



«УТВЕРЖДАЮ»

ИП Литвинов С.В.

С.В. Литвинов

2023г.

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ Александровская ООШ

Г. И. Гоптарева

2023г.

Четверг 1 неделя

Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1-4 кл						
Куры отварные с соусом (252) 90/30	120	28,10	24,10	1,40	369	43,99
Каша рисовая рассыпчатая 180/5	185	4,4	4,7	45	248,00	13,03
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38	6,41
Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,4	3,67
Итого	545	35,86	29,2	75,02	753,4	67,1

Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
		Белки	Жиры	Углеводы		
Обед 1-4 кл						
Солянка домашняя 250/10	260	14	13,3	4,5	194	12,36
Картофель отварной (200/5)	205	4	4,9	30,1	189	15,27
Рыба тушеная в томате с овощами	100	8,9	4,4	4,7	94	41,59
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38	6,41
Печенье	60	4,26	3,84	42	217,2	10,18
Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,4	3,67
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,6	1,62
Итого	885	35,84	27,08	116,6	869,2	91,10

Итого за день

Завтрак _____

Обед _____