



Утверждаю
директор ГБОУ СОШ № 6 г.о. Сызрань

Л.Е. Гордеева

Дата: 04.04.2024 г.

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда,граммы	
		1,5-3г	3-7л
День четвертый			
Завтрак	Каша жидкая рисовая молочная	150	200
8.30-9.00	Какао с молоком	150	180
	Батон с повидлом	20/5	25/10
ЭЦ, ккал		328,6	405,6
ИТОГО:		325	415
II завтрак	Кисломолочный продукт	100	100
10.30-11.00	Кондитерские изделия	20	20
ЭЦ, ккал		124,8	124,8
ИТОГО:		120	120
Обед	Борщ с картофелем	150	200
12.00-13.00	Салат из белокочан.капусты с морковью	40	60
	Горошница	100	150
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	60	80
	Компот из свежих плодов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	25
	Хлеб ржаной	40	45
ЭЦ, ккал		598,1	815,6
ИТОГО:		560	760
Уплотненный полдник	Салат из картофеля с зеленым горошком	40	60
15.30-16.00	Рыба запеченная в омлете	60	80
	Чай с сахаром	150	180
	Хлеб пшеничный	20	25
ЭЦ, ккал		219	280,9
Итого за день, ккал		1270,5	1626,9
ИТОГО:		270	345
Итого за день:		1275	1640
Итого стоимость за день		118 руб. 86коп.	

Руководитель СП Заболотских Ю.А. Заболотских