Утверждаю И.Н.Шайдуллин

Школа МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО" Отд./корп День 06.12.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| завтрак | закуска | | *Салат из белокаченной Капусты* | *60* | | *52* | *0,900* | *3,000* | *5,100* |
| | горячее | | *рагу из птицы* | *50/150* | | *313* | *12,300* | *17,660* | *29,850* |
| | гор.напиток | | Какао с молоком | 200 | | 125 | 3,780 | 0,670 | 26,000 |
| | 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* |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| завтрак | гарнир | | *Салат из белокаченной Капусты* | 100 | | 86,5 | 1,500 | 0,075 | 8,500 |
| | горячее | | *рагу из птицы* | *50/150* | | *313* | *12,300* | *17,660* | *29,850* |
| | 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* |
| | | | | | | | | | |
| обед | 1 блюдо | | *Борщ с капустой и картофелем* | *250/10* | | *111* | *2,000* | *5,400* | *12,800* |
| | 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* |
| | гор.напиток | | чай с сахаром | 200/15 | | 40 | 0,530 | 0,000 | 9,470 |