1 неделя

Школа				Отд./корп	5-11 кл			День	00.00.25
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
прием пищи	газдел		Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с	250	цена	374,370	10,540	13,610	52,190
Завтрак	гор.блюдо		маслом			· ·		-	·
		14	Масло сливочное	10		66,100	2,000	7,250	0,130
	гор.напиток	376 28,1	Чай с сахаром	200 50		45,410 134,480	0,200 3,850	0,020 1,500	11,050 25,750
	хлеб	20,1	Батон йодированный Яйца вареные	40	-	62,800	5,080	4,600	0,280
Обед	салат	52	Салат из отварой свеклы	100		107,900	1,660	7,110	9,370
	1 блюдо	88,27	Щи из свежей капусты с картофелем на	260	1	134,220	4,630	7,660	11,450
	2 блюдо	271,07	Котлеты домашние	80	1	137,200	5,790	10,190	5,510
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150	1	202,450	6,970	5,440	31,470
	напиток	349,03	Компот из смеси сухофруктов	200	1	77,940	0,590	0,050	18,580
	хлеб бел.	28	Хлеб пшеничный	40		94,000	3,160	0,400	19,320
	хлеб ржаной		Хлеб ржано-пшеничный	50	ļ	99,000	3,300	0,600	19,820
			Соус томатный	20		17,640	0,210	1,210	1,440
Полдник	Напиток	377,06	Чай с сахаром лимоном	200		47,790	0,260	0,003	11,260
	C	770	Емполио одобиод о облокоми	450		202 700	7.540	44.000	F2 020
	Сладкое	770	Булочка сдобная с яблоками	150		383,760	7,510	14,900	53,020
Школа				Отд./корп	E 11	I		Понн	100 00 2025
школа				_Отд./корп	5-11 KII			День	00.00.2025
Прием пищи		№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	256,06 331,19	Мясо тушеное (свинина)	100		142,000 207,830	0,600 5,650	9,020	2,800 36,010
	гпргир гор.напиток	378	Макароны отварные Чай с молоком	180	⊣	76,650	1,820	4,560 1,420	
	хлеб	28,1	Батон йодированный	50	⊣	134,480	3,850	1,500	
	закуска		Горошек зеленый консервированный	30		12	0,93		
Обед	салат	52,1	Салат морковный	100	_	52,100	0,730	4,250	3,890
		82,27	Борщ из капусты с картофелем со сметаной	260		76,340	1,820	3,610	9,030
	1 блюдо	342,13	250/10 Рагу из птицы	250		147,250	3,130	4,450	23,480
	2 блюдо гарнир	342,13	гагу из пицы	230	4	147,230	3,130	4,430	23,400
	напиток	11,08	Компот из свежих яблок	200	,	62,690	0,160	0,160	14,900
	хлеб бел.	482,02	Хлеб пшеничный	40	<u> </u>	94,000	3,160	0,400	19,320
	хлеб черн.	481,04	Хлеб ржано-пшеничный	60		118,800	3,360	0,660	29,640
_		070				15.110	0.000	0.000	44.500
Полдник	Напиток	3/6	Чай с сахором	200	4	45,410	0,200	0,020	11,500
	Сполиос	424,02	Булочка домашняя	150	,	440,180	12,650	7,500	80,700
	Сладкое	424,02	Булочка домашний	150	ή	440,100	12,000	7,500	00,700
Школа				lo /	E 44	I		П	00.00.2025
школа				Отд./корп	5-11 КЛ]		День	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	C.	173,11	Каша вязкая молочная их хлопьев овсянных "Геркулес" с маслом	250		387,910	10,860	16,370	48,260
	гор.блюдо		теркулес с маслом		-				
	гарнир гор.напиток	377,06	Чай с сахаром лимоном	200	-	47,490	0.260	0.030	11,260
	хлеб	28,1	Батон йодированный	50	1	134,480	3,850	1,500	25,750
		209	Яйцо вареное	40	1		5,080	4,600	0,280
		15	Сыр порционно	10		36,400	2,320	2,950	2,700
Обед	закуска	30,03	Салат Осенний	100		78,820	0,750	5,200	6,530
	1 блюдо	102,04	Суп картофельный с бобовыми на курином	250		155,880	8,210	5,060	19,280
	2 блюдо	404,26	Биточек из говядины	80		236,960	13,020	14,760	13,070
	гарнир	415,01	Рис припущенный с овощами	180	1	219,330	4,150	4,900	39,700
	напиток	473 28	Напиток Витаминный	200	-	140,000	0,180 3,160	0,040	29,000 19,320
	хлеб бел. хлеб черн.	481,36	Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	50	-	94,000 99,000	3,160	0,400	19,320
	соус	372,01		30	1	30,670	0,890	1,360	3,600
	Coyc	312,01	ocyc cinetannour e tomatow	30		30,070	0,000	1,300	3,000
Полдник									
	Напиток	378	Чай с молоком	200		75,650	1,820	1,420	13,740
						47 000	0.400	0.400	9,800
	Сладкое		Печенье Яблоко свежее	100,00		47,000 47,00	0,400 0,40	0,400	

