Разработано ООО "ДопАйтит"
Руководитель М.А. Луков

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №1 им. Героя Сов. Союза Гули Королевой"
И.А. Липатова

6 день 21.09.26

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Котлеты рубленные запеченые в молочном соусе	50/50	31,3	43,7	36,5	483,6	337	2022
Рис отварной	150	3,8	4,2	38,6	211	302	2004
Хлеб пшеничный	45	3,8	0,2	21,9	103,4	ТТК№ 6	
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376	2022
Итого за прием пищи:	**510**	**39,0**	**48,1**	**114,3**	**857,3**		

Заведующая производством В.И. Захарченко

Разработано ООО "ДонАппетит"
Руководитель МДА Луков

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №1 им.Героя России Королевой"
И.А. Липатова

dd.09.26

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша вязкая молочная рисовая с изюмом	200	8,6	10,7	43	303,1	175	2022
Омлет натуральный	120	8,3	9,3	12,6	97,5	144	2022
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/5	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2022
Итого за прием пищи:	**520**	**17,1**	**20,0**	**70,6**	**462,2**		

Заведующая производством В.И. Захарченко

Разработано ООО "ДонАлтетит"
Руководитель М.А. Луков

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №1 им. Гули Королевой"
И.А. Липатова

23.09.26

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша вязкая гречневая молочная	200	5,6	10,6	40,7	223,0	116	2011/2004
Оладьи со сгущенным молоком	150	6,5	6,8	40,2	217,2	180	2016
Чай с сахаром каркаде № 685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	**605**	**15,3**	**17,6**	**115,4**	**592,6**		

Заведующая производством В.И. Захарченко

Разработано ООО "ДонАппетит"
Руководитель М.А. Луков

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №1 им. Гули Королевой"
И.А. Липатова

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша рисовая жидкая с тыквой	200	5,5	7,5	38	240	120	2022
Фриттата с сыром и ветчиной	100	9,6	10,3	1,6	137,6	186	2022
Соус томатный №593	30	1,1	2,5	2,5	32,0	593	2004
Чай черный с яблоком № 547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК№ 547	2024
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	**540**	**19,5**	**20,6**	**71,8**	**544,5**		

Заведующая производством В.И. Захарченко

Разработано ООО "ДонЦитет"
Руководитель М.А. Луков

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №1 им. Гули Королевой"
И.А. Липатова

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с макаронами	200	6,3	7,2	23,3	183,2	311	2004
Пудинг из творога со сгущенным молоком	120	14,6	11,5	37,6	312,5	154	2022
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376	2022
Хлеб пшеничный	55	4,1	0,3	26,8	126,4		
Итого за прием пищи:	**535**	**25,1**	**19,0**	**105,0**	**681,4**		
Заведующая производством В.И. Захарченко							