Утверждаю:_____И.Н.Шайдуллин

Школа МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО" Отд./корп _____ День 03.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	фрукты		*Плоды и ягоды свежие (яблоки)*	*100*		*47*	*0,400*	*0,400*	*7,350*
	закуска		*салат овощной с яблоками*	*60*		*124*	*3,500*	*6,110*	*9,900*
	горячее		*пельмени отварные*	*180/5*		*237*	*10,340*	*12,175*	*20,340*
	Гор.напиток		*чай с лимоном*	*200/15/7*		*62*	*0,084*	*0,012*	*15,185*
	хлеб		*Хлеб ржан-пшен,1с*	*20*		*44*	*1,000*	*0,200*	*9,000*
	хлеб		*хлеб белый*	*30*		*71,00*	*2,280*	*0,240*	*14,760*
	фрукты		*Плоды и ягоды свежие (яблоки)*	*100*		*47*	*0,400*	*0,400*	*7,350*
завтрак	горячее		*пельмени отварные*	*180/5*		*237*	*10,340*	*12,175*	*20,340*
	Гор.напиток		*чай с сахаром*	*200/15*		*40*	*0,530*	*0,000*	*9,470*
	хлеб		*Хлеб ржан-пшен,1с*	*20*		*44*	*1,000*	*0,200*	*9,000*
	хлеб		*хлеб белый*	*30*		*71,00*	*2,280*	*0,240*	*14,760*