Школа				Отд./корп	5-11 кл]		День	00.00.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
		442,07	Голень запеченая	90	40.10	246,750	19,010		0,430
Завтрак	гор.блюдо	0.77	Макароны отварные с томатом	180	1	242,070	6,960	5,210	41,740
	гарнир	8,77					,		
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		45,410	0,200	0,020	11,050
	хлеб	28,01	Батон йодированный	50		134,480	3,850	1,500	25,750
		371,03	Соус томатный	30	-	17,640	0,210	1,210	1,440
		221.22		400		50.400	4.000	7.000	0.500
Обед	закуска	604,03 101	Икра кабачковая	100 250	-	56,400 121,000	1,000 3,420	7,000 5,650	8,500 15,820
	1 55,000	101	Суп картофельный с рисом на куринном бульоне	250		121,000	3,420	5,050	15,020
	1 блюдо 2 блюдо	220,59	Котлета куринная	80	-	188,620	11,310	14,050	4,270
	гарнир	189	Овощи запеченные	180	1	300,350	2,830		18,810
	напиток	442.05	Сок фруктовый	200	1	52,000	0,300	0,100	11,800
	хлеб бел.	482	Хлеб пшеничный	40	1	47,000	1,520	0,160	9,840
	хлеб черн.	481,06	Хлеб ржано-пшеничный	50	1	481,040	3,300	0,600	19,820
	·	372,01	Соус сметанный	30	1	20,530	0,470	1,210	1,910
Полдник	Напиток	11,24	Чай с сахаром лимоном	200		63,250	0,090	0,010	15,270
	Сладкое	421	Булочка сдобная с яблоком	150	-	364,010	8,070	9,330	61,980
Школа	Первая неде	ля 5 день		Отд./корп	5-11 кл		,		00.00.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	_	294,14	Котлета куринная п/ф	90		266,390	11,640	4,960	43,800
	гор.блюдо	474	16	400		040.040	0.000	44.000	07.700
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180		242,940	8,000	11,000	37,760
	гор.напиток	378	Чай с сахаром лимоном	200		377,060	0,260	0,030	11,260
	хлеб	28,08	Батон йодированный	40		131,250	3,800	1,380	25,700
		372,01	Соус сметанный с томатом	30		30,670	0,890	1,360	3,600
					-				
Обед	22101010	39,03	Салат картофельный с кукрузой и морковью	100		79,930	1,630	3,870	9,750
Обед	закуска 1 блюдо	82,87	Борщ из капусты с кртофелем со сметаной	260	ŀ	76,340	1,820	3,610	9,030
		,	Рыба тушеноая в томате с овощами	100	-	64.090	0.390	5.050	4.200
	2 блюдо	128	Пюре картофельное	180	}	220,600	3.850	8.630	30,920
	гарнир	349.03	Компот из смеси сухофруктов	200	-	349.030	0.590	0.050	18,580
	напиток	040,00	Хлеб пшеничный	40	-	94.000	3,160	0.400	19.320
	хлеб бел.	471.04	Хлеб ржано-пшеничный	50	}	99.000	3,300	0.600	19,820
	хлеб черн.	47 1,04	лиео ржано-пшеничный	30	l.	33,000	3,300	0,000	13,020
Поплник	Напиток	376	Чай с сауаром	200		45 410	0.200	0.020	11.050
Полдник	Напиток		Чай с сахаром Коруму эроматный	200		45,410 405,530	0,200	0,020	11,050
Полдник	Напиток Сладкое		Чай с сахаром Коржик ароматный	200 150	-	45,410 405,530	0,200 7,120	0,020 12,120	11,050 66,970
			·	150	5-11 kn		7,120	12,120	66,970
Школа	Сладкое	456,03	Коржик ароматный	150 Отд./корп		405,530	7,120	12,120 День	66,970 00.00.2025
Школа Прием пищи	Сладкое Раздел	456,03 № рец.	Коржик ароматный Блюдо	150 Отд./корп Выход, г	5-11 кл Цена	405,530 Калорийность	7,120 Белки	12,120 День Жиры	66,970 00.00.2025 Углеводы
Школа	Сладкое	456,03 № рец. 204	Коржик ароматный Блюдо Макроны с сыром	150 Отд./корп Выход, г 250		405,530 Калорийность 403,040	7,120 Белки 15,370	12,120 День Жиры 10,500	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340
Школа Прием пищи	Раздел гор.блюдо	456,03 № рец. 204 178	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно	150 Отд./корп Выход, г 250 10		405,530 Калорийность 403,040 70,900	7,120 Белки 15,370 0,070	12,120 День Жиры 10,500 7,800	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100
Школа Прием пищи	Раздел гор.блюдо	Nº peu. 204 178 376	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200		405,530 Калорийность 403,040 70,900 45,410	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200	12,120 День Жиры 10,500 7,800 0,020	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050
Школа Прием пищи	Раздел гор.блюдо	№ рец. 204 178 376 28,08	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный	Отд./корп Выход, г 250 10 200 50		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500	00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750
Школа Прием пищи	Раздел гор.блюдо	Nº peu. 204 178 376	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200		405,530 Калорийность 403,040 70,900 45,410	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200	12,120 День Жиры 10,500 7,800 0,020	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050
