

Утверждаю: 

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"  
24.04.2024 1-4 кл

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая
<b>Завтрак</b>							
54-13з-202	Салат из свеклы отварн	80	5,76	1,6	3,8	6,5	68,9
54-26г-202	Рис с овощами	180	12,56	3,2	5,7	26	167,8
54-21м-20	Курица отварная	90	50	28,9	2,2	1	139,3
54-2гн-202	Чай с сахаром	200	2,84	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Батон нарезной	30	2,64	2,3	0,9	15,4	78,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>73,8</b>	<b>35,7</b>	<b>12,4</b>	<b>54,9</b>	<b>473,3</b>

<b>Обед</b>							
54-3з-2020	Помидор в нарезке	100	7,85	0,8	4,1	2,5	49,9
54-10с-202	Суп крестьянский с кругл	200	15,65	5,2	2,8	18,5	119,6
54-11г-202	Картофельное пюре	150	10,34	2,9	7,5	13,6	133,3
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сме	100	28,54	15,7	10,2	14	210,9
54-1хн-202	Компот из смеси сухофр	200	3,72	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	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>770</b>	<b>71</b>	<b>30,3</b>	<b>26,1</b>	<b>102,3</b>	<b>763,9</b>

МБОУ МО Плавский район "ЦО №4"  
24.04.2024 5-9 кл

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценности
<b>Завтрак</b>							
54-6г-2020	Каша рисовая молочная	200	22,41	4,6	5,8	48,5	271,3
54-2гн-202	Чай с сахаром	200	1,84	0,2	0	6,4	26,8
53-19з-202	Масло слив. Порц	10	7,11	7	7	0	66
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>

<b>Обед</b>							
54-3з-2020	Помидор в нарезке	100	7,85	0,8	4,1	2,5	49,9
54-10с-202	Суп крестьянский с кругл	200	15,65	5,2	2,8	18,5	119,6
54-11г-202	Картофельное пюре	150	10,34	2,9	7,5	13,6	133,3
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сме	100	28,54	15,7	10,2	14	210,9
54-1хн-202	Компот из смеси сухофр	200	3,72	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	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>770</b>	<b>71</b>	<b>30,3</b>	<b>26,1</b>	<b>102,3</b>	<b>763,9</b>