

Андреев

Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

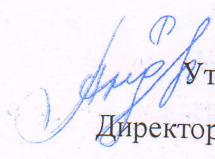
Андреев Н.А. «09» января 2025 г.



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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка из творога со сгущённым молоком	160	63,50	397	26	20	50
	гор.напиток	462	Какао с молоком	200	11,09	94	3	3	14
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	70	3	0	13
	кисломол.		Биойогурт	125	33,10	145	4	4	23

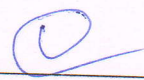
Заведующая производством _____ *С*


 Утверждаю для
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «10» января 2025 г.



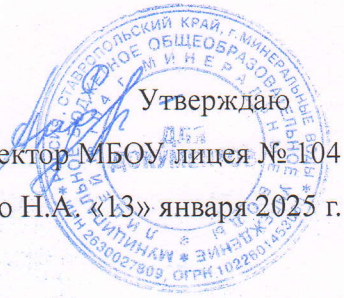
День 5. Неделя: первая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	294	Биточки рубленые из птицы	100	33,86	294	17	15	30
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	210	1,46	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,66	94	3	0	19
	фрукты		Мандарины свежие калиброванные	120	17,28	42	1	0	9
	гор.блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	8,62	316	11	7	48

Заведующая производством _____ 

Утверждаю

Директор МБОУ лицея №104
Андрienко Н.А. «13» января 2025 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	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом	205	16,36	237	4	4	32
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	210	1,46	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,66	94	3	0	19
	кисломол.	14	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,80	66	0	7	0
	кисломол.	15	Сыр Российский	15	11,15	94	3	4	0
	фрукты	338	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,88	80	0	0	12

Заведующая производством _____

Андреев



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андреев Н.А. «14» января 2025 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	231	Сырники из творога со сгущенным молоком	160	61,43	348	23	19	35
	гор.напиток	459	Чай с сахаром с лимоном	217	2,70	40	0	0	10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	70	3	0	13
	кисломол.								
	фрукты		Бананы свежие калиброванные	150	21,24	142	2	1	32

Заведующая производством _____ *С*



Утверждаю

Директор МБОУ лица № 104

Андрюенко Н.А. «15» января 2025 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	291	Плов из птицы	300	53,04	574	27	30	57
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	210	1,46	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,66	94	3	0	19
	гор.блюдо								
	фрукты								
	кисломол.			Биойогурт	125	33,50	145	4	4

Заведующая производством _____

Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

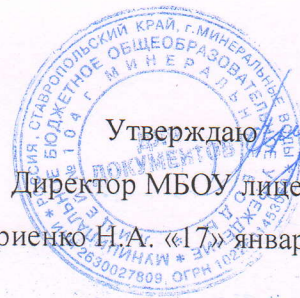
Андриенко Н.А. «16» января 2025 г.



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	гор.блюдо	282	Котлеты из говядины	100	62,29	239	16	12	16
	гор.напиток	459	Чай с сахаром с лимоном	217	2,70	40	0	0	10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	70	3	0	13
	фрукты		Мандарины свежие калиброванные	120	17,28	42	1	0	9
	гор.блюдо	203	Макароны отварные с маслом	185	9,32	226	6	6	32

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андрienko Н.А. «17» января 2025 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	294	Котлеты рубленые из птицы	100	33,86	309	17	15	30
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	210	1,46	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	32	2,13	75	3	0	15
	гор.блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	8,62	316	11	7	48
	фрукты								
	сладкое		Пряники	50	10,21	183	3	2	38

Заведующая производством _____