



Школа №4 Бесп.пит./Старший блок/ Отд./корп

День 20.12.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------|-------------|--------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак 1 смена | | | | | | | | | |
| завтрак | хлеб | 94.04 | Бутерброд с маслом***на батоне | 5\20 | 7,70 | 182 | 2.34 | 12.62 | 14.88 |
| | гор.блюдо | 93.01 | Каша "Дружба" молочная с маслом** | 200/3 | 12,59 | 241 | 6.55 | 8.33 | 35.09 |
| | гор.напиток | 242 | Какао с молоком** | 200 | 9,71 | 186 | 3.77 | 3.93 | 25.95 |
| | | | | | 30,00 | 609 | 13 | 25 | 76 |
| Обед | | | | | | | | | |
| обед | закуска | 206 | Горошек консервированный | 40 | 19,69 | 16 | 1.25 | 2.61 | 0 |
| | 1блюдо | РА3 | Борщ из св.капусты с картофелем //со сметаной | 250/5 | 10,37 | 120 | 1.82 | 5.25 | 10.65 |
| | 2блюдо | 11.45 | Котлета из цыпленка припущенная/// | 90 | 36,28 | 186 | 11.02 | 12.45 | 7.52 |
| | гарнир | РА3 | Рис припущенный с овощами/// | 200 | 16,98 | 272 | 5.2 | 8.13 | 44.8 |
| | сладкое | РА3 | Компот из сухофруктов\\ | 200 | 6,20 | 88 | 0.42 | 0 | 23.27 |
| | Хлеб бел. | 108 | Хлеб пшеничный*** | 27 | 2,01 | 65.88 | 2.19 | 0.03 | 14.26 |
| | Хлеб черн. | 110.2 | Хлеб дарницкий*** | 25 | 1,80 | 50 | 1.82 | 0.3 | 9.35 |
| | | | | | 93,33 | 798 | 24 | 29 | 110 |
| ИТОГО | | | | | 123,33 | | | | |

Руководитель Тырыкина В.М.

Зав.производством Артюшевская Г.Х.

Калькулятор Бугай Е.Ю.