Школа Прием пищи	Раздел гор.блюдо	№ рец. 204 178 376 28,08	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный	Отд./корп Выход, г 250 10 200 50		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500	00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб	Nº peu, 204 178 376 28,08 8014,05	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный	Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 0,080	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб	Nº peu, 204 178 376 28,08 8014,05	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный	Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 0,080	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо	№ рец. 204 178 376 28,08 8014,05	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40 100		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 0,080 7,000 9,000	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо 2 блюдо	№ рец. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40 100 250		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 0,080 7,000 9,000 12,490	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо горинор	№ рец. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40 100 250 100 180		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 0,080 7,000 9,000 12,490 5,820	66,970 00.00.2025 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо гарнир напиток	Nº peu. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125 442	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной Сок фруктовый	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40 100 250 100 180 200		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490 52,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800 0,300	День День 10,500 7,800 0,020 1,500 7,000 9,000 12,490 5,820 0,100	66,970 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410 11,800
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Nº peu. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125 442 28	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной Сок фруктовый Хлеб пшеничный	Т50 ПТД /корп П		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490 52,000 94,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800 0,300 3,160	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 7,000 7,000 12,490 5,820 0,100 0,400	66,970 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410 11,800 19,320
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо гарнир напиток	Nº peu. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125 442	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной Сок фруктовый	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40 100 250 100 180 200		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490 52,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800 0,300	День День 10,500 7,800 0,020 1,500 7,000 9,000 12,490 5,820 0,100	66,970 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410 11,800
Школа Прием пищи Завтрак	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Nº peu. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125 442 28	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной Сок фруктовый Хлеб пшеничный	Т50 ПТД /корп П		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490 52,000 94,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800 0,300 3,160	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 7,000 7,000 12,490 5,820 0,100 0,400	66,970 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410 11,800 19,320
Школа Прием пищи Завтрак Обед	Раздел гор.блюдо гор.напиток хлеб закуска 1 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Nº peu. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125 442 28 481,06	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной Сок фруктовый Хлеб пшеничный	Т50 ПТД /корп П		Калорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490 52,000 94,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800 0,300 3,160	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 7,000 7,000 12,490 5,820 0,100 0,400	66,970 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410 11,800 19,320
Школа Прием пищи Завтрак Обед	Раздел гор. блюдо гор. напиток хлеб аакуска 1 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	Nº peu. 204 178 376 28,08 8014,05 604,03 93,6 290 125 442 28 481,06	Блюдо Макроны с сыром Масло сливочное порционно Чай с сахаром Батон йодированный Горошек зеленый консервированный Икра кабачковая Рассольник ленинградский с крупой перловой на бульоне Гуляш из курицы Карофель отварной Сок фруктовый Хлеб пшеничный	150 Отд./корп Выход, г 250 10 200 50 40 100 250 100 180 200 40 50		Капорийность 403,040 70,900 45,410 134,480 16,000 56,400 199,600 169,030 189,490 52,000 94,000 99,000	7,120 Белки 15,370 0,070 0,200 3,850 1,240 1,000 7,000 12,440 3,800 0,300 3,160 3,300	День Жиры 10,500 7,800 0,020 1,500 7,000 9,000 12,490 5,820 0,100 0,400 0,600	66,970 Углеводы 61,340 0,100 11,050 25,750 2,600 8,500 26,980 1,630 30,410 11,800 19,320 19,820

