

Утверждаю:

Директор

МКОУ "Новоникольская СШ"

Л.А.Кочкина

" 17 " 10 2024г



Вариант 4

ЗАВТРАК

| Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|-----------|--|-------------|-------|--------------|-------|------|----------|
| гор.блюдо | 229/2017м | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 90 | 38,00 | 156 | 13 | 9 | 6 |
| гор.блюдо | 125/2017м | Картофель отварной с маслом | 150 | 15,00 | 154 | 3 | 6 | 22 |
| гор.напиток | 382/2027м | Какао с молоком | 200 | 17,00 | 119 | 4 | 4 | 18 |
| хлеб | 701/2010м | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 3,50 | 70 | 2 | 0 | 14 |
| фрукты | | | | | | | | |
| закуска | 54/2017м | Свекла отварная с маслом растительным | 60 | 20,00 | 56 | 1 | 4 | 5 |
| | | | | 93,50 | | | | |