Утверждаю
Директор школы А.К. Пчемошев

| Школа | МБОУ СОШ 4 а. Мамхег | Отд./корп | | День | 04.09.2023 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 5416 | КАША ДРУЖБА | 200,00 | 12,57 | 168,90 | 6,00 | 9,80 | 24,10 |
| | гор.напиток | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200,00 | 1,79 | 48,64 | 0,12 | 0,00 | 12,04 |
| | хлеб | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ | 60,00 | 3,77 | 122,52 | 3,45 | 0,66 | 25,34 |
| | | 139 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 60,00 | 6,28 | 62,80 | 5,08 | 4,60 | 0,28 |
| | | 386 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 180,00 | 12,65 | 88,00 | 0,80 | 0,80 | 19,60 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 60,00 | 9,17 | 9,60 | 0,66 | 0,06 | 1,44 |
| | 1 блюдо | 45 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200,00 | 8,42 | 79,03 | 1,87 | 3,11 | 10,95 |
| | 2 блюдо | 410 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР | 95,00 | 34,44 | 190,70 | 13,70 | 14,90 | 7,30 |
| | гарнир | 224 | РИС ОТВАРНОЙ | 150,00 | 9,30 | 225,10 | 3,80 | 5,08 | 40,20 |
| | сладкое | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200,00 | 18,43 | 92,00 | 1,00 | 0,20 | 20,20 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ , ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ | 60,00 | 3,77 | 122,52 | 3,45 | 0,66 | 25,34 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |