Дата: 07.02.2025

Зав.производством: Жирнеева В.А

Утверждаю

Директор МАОУ "СШ № 3"

_____/Бровкова Г.А.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Овощи по сезонув нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Гуляш из отварного мяса	90	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	44
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,73
Итого за завтрак	**560**	**21,80**	**20,95**	**84,48**	**623,77**		**108,73**
Итого за неделю в среднем завтрак	**606**	**21,07**	**18,13**	**89,06**	**609,29**		
Обед							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	20
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3с/2022н	19
Гречка по -Купечески с мясом	200	13,20	17,80	35,50	363,00	458/2002г	47
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,73
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
Итого за Обед	**730**	**20,79**	**24,55**	**112,84**	**759,51**		**108,73**
Всего за Пятницу	**1290**	**42,59**	**45,50**	**197,32**	**1383,28**		
Итого за неделю в среднем обед	**754,00**	**27,90**	**24,52**	**107,12**	**762,88**		