



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреевко Н.А. «20» мая 2024 г.

День 6. Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	82сб2012	Суп каргофельный с макаронными изделиями	250	7,03	105	3	3	17
	2 блюдо	282сб2003	котлеты из говядины	100	56,55	239	16	12	16
	гарнир	171сб2003	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	10,18	316	11	7	48
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	2,36	94	3	0	19
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	358сб2003	Кисель из сока	200	6,72	103	0	0	30



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев И.А. «21» мая 2024 г.

День 7 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	82сб 2005	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	250	9,55	103	2	5	13
	2 блюдо	291сб2005	Плов из пшеницы	300	51,40	574	27	30	57
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	2,36	94	3	0	20
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	342сб2005	Компот из свежих яблок	200	5,97	147	0	0	29



Андреев

Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев И.А. «22» мая 2024 г.

День 8 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	108,109 сд	Суп картофельный с клецками	250	8,58	125	2	3	13
	2 блюдо	281сб2012	котлеты рубленые запеченные с молочным соусом	100	50,30	264	12	13	10
	гарнир	203сб2003	Макароны отварные с маслом	185	8,63	225	6	6	32
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	2,36	94	3	0	19
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	20	2,06	52	2	0	10
	напиток	495сб2021	Компот из сухофруктов	200	4,15	84	1	0	20



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреева Н.А. «23» мая 2024 г.

День 9. Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	102сб200	Суп картофельный с бобовыми	250	8,69	190	5	5	16
	2 блюдо	294сб200	Биточки куриные	100	32,49	309	17	15	30
		321сб200	капуста тушеная	180	14,77	244	4	7	17
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	2,36	94	3	0	20
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	388сб200	Напиток из плодов шиповника	200	5,54	144	1	0	21
	фрукты	338сб200	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	80	0	0	12

Андреев

Директор МБОУ лицея № 104
Андреев Н.А. 14 мая 2024 г.



День 10 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	88сб2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	8,51	145	2	5	9
	2 блюдо	229сб2005	Рыба тушеная с овощами в томате	150	58,04	204	14	8	7
	гарнир	310сб2005	картофель отварной с маслом	185	15,17	220	5	5	29
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	2,36	94	3	0	19
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	33	2,27	57	2	0	11
	напиток	342сб2005	Компот из свежих яблок	200	6,01	117	0	0	29