

Утвердил: _____
 Директор: _____
 Отд./каб.: _____



Инициалы: _____
 Дата: 17.01.2025

Школа: МБОУ "Лосовская СОШ"

Пример блюда	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность, ккал	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	гор.блюдо	тк37	Котлеты "Любимые" с соусом томатным	100	29,92	155	8	7
	гор.блюдо	173	Каша пшеничная овсяная	150	7	183	5	5
	гор.напиток	тк3	Напиток из смеси сухофруктов	200	6	80	1	0
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	1	71	2	0
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	2	44	1	0
	закуска	37	Салат из картофеля с соевыми опунциями	60	13	52	1	3
			итого		60	554	17	15
Завтрак 2	гор.блюдо	тк37	Котлеты "Любимые" с соусом томатным	100	29,92	155	8	7
	гор.блюдо	173	Каша пшеничная овсяная	150	7	183	5	5
	гор.напиток	тк3	Напиток из смеси сухофруктов	200	6	80	1	0
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	5	71	4	0
Обед	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	3	44	2	0
	закуска	37	Салат из картофеля с соевыми опунциями	100	22	87	1	5
			итого		73	688	20	18
		173	каша ваниль пшеничная молочная со слив. маслом	201		312	9	9
		тк1	чай полусладкий	200		21	0	0
		1	хлеб пшеничный	60		142	5	0
			итого	466		475	14	9
	гарнир							
	напиток							
	хлеб бел.							
хлеб черн.								
Полдник	булочное							
	напиток							
Ужин	гор.блюдо							
	гарнир							
	напиток							
	хлеб							
Ужин 2	кисломол.							
	булочное							
	напиток							
	фрукты							