



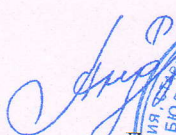
 Утверждаю  
 Директор МБОУ Школы № 04  
 Андриенко Н.А. «04» марта 2024 г.

День 1 . Неделя: первая Сезон: весенний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 210сб2005 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 164      | 37,50 | 254          | 17    | 17   | 15       |
|            | гор.напиток | 457сб2021 | чай с сахаром                        | 210      | 1,42  | 38           | 0     | 0    | 9        |
|            | фрукты      | 338сб2005 | Яблоки свежие калиброванные          | 120      | 11,22 | 80           | 0     | 0    | 12       |
|            | хлеб        | хлеб      | пшеничный                            | 40       | 2,36  | 94           | 3     | 0    | 19       |
|            | гарнир      | 306сб2005 | горошек зеленый консервированный     | 60       | 16,94 | 78           | 2     | 3    | 10       |
|            |             |           |                                      |          |       |              |       |      |          |

Заведующая производством \_\_\_\_\_

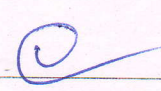


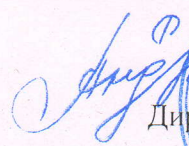


 Утверждаю  
 Директор МБОУ лицей № 104  
 Андриенко Н.А. «05» марта 2024 г.

День 2 . Неделя: первая Сезон: весенний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            | гор.блюдо   | 229сб2005 | Рыба, тушеная в томате с овощами | 150      | 58,04 | 204          | 14    | 7    | 7        |
|            | гор.блюдо   | 305сб2005 | Рис припущенный                  | 180      | 10,80 | 200          | 4     | 4    | 27       |
|            | гор.напиток | 376сб2005 | чай с лимоном                    | 217      | 2,67  | 40           | 0     | 0    | 10       |
| Завтрак    | фрукты      | 338сб2005 | Бананы свежие                    | 170      | 24,90 | 170          | 2     | 0    | 40       |
|            | хлеб        | хлеб      | Ржано-пшеничный                  | 40       | 2,75  | 69           | 2     | 0    | 13       |

Заведующая производством \_\_\_\_\_ 

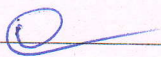

 Утверждаю  
 Директор МБОУ лицея № 104  
 Андриенко Н.А. «06» марта 2024 г.



День 3 . Неделя: первая Сезон: весенний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                     | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|-------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 181сб2003 | Каша манная молочная жидкая с маслом      | 205      | 13,49 | 184          | 3     | 4    | 21       |
|            | гор.напиток | 397сб2003 | Какао с молоком                           | 200      | 9,65  | 94           | 3     | 3    | 14       |
|            | фрукты      | 338сб2003 | Яблоки свежие калиброванные               | 120      | 11,22 | 8054         | 0     | 0    | 12       |
|            | хлеб        |           | пшеничный                                 | 40       | 2,36  | 94           | 3     | 0    | 19       |
|            | сыр         | 15 сб2003 | российский                                | 15       | 12,00 | 94           | 3     | 4    | 0        |
|            | масло       | 14сб2003  | Масло сливочное крестьянское м.д.ж. 72,5% | 10       | 7,55  | 66           | 0     | 7    | 0        |

Заведующая производством \_\_\_\_\_



*Андреев*

Утверждаю

Директор МБОУ Лицей № 104

Андреев Н.А. «07» марта 2024 г.



День 4. Неделя: первая Сезон: весенний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                          | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|--------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 291сб2005 | Плов из пшеницы                | 300      | 51,40 | 574          | 27    | 30   | 57       |
|            | гор.напиток | 392сб2012 | Чай с сахаром                  | 210      | 1,42  | 38           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб        |           | Ржано-пшеничный                | 40       | 2,75  | 70           | 3     | 0    | 13       |
|            | фрукты      | 341сб2005 | апельсины свежие калиброванные | 160      | 21,74 | 132          | 1     | 0    | 31       |

Заведующая производством

*С*



Утверждаю  
Директор МБОУ лицея № 104  
Андрюенко Н.А. «04» марта 2024 г.

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

| Прием пищи | Раздел     | № рецепта | Блюдо                      | Выход г | Цена  | Патриотичность | Валюты | Тюль | 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    | 495сб202  | Компот из сухофруктов      | 200     | 4,15  | 84             | 0      | 0    | 20       |
|            |            |           |                            |         |       |                |        |      |          |

Заведующая производством