



Утверждаю

И.Н.Шайдуллин

Школа

МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО"

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	фрукты		плоды и ягоды свежие	100		47,00	0,40	0,40	9,80
	горячее		Сырники из творога с мол.Кашей "Дружба"	50/150		292,26	12,92	14,39	31,09
	напиток		Чай с сахаром	190/10		40,00	0,07	0,02	10,01
	хлеб		Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
завтрак	фрукты		плоды и ягоды свежие	100		47,00	0,40	0,40	9,80
	горячее		Каша "Дружба" молочная	180/3		194,40	5,42	5,89	30,05
	доп.гарнир		Сырники из творога	50		157,00	8,73	10,70	8,24
	напиток		Чай с сахаром	190/10		40,00	0,07	0,02	10,01
	хлеб		Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
обед									
	1блюдо		Суп лапша дом. С мясом птицы	250/10		141,95	4,91	7,40	11,65
	напиток		Напиток из шиповника	200		88,2	0,68	0,28	20,76
	Хлеб		Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88