Утверждаю: _____ И.Н.Шайдуллин

Школа МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО" Отд./корп  День 19.01.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| завтрак | фрукты | | *Плоды и ягоды свежие (мандарин)* | *100* | | *38,0* | *0,8* | *0,20* | *7,5* |
| | горячее | | *Тефтели мясные в сметанно-том. соусе* | *60/40* | | *123,99* | *7,28* | *11,79* | *8,74* |
| | гарнир | | *Макаронные изделия* | *150/3* | | *176,10* | *5,10* | *2,85* | *31,96* |
| | Гор.напиток | | *Напиток из сухофруктов (75С)* | *200* | | *63,60* | *0,34* | *0,17* | *11,48* |
| | хлеб | | *Хлеб пшеничный* | *20* | | *47* | *1,520* | *0,160* | *9,840* |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| завтрак | горячее | | *Тефтели мясные в сметанно-том. соусе* | *60/40* | | *123,99* | *7,28* | *11,79* | *8,74* |
| | Гор.напиток | | *Макаронные изделия* | *180* | | *121,96* | *7,16* | *11,60* | *8,59* |
| | Гор.напиток | | *Напиток из шиповника* | *200* | | *48,20* | *0,68* | *0,28* | *10,78* |
| | хлеб | | *хлеб пшеничный* | *20* | | *82,25* | *2,66* | *0,28* | *17,22* |
| | хлеб | | *Хлеб ржаной* | *20* | | *69,30* | *2,31* | *0,42* | *13,86* |
| | | | | | | | | | |
| ГПД | 1 блюдо | | *Суп картофельный с мясными фрикад.* | 250/11 | | 135,57 | 4,54 | 4,12 | 16,95 |
| | Гор.напиток | | *Чай с сахаром и лимоном* | 185 | | 42,00 | 0,13 | 0,02 | 10,2 |
| | хлеб | | *Хлеб ржаной* | *30* | | *59,40* | *1,98* | *0,36* | *11,88* |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |