Утверждаю И.Н.Шайдуллин

Школа МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО" Отд./корп

День 12.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	закуска		Салат из моркови с сахаром	60		50,00	0,52	2,13	4,45
	горячее		биточки рыбные	90		36	7,260	4,770	8,430
	гарнир		Пюре картофельное	150		172	3,090	8,282	22,000
	сладкое		Чай с сахаром	200/8		40	0,530	0,000	9,470
	хлеб		Хлеб сельский 1 с	20		44,00	1,00	0,20	9,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		71	2,280	0,24	14,760
	фрукты		фрукты	100		47	0,4	0,4	7,350
завтрак	горячее		биточки рыбные	90		36	7,260	4,770	8,430
	гарнир		Пюре картофельное	180		224	3,708	9,930	26,396
	сладкое		Чай с сахаром	200/8		40	0,530	0,000	9,470
	хлеб		Хлеб сельский 1 с	20		44,00	1,00	0,20	9,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		71	2,280	0,240	14,760
	закуска		Салат из моркови с сахаром	60		50,00	0,52	2,13	4,45
Обед	1 блюдо		борщ из свежей капусты (вегат)	250/10		67	1,55	1,87	9,33
	Гор.напиток		компот из с/фруктов	200		77	0,00	0,00	19,40
	хлеб		хлеб	40		94,66	3,04	0,32	19,68