

Утверждаю
 Директор школы : Е.А.Тимошина
 20.01.2025

| № рецептуры | прием пищи, наименование блюда | масса порции 1-4 кл. | энергетическая ценность (ккал) 1-4 кл. | масса порции 5-11 кл. | энергетическая ценность (ккал) 5-11 кл. |
|--------------------|---|----------------------|--|-----------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ДЕНЬ ПЕРВЫЙ | | | | | |
| Завтрак | | | | | |
| 268 | омлет натуральный | 150 | 257,15 | 150 | 257,15 |
| 143 | икра кабачковая | 60 | 46,8 | 60 | 46,8 |
| | хлеб йодообогатенный | 30 | 64,33 | 30 | 64,33 |
| 14 | масло сливочное | 10 | 66 | 10 | 66 |
| 376 | кофейный напиток с молоком | 200 | 100,6 | 200 | 100,6 |
| | | | | | |
| | итого: | 715 | 534,88 | 550 | 808,65 |
| Обед | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 71 | Икра свекольная | 100 | 122,22 | 100 | 122,22 |
| 99 | суп из овощей со сметаной | 250/10 | 162,8 | 250 | 162,8 |
| 304 | тефтели из мяса говядины(2 вариант) | 100 | 234,8 | 100 | 234,8 |
| 202/203 | макаронные изделия отварные с маслом | 200 | 260,88 | 200 | 260,88 |
| | хлеб пшеничный | 20 | 42,8 | 20 | 42,8 |
| | хлеб ржаной | 30 | 77,7 | 30 | 77,7 |
| 342 | компот из свежих плодов (С-витаминизация) | 200/60 мг | 114,6 | 200/70 мг | 114,6 |
| | итого: | 810 | 1015,8 | 900 | 1069,28 |
| | итого за весь день | | 1550,68 | | 1877,93 |