



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андреев Н.А. « 15» января 2024 г.

День 6 . Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174сб2003	Каша вязкая молочная из риса с молоком	205	16,09	237	4	4	32
	гор.напиток	457сб2013	чай с сахаром	210	1,42	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,36	94	3	0	19
	кисломол	14 сб2005	масло сливочное коестьянское м.д.ж. 72,5%	10	7,55	66	0	7	0
	кисломол	15 сб2005	сыр российский	15	12,00	94	3	4	0
	фрукты	338сб2003	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	80	0	0	12

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андрюченко Н.А. «16» января 2024 г.

День 7. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	231сб2012	Сырники из творога со сгущенным молоком	160	69,61	348	23	19	35
	гор.напиток	462сб202	какао с молоком	200	9,65	94	3	3	14
	хлеб		Ржано-пшеничный	40	2,75	70	3	0	23
			Бнойогурт в пид. упаковке	125	16,54	145	4	4	23

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреевко Н.А. «17» января 2024 г.

День 8. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	282сб2005	Котлеты из говядины	100	56,55	239	16	12	16
	гор.напиток	459сб2005	чай с лимоном	210	2,67	40	0	0	10
	хлеб		пшеничный	40	2,36	94	3	0	20
	гарнир	203сб2005	Макароны отварные с маслом	185	8,63	225	6	6	32

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андрисенко Н.А. «18» января 2024 г.

День 9. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Пудинг из творога с яблоками с молоком	160	62,72	314	20	16	29
	гор.блюдо	240сб2012	сгущенным						
	гор.напиток	395сб2012	Кофейный напиток	200	9,07	88	3	3	14
	хлеб		Ржано-пшеничный	40	2,75	70	3	0	14
	фрукты	338сб2005	Бананы свежие	170	24,90	170	3	0	40

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Идрисенко Н.А. «19» января 2024 г.

День 10. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	294сб2005	Котлета рубленая из птицы	100	32,49	308	17	15	30
	гор.напиток	457сб2021	чай с сахаром	210	1,42	38	0	0	9
	хлеб	хлеб	пшеничный	46	2,71	108	4	0	22
	гарнир	171сб2005	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	10,18	316	11	7	48
	фрукты	338сб2005	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	80	0	0	12

Заведующая производством _____