



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 4 г. Сильсани
_____ 2025г. _____

День: понедельник

		Неделя: 2		21,37		18,49		79,27		560,33		81,12	
		День: понедельник											
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена					
			Белки	Жиры	Углеводы								
Завтрак													
	Каша жидкая молочная рисовая	230	6,1	8,21	33,01	212,18	202,16	36,47					
	Масло сливочное порциями	10	0,1	7,2	0,1	66,1	911,02	15,0					
	Кофейный напиток	200	0,24	0,19	12,83	53,38	300,73	3,5					
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	0,39	16,44	80,7	600,28	2,4					

Хлеб ржано-пшеничный		20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,5	2,75
Яблоко свежее		150	0,45	0,3	21	85,5	977,05	21,0
Итого за Завтрак		640	10,81	16,55	90,66	535,26		81,12
Неделя: 2								
День: вторник								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Сосиски в соусе томатном	100	7,56	13,02	4,04	163,92	220,91	47,79
	Макароны отварные	200	7,2	11,53	43,73	262,4	814,05	21,92
	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,3		6,7	27,9	300,74	5,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	3,16
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,5	2,75
Итого за Завтрак		560	19,8	25,33	83,65	599,22		81,12
Неделя: 2								
День: среда								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Биточки рубленые куриные	90	17,28	3,84	12,12	151,68	1 006,30	49,5
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,07	10,4	48	311,6	811,09	22,71
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8	300,71	3,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	3,16
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,5	2,75
Итого за Завтрак		550	33,29	15,02	95,8	635,08		81,12
Неделя: 2								
День: четверг								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Свекла отварная дольками	100	1,5	0,17	8,67	42	913,01	11,05
	Плов куриный	200	27,3	8,1	33,2	314,6	331,34	60,66
	Кофейный напиток	200	0,24	0,19	12,83	53,38	300,73	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	3,16
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,5	2,75
Итого за Завтрак		560	33,78	9,24	83,88	554,98		81,12
Неделя: 2								
День: пятница								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	60	0,91	2,8	4,43	46,8	823,05	16,7
	Макароны отварные с сыром	200	11,58	11	41,09	310,96	220,18	34,51
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	220,78	18,5
	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,3		6,7	27,9	300,74	5,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	3,16
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,5	2,75
Итого за Завтрак		560	22,33	18,58	81,7	587,26		81,12
Итого за период		5640	228,0	185,06	830,07	5742,86		
Среднее значение за период			22,80	18,51	83,01	574,29		