2 неделя

Школа				Отд./корг	5-11 кл	1		День	00.00.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,	г Цен	а Калорийнос	ть Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174,06	Каша вязкая молочная из рисовой крупы		50	278,7	50 5,890	9,810	41,560
·		209	Яйцо вареное	4	10	62,8	00 5,080	4,600	0,280
	гор.напиток	377,06	Чай с сахаром лимоном	20	00	47,7	90 0,260	0,030	11,260
	хлеб	28,1	Батон йодированный	į	50	134,4	80 3,850	1,500	25,750
		15	Сыр порционно		15	54,6	00 3,480	4,430	
					7				
Обед	закуска	52,09	Салат морковный	10	00	57,5	00 0,730	4,250	3,890
	1 блюдо	82,25	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10	26	60	76,3	40 1,820	3,610	9,030
	2 блюдо	291	Плов из птицы	25	50	335,2	90 14,440	18,590	27,490
	гарнир								
	напиток	349,03	Компот из смеси сухофруктов	20	00	77,9	40 0,590	0,050	18,580
	хлеб бел.	28	Хлеб пшеничный		30	71,7	00 2,340)	14,400
	хлеб черн.	481,06	Хлеб ржано-пшеничный		50	99,0	00 3,300	0,600	19,820
Полдник	Напиток	378	Най с молоком	20	00	75,6	50 1,820	1,420	13,740
	Сладкое	493,02	Булочка сдобная с яблоками	15	50	364,0	10 8,070	9,330	61,980
Школа				Отд./корп	E 11 vm	' 1	•	День	00.00.2025
школа				лд./корп	5-11 KJI				00.00.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	294	Котлета куринная	90		219,330	4,150	4,900	39,470
		14	Масло сливочное	10		66,100	2,000	7,250	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		45,410	0,200	0,020	11,050
	хлеб	28,08	Батон йодированный	60		157,000	4,560	1,700	30,840
	гарнир		Рис припущенный с овощами	180		219,330	4,150	4,900	
		371,02	Соус сметанныйс томатом	30		17,750	0,490	0,780	
		52	Салат из отварной свеклы	100		107,900	1,600	7,110	9,370
Обед	закуска								
		102	Суп картофельный с бобовыми на курином	250		155,880	8,210	5,060	19,280
	1 блюдо	100	бульоне 250	4.50		207.012	0.570		
	2 блюдо	462	Тефтели (2вариант) с соусом томатным	110		207,910	9,570	14,510	9,640
	гарнир	125	Картофель отварной	180		189,490	3,800	5,820	30,410
	напиток хлеб бел.	473 28	Напиток витаминный Хлеб пшеничный	200 40		140,000 47,000	0,180 1,520	0,040	29,000 9,840

