

Утверждаю:  
 Директор МБОУ «СОШ с.п. Калаус»  
 \_\_\_\_\_ Е.М.Болтукаева

10.01.2024.

Возрастная категория: учащиеся 7-10 лет

День	Завтрак	№ Рецептуры	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
3 день	Каша жидкая молочная из манной крупы	181	210	6,03	3,47	42,23	224,27
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	Масло сливочное (порциями)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Яблоко	338	150	2,25	0,75	31,5	141,75
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	<b>Итого</b>			<b>655</b>	<b>14,39</b>	<b>21,47</b>	<b>119,71</b>
	Обед						
3 день	Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22
	Морковный салат	21	100	1,2	6	11,2	104
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49
	Хлеб пшеничный	573	100	7,6	0,8	49,2	234
	Масло сливочное (порциями)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>17,39</b>	<b>36,09</b>	<b>78,91</b>