



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреевко Н.А. «22» января 2023 г.

День 1 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	82сб 2005	Борщ с капустой и свеклой	250	9,55	103	2	5	13
	2 блюдо	279сб2005	тефтели из говядины	150	54,27	353	18	21	23
	гарнир	203сб2005	Макароны отварные с маслом	185	8,63	225	6	6	32
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	1,77	70	2	0	15
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	436сб2005	Сок	200	12,80	113	0	0	28

Заведующая производством



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андриенко Н.А. «23» января 2024 г.

День 2 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рецеп	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	80сб2012	Суп картофельный с крупой	250	6,53	130	2	4	14
	2 блюдо	294сб2005	Котлета рубленая из птицы	100	32,49	308	17	15	30
	гарнир	137сб2012	рагу из овощей	185	17,43	262	2	11	13
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	1,77	71	2	0	14
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	342сб2005	Сок	200	12,80	117	0	0	29



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреевко Н.А. «24» января 2024 г.

День 3 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	Наименование	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
------------	--------	--------------	----------	------------	--------------------	----------	---------	-------------

Обед	1 блюдо	84сб2005	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	255	9,53	168	4	5	15
	2 блюдо	237сб200	Зразы рыбные с яйцом	100	33,76	274	15	19	11
	гарнир	310сб200	картофель отварной	185	15,17	220	5	5	29
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	1,77	70	2	0	14
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	495сб202	Сок	200	12,80	84	1	0	20



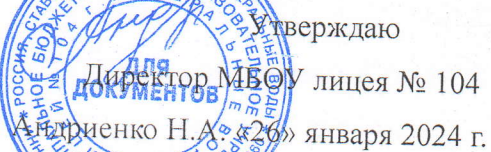
Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

А.И. Дрищенко, И.А. «25» января 2024 г.

День 4 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	102сб2005	Суп картофельный с бобовыми	250	8,69	135	5	5	16
	2 блюдо	290сб2005	Птица, тушеная в соусе	160	45,29	230	26	30	8
	гарнир	305сб2005	рис припущенный	180	10,80	200	4	4	27
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	1,77	71	2	0	14
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	52	2	0	10
	напиток	342сб2005	Сок	200	12,80	147	0	0	29

[illegible]