50

200

150

99,000

47,790

424,030

3,300

0,260

12,650

0,600

0,030

7,500

19,820

11,260

80,700

Хлеб ржано-пшеничный

377,06 Чай с сахаром лимоном

424,02 Булочка домашняя

хлеб черн.

Напиток

Сладкое

Полдник

Школа				Отд./корп	5-11 кл			День	00.00.202
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводь
Завтрак	гор.блюдо	204	Макароны с сыром	250		352,100	17,610	20,450	51,210
оавтрак	тор.олюдо	14	Масло сливочное	10	1	68,800	2.000	7,250	0,13
					-			-	
	гор.напиток	378	Чай с молоком	200		75,650	1,820	1,420	13,74
	хлеб	28,08	Батон йодированный	50		134,480	3,850	1,500	25,75
		446,01	Кукуруза консервированная отварная	40		32,430	0,860	1,250	4,36
Обед		604,03	Икра кабачковая	100		56,400	1,000	7,000	8,50
	закуска	171	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	1	129,980	4,610	4,900	16,70
	1 блюдо	290.1	на бульоне Гуляш из курицы	100	-	169,030	12,440	12,490	1,63
	2 блюдо				-				
	гарнир	259,01	Каша гречневая рассыпчатая	180		242,940	8,000	11,000	37,76
	напиток	442,05	Сок фруктовый	200		52,000	0,300	0,100	11,80
	хлеб бел.	482,02	Хлеб пшеничный	40		47,000	1,520	0,160	9,84
	хлеб черн.	481,04	Хлеб ржано-пшеничный	50	1	99,000	3,300	0,600	19,82
]				
Полдник									
	Напиток	376	Чай с сахором	200		45,510	0,200	0,020	11,05
	Спанкоо		Печенье	50		225,000	10,250	5,750	33,00
	Сладкое	338	Яблоко свежее	100	1	47,000	0,400	0,400	9,80
	<u>'</u>	'		0 /					
Цкола				Отд./корг]		День	00.00.202
Ірием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность		Жиры	Углевод
автрак	гор.блюдо	327,03	Каша молочная №Дружба" 250	250		327,030	7,140	13,810	39,93
		15	Сыр порционно	10	1	36,400	2,320	2,950	
	FOR HORMTON	377,06	Чай с сахаром лимоном	200	-	47,790	0,260	0.030	11,20
	гор.напиток				-		-		
	хлеб	28,03	Батон йодированный	50		105,000	3,040	1,100	20,5
		4001	Яйца вареные	40		62,800	5,080	4,600	0,2
0.5		30.04	Салат Осенний	100		78.820	0,750	5,200	6,5
Обед	закуска					,			
	1 блюдо	99,15	Щи по уральски (с крупой) на бульоне	250		10,030	6,980	15,750	166,28
	2 блюдо	263,01	Рагу из свинины	250]	822,160	11,430	75,270	24,43
	напиток	349.03	Компот из смеси сухофруктов	200	-	77.940	0.590	0.050	18.58
	хлеб бел.	,	Хлеб пшеничный	50	1	117,500	3,950	0,500	24,1
	хлеб черн.	481.05	Хлеб ржано-пшеничный	60	-	118,800	3,360	0,660	29,64
	лиео черн.	401,03	лиео ржано-пшеничный	00	1	110,000	3,300	0,000	23,0
Толдник	Напиток	378	Чай с молоком	200		75,650	1,820	1,420	13,74
	Сладкое	400.5	Булочка сдобная с повидлом	150		364,010	8,070	9,330	61,98
	опадкос	400,5		150		304,010	0,010	0,000	01,00
Школа				Отд./корп	5-11 кл			День	00.00.202
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводь
Вавтрак		210	Омлет натуральный	150	40.70	207,550	16,060	14,480	3,21
an hav	гор.блюдо		31			*		_	
		8014,04	Горошек натуральный	150		12,000	0,930	0,060	1,95
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		45,410	0,200	0,020	11,05
	хлеб	28,25	Батон йодированный	70		183,170	5,320	1,980	35,98
	Mieu	338	Яблоко свежее	100		47,000	0,400	0,400	9,80
Обед	закуска	72,04	Винегрет овощной	100		93,670	1,770	4,130	12,11
лоед	1.6	103	Суп с макаронными изделиями и картофелем на бульоне	250		157,650	3,590	4,330	25,99
лоед		232	Рыба запеченная в сметанном соусе	100		168,450	13,450	10,710	4,45
лоед	1 блюдо	LJL				-	-	_	
лоед	2 блюдо		Пюре картофельное	180		220,600	3,850	8,630	30,92
лоед		128	тюре картофельное	100				0.040	20.00
уоед	2 блюдо гарнир		Напиток витаминный	200		140,000	0,180	0,040	29,00
учед	2 блюдо гарнир напиток	128 473	Напиток витаминный	200		-			
УСЕД	2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	128	Напиток витаминный Хлеб пшеничный			140,000 82,250 99,000	0,180 2,660 3,300	0,040 0,280 0,600	17,22 19,82
Учед	2 блюдо гарнир напиток	128 473 28	Напиток витаминный	200 40		82,250	2,660	0,280	17,22
Т	2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	128 473 28	Напиток витаминный Хлеб пшеничный	200 40		82,250	2,660	0,280	17,22
	2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	128 473 28 481,04	Напиток витаминный Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	200 40 50		82,250 99,000	2,660 3,300	0,280 0,600	17,22 19,82

