



Утверждаю:
 Директор МБОУ «Сетская ОШ
 им. И.В. Филимонова» Ядревский Ю.А.

Школа МБОУ «Сетская ОШ им. И.В. Филимонова» Отд./корп

День	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры или технологической карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
4 день	Завтрак						
	Огурец свежий	г	0,4	0,06	1,14	6,6	148
	Омлет натуральный	г	13,000	20,000	3,200	246,000	268
	Батон нарезной	г	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Кофейный напиток с молоком	г	2,800	2,500	13,600	88,000	465
	Апельсин	г	0,900	0,200	8,100	49,200	82
	Итого завтрак:	г	18,8	23,440	42,92	442,200	
	Обед						
	Винегрет с растительным маслом	г	1,000	3,700	4,000	52,800	47
	Суп картофельный с рыбой	г	9	8	10,000	110	119
Плов из отварной птицы	г	14,76	10	30	352,5	406	
Компот из смеси сухофруктов	г	0,600	0,000	20,100	84,000	495	
Хлеб ржано-пшеничный	г	1,980	0,360	10,200	54,300	110	
Батон нарезной	г	1,500	0,580	10,280	52,400	111	
Итого обед:	г	28,840	22,640	84,580	706,000		