



Согласовано:
 МАОУ МБОУ Лицей №4
 директор Мещеряков Александр Иванович

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Овчинников Сергей Александрович
 Короткошко Е.Ю.

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | цена рубли |
|--------------------------|--------------|----------------------|----------|----------|---------------|
| | | Б | Ж | У | |
| День 4/неделя 2: Четверг | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | |

Завтрак

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| Закуска из овощей (икра кабачковая) | 60 | 1,63 | 2,82 | 8,72 | 67,00 | 101/2004л | 20 |
| Котлеты рубленые из кур | 90 | 8,04 | 10,15 | 8,29 | 156,67 | 294/2017м | 30 |
| Каша рассыпчатая, гречневая | 150 | 8,30 | 6,30 | 36,00 | 233,70 | 171/2017м | 15 |
| Фрукты по сезону | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 338/2017м | 24 |
| Чай каркаде | 200 | 0,16 | 0,08 | 7,18 | 30,08 | 54-45гн/2022н | 12 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,1 | 0,3 | 14,49 | 70,14 | 701/2010м | 3,83 |
| Итого за завтрак | 680 | 20,83 | 20,25 | 89,38 | 628,09 | | 104,83 |

Обед

| | | | | | | | |
|---|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|
| Овощи по сезону в нарезке (помидор) | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,10 | 12,80 | 70/2017м | 20 |
| Суп каргофельный с макаронными изделиями (вермишелью) | 200 | 5,1 | 5,78 | 18,5 | 146,42 | 54-7с/2022н | 15 |
| Гуляш из отварного мяса | 90 | 12,02 | 11,79 | 3,27 | 167,27 | 246/2017м | 32 |
| Горошница | 150 | 8,87 | 3,73 | 33,80 | 204,00 | 54-21г/2022н | 15 |
| Напиток витаминизированный "Витоша" | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,60 | п.т | 15 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 4,83 |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 702/2010м | 3 |
| Итого за Обед | 770 | 31,50 | 22,09 | 111,21 | 770,58 | | 104,83 |
| Всего за Четверг | 1450 | 52,33 | 42,34 | 200,59 | 1398,67 | | |