



Утверждаю

И.Н.Шайдуллин

Школа

МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО"

Отд./корп

День

31.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	доп.гарнир		Капуста тушеная	50		37,55	1,03	1,62	4,71
	горячее		Рыба тушеная в томатном соусе	50/50		105,00	9,05	6,09	3,80
	гарнир		Пюре картофельное	150		157,05	3,09	6,98	20,48
	напиток		Компот из св.яблок	200		74,60	0,16	0,16	17,90
	хлеб		хлеб пшеничный	35		82,25	2,66	0,28	17,22
завтрак	доп.гарнир		Капуста тушеная	50		37,55	1,03	1,62	4,71
	горячее		Рыба тушеная в томатном соусе	50/50		105,00	9,05	6,09	3,80
	гарнир		Пюре картофельное	180		164,70	3,68	5,76	24,53
	напиток		Компот из св.яблок	200		74,60	0,16	0,16	17,90
	хлеб		хлеб пшеничный	30		70,50	2,28	0,24	14,76
	хлеб		хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
обед	1блюдо		Суп с рисовой крупой и мяс.фрик.	250/10		116,95	4,31	4,59	14,61
	напиток		Напиток из шиповника	200		88,20	0,68	0,28	20,76
	хлеб		хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88