

Школа

МАОУ "Лицей № 102"

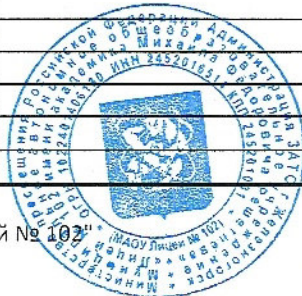
Отд./корп

Дата

28.01.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 619    | запеканка из творога                 | 230      | 64,45 | 268,27       | 13,43 | 7,73  | 35,00    |
|            | бутерброд   | 379    | бутерброд с маслом                   | 30       | 14,95 | 145,02       | 1,27  | 8,28  | 12,90    |
|            | гор.напиток | 294    | чай с лимоном                        | 205      | 4,00  | 61,62        | 0,07  | 0,01  | 15,31    |
|            | хлеб        | пром.  | хлеб пшеничный/ржаной                | 35       | 3,70  | 45,22        | 4,00  | 0,02  | 6,90     |
|            | фрукты      |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | пром.  | овощи сежие или соленые или консерв. | 60       | 9,20  | 24,12        | 1,86  | 0,12  | 3,90     |
|            | 1 блюдо     | 274    | борщ с капустой и картофелем         | 210      | 23,60 | 93,41        | 2,88  | 5,07  | 9,08     |
|            | 2 блюдо     | 494    | птица запеченная                     | 90       | 61,97 | 260,04       | 20,16 | 19,89 | 0,10     |
|            | гарнир      | 225    | рис припущенный                      | 150      | 15,40 | 215,06       | 3,72  | 5,44  | 37,77    |
|            | напиток     | 1234   | напиток яблочный (витамин)           | 200      | 11,75 | 95,71        | 0,24  | 0,09  | 23,48    |
|            | хлеб бел.   | пром.  | пшеничный                            | 50       | 5,25  | 59,18        | 1,03  | 0,38  | 12,90    |
|            | хлеб черн.  | пром.  | ржаной                               | 33       | 3,50  | 39,46        | 1,00  | 0,06  | 8,60     |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
| Полдник    | булочное    |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | напиток     |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
| Ужин       | гор.блюдо   |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | гарнир      |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | напиток     |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб        |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
| Ужин 2     | кисломол.   |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | булочное    |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | напиток     |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            | фрукты      |        |                                      |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |       |              |       |       |          |

Директор МАОУ "Лицей № 102"



В.А. Лесняк



