



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андрюченко И.А. «14» октября 2024 г.

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак				160	47,69	254	17	18	15
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	210	1,41	38	0	0	9
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	40	1,93	94	3	0	19
	хлеб		Хлеб пшеничный	60	16,70	78	2	3	11
	закуска	306	Горошек зеленый консервированный	120	10,93	80	0	0	12
	фрукты	338	Яблоки свежие сезонные калиброванные						

Заведующая производством _____

ср



Утверждаю
Директор МБОУ Лицея № 104
Андреева Н.А. 10 октября 2024 г.

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	229	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	57,23	204	14	8	7
	гор.напиток	459	Чай с сахаром с лимоном	217	2,63	40	0	0	10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	70	3	0	13
	гор.блюдо	305	Рис припущенный	180	10,61	200	4	4	27
	фрукты	338	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	170	23,90	170	2	0	40

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ № 104
Андреев И. И. «10» октября 2024 г.

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша жидкая молочная манная с маслом	205	13,14	184	3	4	21
	гор.напиток	462	Какао с молоком	200	9,34	94	3	3	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	1,93	94	0	19	94
			Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не						
	кисломол.	14	менее 72,5%	10	7,46	66	0	7	0
	фрукты	338	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	10,93	80	0	0	12
	кисломол.	15	Сыр Российский	15	11,56	94	3	4	0

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор И.А. Андреев Лист № 104
19.10.2024
ОГРН 1022601453309

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Запеканка из творога со сгущенным						
	гор.блюдо	223	молоком	160	70,49	397	26	20	50
	гор.напиток	459	Чай с сахаром с лимоном	217	2,63	40	0	0	9
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	70	3	0	13
	кисломол.		Биойогурт в инд. упак.	125	16,25	145	4	4	23

Заведующая производством



Утверждаю
Директор МБОУ школы № 104
Андреев И.А. «18» октября 2024 г.

День 5. Неделя: первая Сезон: осенний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	294	Биточки рубленые из птицы	100	32,07	309	32	17	15
	гор. напиток	457	Чай с сахаром с лимоном	210	1,41	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	1,93	94	3,16	0,4	19,32
	фрукты	341	Апельсины свежие калиброванные, 1 шт.	160	21,22	132	1	0	31
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	9,99	48	10	11	7

Заведующая производством _____