



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андрюченко Н.А. «01» июля 2025 г.

День 2 Неделя: первая

Завтрак

Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	17,95	3,18	3,89	21,44
Масло сливочное крестьянское м.д.ж.	10	13,04	0,08	7,26	0,14
	30	23,71	6,94	8,86	0,00
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	40	8,17	2,95	2,35	37,50
	587	67,19	16,48	22,79	93,65

Обед

Суп картофельный с крупой	250	8,32	2,18	4,39	14,29
Котлеты рубленные из птицы	100	33,79	16,64	15,34	30,29
Соус сметанный с томатом	50	5,32	0,90	2,60	3,83
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77
Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	815	70,93	36,35	30,40	157,91
	1402,00	138,12	52,83	53,19	251,56

Заведующая производством _____

C



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андриенко И.А. «02» июля 2025 г.

День 3 . Неделя: первая

Завтрак

Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	200/60	96,50	31,90	34,50	61,80
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,06	0,30	0,10	9,50
Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70
	595	123,38	33,00	35,27	91,00

Обед

Суп картофельный с бобовыми	250	9,87	5,49	5,27	16,32
Котлеты из говядины	100	62,27	15,55	11,55	15,70
Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	815	94,73	33,18	23,88	116,85
	1410,00	218,11	66,18	59,15	207,85

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреев Н.А. «03» июля 2025 г.

День 4. Неделя: первая

Завтрак

Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	20,84	4,09	4,07	32,09
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,06	0,30	0,10	9,50
Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
	677	50,28	7,83	5,32	74,65

Обед

Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	12,96	3,54	5,10	14,53
Тефтели рыбные с соусом (минтай)	100/60	41,66	12,80	11,80	18,20
Картофель отварной с маслом	180/5	19,55	4,50	5,00	28,90
Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	880	86,75	26,84	22,79	123,36
	1557,00	137,03	34,67	28,11	198,01

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреевко Н.А. «04» июля 2025 г.

День 5. Неделя: первая

Завтрак

Котлета "Школьная"	100	50,68	15,30	11,00	13,30
Соус сметанный с томатом	50	5,32	0,90	2,60	3,83
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	535	71,24	30,16	21,21	99,47

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	10,32	1,74	4,89	9,20
Рагу из птицы	100/180	56,22	13,51	8,66	25,72
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	815	77,30	21,69	14,54	87,75
	1350,00	148,54	51,85	35,75	187,22

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреевко Н.А. «07» июля 2025 г.

День 6 Неделя: вторая

Завтрак

Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	9	11,74	0,08	7,26	0,14
Биточки рубленные из птйцы	100	33,79	16,64	15,34	30,29
Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
	100	26,17	7,50	9,80	74,40
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	595	87,85	33,25	38,90	171,40

Обед

Суп картофельный с бобовыми	250	9,87	5,49	5,27	16,32
Котлеты из говядины	100	62,27	15,55	11,55	15,70
Рис припущенный	180	12,50	3,64	4,30	26,67
Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	810	95,44	31,20	22,29	112,17
	1405,00	183,29	64,45	61,19	283,57

Заведующая производством



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андрисенко Н.А. «08» июля 2025 г.

День 7. Неделя: вторая

Завтрак

Сырники из творога со сгущенным молоком	150/60	104,70	22,95	18,99	34,80
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Бананы свежие калиброванные 1 шт.	200	28,32	2,90	0,00	47,20
	670	134,68	25,98	19,01	97,20

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74
Плов из птицы	100/200	53,81	27,38	30,44	57,31
	100	10,15	1,20	0,20	4,67
Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	930	87,98	36,40	36,44	136,45
	1600,00	222,66	62,38	55,45	233,65

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев Н.А. «09» июля 2025 г.

День 8. Неделя: вторая

Завтрак					
Каша жидкая молочная пшенная с маслом	200/5	24,78	3,18	3,89	21,44
Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	13,04	0,08	7,26	0,14
	30	23,71	6,94	8,86	0,00
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
	200	23,82	0,80	0,67	19,70
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	685	89,67	14,33	21,11	75,85

Обед					
Суп картофельный с клецками	250	11,26	2,06	3,10	12,58
Рагу из птицы	100/180	56,22	13,51	18,66	25,72
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	870	78,24	22,01	22,75	91,13
	1555,00	167,91	36,34	43,86	166,98

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев И.А. «10» июля 2025 г.

День 9. Неделя: вторая

Завтрак					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	88,12	25,56	19,56	49,50
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70
	670	113,60	26,49	20,25	84,40

Обед					
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	12,96	3,54	5,10	14,53
Зразы рыбные с яйцом	100	32,48	17,20	23,40	9,80
Картофель отварной с маслом	180/5	19,55	4,50	5,00	28,90
	100	12,62	0,83	0,00	3,33
Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	870	88,41	32,59	34,67	110,04
	1540,00	202,01	59,08	54,92	194,44

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреевко Н.А. «11» июля 2025 г.

