



С.У. ДАССОВА
 Директор МБОУ СОШ № 4
 ШКОЛА № 4
 Ибраимова М.И.

школа	ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		ОТД/КОРП	калорийность	Белки, г	Жир, г	Углеводы, г
	№ рецепта	блюдо					
прием пищи	гор. блюдо	204	200	383,6	15,5	16,4	41,0
	гор. напиток	376	250	41,1	0,2	0,0	10,1
завтрак	хлеб		40	78,6	2,3	0,9	15,4
			12	41,7	0,7	0,9	7,4
обед	закуска		60	71,4	1,1	5,3	4,6
	1 блюдо	96	250	153,6	5,4	4,9	21,8
	2 блюдо	272	90	213,3	15,0	14,0	18,0
	гарнир	171	150	195,1	7,4	3,6	33,3
	сладкое	402	200	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		40	81,6	2,6	0,4	17,0
полдник	фрукты		100	47,0	0,4	0,4	9,8
ИТОГО				203,76			
школа	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ		ОТД/КОРП			день	5
прием пищи	блюдо		выход, г	калорийность	Белки, г	Жир, г	Углеводы, г
	№ рецепта	блюдо	цена	калорийность	Белки, г	Жир, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	240	383,6	9,5	6,4	41,0
	гор. напиток	376	250	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		40	78,6	2,3	0,9	15,4
			12	41,7	0,7	0,9	7,4
обед	закуска		100	71,4	1,1	5,3	4,6
	1 блюдо	96	250	153,6	5,4	4,9	21,8
	2 блюдо	272	100	237,0	13,4	9,5	12,2
	гарнир	171	180	195,1	7,4	3,6	33,3
	сладкое	402	200	42,6	0,0	0,0	10,7
полдник	фрукты		50	81,6	2,6	0,4	17,0
ИТОГО			100	47,0	0,4	0,4	9,8
				229,8			