

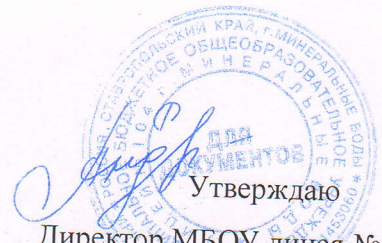
Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «09» декабря 2024 г.



День 6. Неделя: вторая Сезон: осенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,14	104,75	82	6,36
			2 блюдо	Котлеты из говядины	100	15,55	11,55	15,7	238,75	282	57,69
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	10,63	7,18	47,77	316	171	9,99
			напиток	Кисель из сока	200	0,57	0,06	30,2	103,6	358	9,98
			хлеб бел	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		1,93
			хлеб чер	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2		1,39
			итого		805	34,57	22,39	140,15	909,3		87,34

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андриенко Н.А. «10» декабря 2024 г.

День 7 . Неделя: вторая Сезон: осенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	2	Обед	закуска	Горошек зеленый консервированный	60	1,86	2,64	10,8	78,16	306	16,7
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,82	4,91	12,74	102,5	82	9,01
			2 блюдо	Плов из птицы	300	27,38	30,44	57,31	573,75	291	50,8
			гарнир								
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,16	0	29	146,6	342	5,89
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		1,93
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2		1,39
			итого		885	36,36	38,75	139,19	1047,21		85,72

Заведующая производством _____

Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «11» декабря 2024 г.

День 8 . Неделя: вторая Сезон: осенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп картофельный с клецками	250	2,06	3,1	12,58	124,5	108,109	8,56
			2 блюдо	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	100	11,64	12,9	9,98	263,5	281	47,93
			гарнир	Макароны отварные с маслом	185	5,7	6,07	32	225,5	203	8,51
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495	4,08
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		1,93
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2		1,39
			итого		805	25,14	22,93	104	843,7		72,4

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андриенко Н.А. «12» декабря 2024 г.

День 9. Неделя: вторая Сезон: осенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,32	189,7	102	8,15
			2 блюдо	Биточки рубленые из птицы	100	16,64	15,34	30,29	308,5	294	32,07
			гарнир	Капуста тушеная	180	3,76	6,67	17,3	244	321	14,29
			напиток	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,75	143,8	388	5,48
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		1,93
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2		1,39
			итого		800	31,71	28,32	114	1032,2		63,31

Заведующая производством _____

Директор

Утверждаю

Утверждаю

Утверждаю

Утверждаю