День 10. Неделя: вторая

Завтрак

Масло сливочное крестьянское м.д.ж.	10	13,04	0,08	7,26	0,14
Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	20,84	4,09	4,07	32,09
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,2	0,41	19,37
	542	38,20	7,50	11,76	66,80

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,33	2,68	2,84	17,14
Котлеты рыбные	100	35,17	10,80	12,90	9,98
Рис отварной	180	14,77	10,63	7,18	47,77
Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75
Хлеб ржано-пшеничный	35	2,24	2,31	0,42	11,69
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	820	67,75	30,30	24,03	126,70

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев Н.А. «15» июля 2025 г.

• День 12 . Неделя: третья

Завтрак

Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	17,95	3,18	3,89	21,44
Масло сливочное крестьянское м.д.ж.	10	13,04	0,08	7,26	0,14
	30	23,71	6,94	8,86	0,00
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	40	8,17	2,95	2,35	37,50
	587	67,19	16,48	22,79	93,65

Обед

Суп картофельный с крупой	250	8,32	2,18	4,39	14,29
Котлеты рубленные из птицы	100	33,79	16,64	15,34	30,29
Соус сметанный с томатом	50	5,32	0,90	2,60	3,83
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77
Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	815	70,93	36,35	30,40	157,91
	1402,00	138,12	52,83	53,19	251,56

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев И.А. «14» июля 2025 г.

День 11 Неделя: третья

Завтрак

Омлет натуральный	106/10	41,84	10,60	21,40	11,20
Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,62	0,83	0,00	3,33
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
	200	23,82	0,80	0,67	19,70
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	767	82,60	15,56	22,50	68,80

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74
Тефтели из говядины с соусом	100/50	59,89	18,18	20,88	22,98
Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	870	93,92	32,14	32,85	120,55
	1637,00	176,52	47,70	55,35	189,35

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреев Н.А. «16» июля 2025 г.

День 13 . Неделя: третья

Завтрак

Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	200/60	96,50	31,90	34,50	61,80
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,06	0,30	0,10	9,50
Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70
	595	123,38	33,00	35,27	91,00

Обед

Суп картофельный с бобовыми	250	9,87	5,49	5,27	16,32
Котлеты из говядины	100	62,27	15,55	11,55	15,70
Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	815	94,73	33,18	23,88	116,85
	1410,00	218,11	66,18	59,15	207,85

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104
Андриско Н.А. «17» июля 2025 г.

День 14. Неделя: третья

Завтрак

Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	20,84	4,09	4,07	32,09
Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,06	0,30	0,10	9,50
Яблоки свежие сезонные	200	23,82	0,80	0,67	19,70
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
	677	50,28	7,83	5,32	74,65

Обед

Борш с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	12,96	3,54	5,10	14,53
Тефтели рыбные с соусом (минтай)	100/60	41,66	12,80	11,80	18,20
Картофель отварной с маслом	180/5	19,55	4,50	5,00	28,90
Компот из свежих яблок	200	7,36	0,16	0,00	29,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	880	86,75	26,84	22,79	123,36
	1557,00	137,03	34,67	28,11	198,01

Заведующая производством _____



тверждаю

Директор МБОУ лицея № 104
Андреев Н.А. «18» июля 2025 г.

День 15. Неделя: третья

Завтрак

Котлета "Школьная"	100	50,68	15,30	11,00	13,30
Соус сметанный с томатом	50	5,32	0,90	2,60	3,83
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	535	71,24	30,16	21,21	99,47

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	10,32	1,74	4,89	9,20
Рагу из птицы	100/180	56,22	13,51	8,66	25,72
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	815	77,30	21,69	14,54	87,75
	1350,00	148,54	51,85	35,75	187,22

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Идриенко Н.А. «30» июня 2025 г.

День 1 Неделя: первая

Завтрак

Омлет натуральный	106/10	41,84	10,60	21,40	11,20
Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,62	0,83	0,00	3,33
Чай с сахаром	200	1,66	0,13	0,02	15,20
	200	23,82	0,80	0,67	19,70
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	767	82,60	15,56	22,50	68,80

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	11,44	1,82	4,91	12,74
Тефтели из говядины с соусом	100/50	59,89	18,18	20,88	22,98
Макароны отварные с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00
Компот из сухофруктов	200	5,54	0,60	0,10	20,10
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,64	0,48	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,66	3,20	0,41	19,37
	870	93,92	32,14	32,85	120,55
	1637,00	176,52	47,70	55,35	189,35

Заведующая производством _____