



Утверждаю

Директор ДПОУ лицея № 104

Андреев Н.А. « 11 » декабря 2023 г.

День 6 . Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная из риса с маслом	205	4,09	4,07	32,09	237	174с62005г	16,11
			кисломол	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	15	0,12	10,89	0,21	99,15	14 с62005	11,18
			гор.напит	Чай с сахаром	210	0,2	0,1	9,3	38	392с62012	1,31
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141		2,82
			фрукты	Яблоки свежие сезонные калиброванные	200	0,8	0,67	19,7	88,7	338с62005	17,85
			кисломол	Сыр Российский	30	6,94	8,86	0	107,5	15 с62005	22,88
			сладкое	Булочка "Ванильная"	100	3,96	4,06	53,7	162		29
			итого		820	20,85	29,25	143,98	873,35		101,15

Заведующая производством _____

Утверждаю
 Директор МБОУ Школа № 104
 Андриенко Н.А. «19» декабря 2023 г.



День 7. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Сырники из творога со сгущенным молоком	260	28,7	23,7	43,5	435	231с62012	101,19
			кисломол	Биоогурт в инд. упак.	125	3,9	4,4	23	145		28,11
			гор.напит	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462с62021	9,77
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	20,04	104,4		2,99
			фрукты	Бананы свежие	200	2,9	0	47,2	200	338с62005	30,93
			кисломол	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. 72,5%	15	0,12	10,89	0,21	99,15	14 с62005	11,18
				<i>итого</i>	860	42,88	42,61	147,75	1077,55		184,17

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Идриенко Н.А. «13» декабря 2023 г.

День 8. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	гор.блюд	Котлеты из говядины	100	15,55	11,55	15,7	238,75	268с62005	53,18
			гор.блюд	Макароны отварные с маслом	185	5,7	6,07	32	225,5	203с62005	8,01
			гор.напит	Чай с сахаром с лимоном	217	0,3	0,1	9,5	40	459с62021	2,61
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	3,16	0,4	19,32	71		2,82
			фрукты	Апельсины свежие калиброванные	200	1,58	0,35	39,13	165	341с62005	26,75
			кисломол	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. 72,5%	15	0,12	10,89	0,21	99,15	14 с62005	11,18
			закуска	Овощи натуральные соленые	100	0,8	0,2	3,2	18	70с62005	15,95
				<i>итого</i>	877	27,21	29,56	119,06	857,4		120,5

Заведующая производством _____


 подтверждаю
 Директор МБОУ Лицея № 104
 Андриенко Н.А. «14» декабря 2023 г.

День 9. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным	260	25,5	20,1	36,8	392	240с62012	91,96		
			кисломол	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. 72,5%	15	0,12	10,89	0,21	99,15	14 с62005	11,18		
			гор.напит	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465с62021	9,53		
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	20,04	104,4		2,99		
			фрукты	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	200	2,9	0	47,2	200	338с62005	30,93		
			сладкое	Булочка "Ванильная"	100	3,96	4,06	53,7	162		29		
						<i>итого</i>		835	39,24	38,27	171,55	1045,55	

Заведующая производством _____



Утверждаю

 директор МБОУ «Школа № 104»
 Андреевко Н.А. «15» октября 2023 г.



День 10. Неделя: вторая Сезон: зимний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
гор.блюдо	Птица, тушеная в соусе	160	26,4	29,8	8	230	290сб2005	45,73
гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	10,63	7,18	47,77	316	171сб2005	13,47
гор.напит	Какао с молоком сгущённым	200	3,2	3,6	19,2	122	463сб2021	13,99
хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	141		2,82
фрукты	Яблоки свежие сезонные калиброванные	200	0,8	0,67	19,7	88,7	338сб2005	17,85
закуска	Огурец соленый	100	0,8	0,2	3,2	18	70сб2005	15,95
	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. 72,5%	15	0,12	10,89	0,21	99,15	14 сб2005	11,18
<i>итого</i>		920	46,69	52,94	127,06	1014,85		120,99

Заведующая производством _____