<b>Завтрак</b>							
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	25,56	12,7	18	3,2	225,5
54-21гн-20	Какао с молоком	200	5,8	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>530</b>	<b>34</b>	<b>24,2</b>	<b>9,8</b>	<b>83,1</b>	<b>517,4</b>

**Обед**

54-9з-2020	Салат из св. капусты	80	8,40	1,1	8,1	4,8	96,7
54-2с-2020	Свекольник со сметаной	250	14,20	4,70	5,70	10,10	110,40
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,61	9,36	20,52	41,40	387,60
398	Гуляш из говядины	100	31,17	20,60	22,00	4,20	297,00
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	2,00	0,40	11,90	58,70
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,30	0,90	15,40	78,50
54-2хн-20	Компот из кураги	200	3,72	0,98	0,05	15,6	66,9
<b>Итого за обед</b>		<b>870</b>	<b>71,00</b>	<b>41,04</b>	<b>57,67</b>	<b>103</b>	<b>1095,8</b>