

Школа

311 Отд./корп

2

День

5/22/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Макароны,запечённые с сыром	150\20		3199	15	35	
	гор.напиток		Чай с сахаром	185\15		600	0	15	
	хлеб		Печенье	20		952	3	15	
			Йогурт	125		1255	4	17	
						92.06			
Обед	закуска		Салат свеколка	60		561	4	5	
	1 блюдо		Суп картофельный с горохом и гренками	200\10		1506	4	16	
	2 блюдо		Котлета, биточки рыбные	100		32422	22	16	
	гарнир		Картофельное пюре	150		1694	6	24	
	напиток		Соки овощные, фруктовые и ягодные, вырабатываемые промышленностью, натуральные	180		771	0	18	
	хлеб черн.		Школьный хлеб	40		824	1	18	
	хлеб бел.		Батон нарезной обогащенный	40		1013	1	20	
						138.04			

Школа

311 Отд./корп

2

День

5/23/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150\5		179	6	6	25
	гор.напиток		Какао с молоком	200		134	3	3	25
	хлеб бел.		Бутерброд с джемом или повидлом	20/20		132	1	4	22
	хлеб черн.		Батон нарезной обогащенный	20		51	1	1	10
	фрукты		Мандарин свежий	130		49	1	0	10
						92.06			
Обед	закуска		Салат из моркови с изюмом	60		57	1	0	13
	1 блюдо		Суп крестьянский с крупой и сметаной	200		86	3	4	10
	2 блюдо		Голубцы ленивые	250		420	25	28	16
	напиток		Напиток лимонный	180		95	0	0	23
			Йогурт	125		125	5	4	17
	хлеб бел.		Хлеб школьный	40		82	4	1	18
	хлеб черн.		Батон нарезной обогащенный	20		51	1	1	10
						138.04			

Школа

311 Отд./корп

2

День

5/24/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет натуральный	145\5		387	20	33	4
	гор.напиток		Кофейный напиток	200		107	2	1	22
	хлеб		Батон нарезной обогащенный	20		51	1	1	10
	фрукты		Груша свежая	130		61	1	0	13
						92.06			
Обед	закуска		Помидор свежий	60		11	1	0	2
	1 блюдо		Суп картофельный	200		94	3	2	15
	2 блюдо		Гуляш	50\50		117	8	10	3
	гарнир		Гречневая каша	150		157	3	3	28
	напиток		Напиток из кураги с вит С	180		107	1	0	25
	хлеб черн.		Школьный хлеб	40		82	4	1	18
	хлеб бел.		Батон нарезной обогащенный	40		101	3	1	20
						138.04			

Школа

311 Отд./корп

2

День

5/25/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Пудинг из творога с молоком с-г	130\20		312	18	14	29
	гор.напиток		Чай с сахаром	185\15		60	0	0	15
	хлеб		Батон нарезной обогащенный	20		51	1	1	10
	фрукты		Яблоко свежее	130		61	1	1	13
						92.06			
Обед	закуска		Салат картофельный с кукурузой и морковью	60		99	2	7	5
	1 блюдо		Суп из овощей	200		73	2	3	8
	2 блюдо		Котлета мясная	100		150	9	6	10
	гарнир		Картофель отварной	150		209	4	7	32
	напиток		Соки овощные, плодовые и ягодные, вырабатываемые промышленностью, натуральные	180		77	1	0	18
	хлеб черн.		Школьный хлеб	40		82	4	1	18
	хлеб бел.		Батон нарезной обогащенный	40		101	3	1	20
						138.04			

Школа

311 Отд./корп

2

День

5/26/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша пшённая молочная с маслом слив.	150\5		183	6	7	24
	гор.напиток		Молоко кипячёное 2,5%	200		113	6	5	10
			Сыр (порциями)	20		73	5	6	0
	хлеб		Батон нарезной обогащенный	40		101	3	1	20
			Печенье	20		95	2	3	15
	фрукты		Груша свежая	130		61	1	0	13
						92.06			
Обед	закуска		Винегрет овощной	60		74	1	6	4
	1 блюдо		Суп картофельный с макаронными изд.	200		97	3	2	16
	2 блюдо		Плов из птицы	200		408	24	18	37
	напиток		Компот из свежих плодов с вит С	180		104	0	0	25
			Йогурт	125		125	5	4	17
	хлеб черн.		Школьный хлеб	40		82	4	1	18
	хлеб бел.		Батон нарезной обогащенный	20		51	1	1	10
						138.04			