Школа				Отд./корп	5-11 кл			День	00.00.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсянных	200		310,000	8,690	13,380	38,610
		15	Сыр порционно	10		36,400	2,320	2,950	
	гор.напиток	377	Чай с сахаром лимоном	200		47,790	0,260	0,030	11,260
	хлеб	28	Батон йодированный	50		134,480	3,850	1,500	25,750
		4	Яйцо вареное	40]	62,800	5,080	4,600	0,280
Обед	закуска	30	Салат осенний	100		78,820	0,750	5,200	6,530
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	260		77,730	1,740	3,760	9,090
	2 блюдо	404,26	Биточек из говядины	80		236,960	13,020	14,760	13,070
	гарнир	415	Рис припущенный с овощами	180		219,330	4,150	4,900	39,470
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200		152,060	0,720	3,460	37,250
	хлеб бел.	28	Хлеб пшеничный	40		47,000	1,520	0,160	9,840
	хлеб черн.	481	Хлеб ржано-пшеничный	50		99,000	3,300	0,600	19,820
		364	Соус томатный	30		26,460	0,310	1,820	2,150
Полдник	Напиток	225	Печенье	50		225,000	10,250	5,750	33,000
	напиток	378	Чай с молоком	200		119,850	2,900	3,200	19,670
		338	Яблоко свежее	100		47,000	0,400	0,400	9,800