

Утверждаю
 Андрейченко Н.А. «14» 04 2023 г.
 Директор МБОУ лицей № 104
 Андрейченко Н.А.

День 2. Неделя: первая Сезон: весенний завтрак. Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Цена	Пищевые вещества				Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	Н		К	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
№234 сбор 2005г под ред.	Биточки рyeбные	100	27,66	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76					
№310 сбор 2005 г. под ред.	Картофель отварной с маслом	180,5	17,46	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,34	1,63					
№459 сбор 2021г под ред.	Чай с сахаром с лимоном	200,107	2,61	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87					
№338 сбор 2005 под ред Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	170	26,29	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80					
КХ	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,50	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,60	63,20	18,80	1,56					
Итого завтрак:		742	76,52	24,71	24,38	103,48	773,80	0,42	43,83	46,50	2,66	111,09	435,08	151,07	5,62					

ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