



Утверждаю:

И.Н.Шайдуллин

Отд./корп

28.11.2022

День

Школа	МБОУ "ЛИЦЕЙ №4 г. АЗНАКАЕВО"		И.Н.Шайдуллин		Отд./корп		28.11.2022			
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Бюджет		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	фрукты				100		47	0,400	0,400	7,350
	гарнир		Плоды и ягоды свежие (яблоки)		150/5		170	6,682	9,024	34,000
	горячее		каша рассыпчатая гречневая		100		108	7,400	10,900	0,800
	Гор.напиток		сосиски отварные		200/15		40	0,530	0,000	9,470
	хлеб		чай с сахаром		20		44	1,000	0,200	9,000
	хлеб		Хлеб ржан-пшен,1с		30		71,00	2,280	0,240	14,760
	закуска		хлеб белый		60		36	0,78	1,940	3,870
			Салат из белокачанной капусты							
завтрак										
	гарнир		каша рассыпчатая гречневая		180/5		203,9	8,01	10,82	40,79
	горячее		Котлеты рыбные		80		116	6,450	4,240	7,490
	Гор.напиток		чай с сахаром		200/15		40	0,530	0,000	9,470
	хлеб		Хлеб ржан-пшен,1с		20		44	1,00	0,200	9,000
	хлеб		хлеб белый		30		71,00	2,280	0,240	14,760
				Суп картофельный с макар. изделиями		250		179	6,600	5,400
гбед			хлеб пшеничный 1с		30		71,00	2,280	0,240	14,760
			Хлеб ржан-пшен,1с		20		44	1,000	0,200	9,000
			чай с сахаром		200/15		40	0,530	0,000	9,470