

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День **20.05.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	17.79	212.40	6.80	10.10	25.60	
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	30.00	83.40	1.00	0.20	19.60	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25	
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8.70	75.00	0.10	8.30	0.10
			15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8.40	54.50	3.50	4.50	0.00
	фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
ИТОГО:				695	88.66	740.70	20.25	25.85	105.45	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90	
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	5.99	91.00	3.00	4.20	10.20	
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	35.46	301.60	12.80	14.30	16.80	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10.44	336.00	10.60	11.50	47.80	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	77.40	0.00	0.00	19.40	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25	
	фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
ИТОГО:				1172	88.66	1133.40	35.35	32.85	156.25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1867		1874.10	55.60	58.70	261.70	

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День 21.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	38.96	222.40	12.10	16.20	13.40
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	12.93	202.00	2.50	15.70	0.50
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	111.10	0.20	0.20	27.10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
	ИТОГО:				838	88.66	862.90	23.75	34.95
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4.16	122.40	2.30	5.30	16.40
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	36.77	244.00	13.20	12.90	18.80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10.90	217.80	3.90	11.50	22.70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4.86	88.20	0.70	0.30	20.80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
ИТОГО:				1179	88.66	999.80	29.05	32.85	140.75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2017		1862.70	52.80	67.80	243.80

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

22.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/220/80	33.52	555.10	27.30	25.40	69.30	
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	6.17	134.00	2.90	2.50	24.80	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8.70	75.00	0.10	8.30	0.10	
			Биоюгurt фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35.00	128.70	4.40	3.00	6.50	
ИТОГО:				735	88.66	1138.70	42.95	41.35	146.15	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5.80	140.70	5.60	5.40	17.50	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35.59	241.70	14.10	18.40	15.70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10.50	246.60	6.90	7.30	25.20	
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	111.10	0.20	0.20	27.10	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70	
	ИТОГО:				1089	88.66	1067.50	35.75	34.15	147.55
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1824		2206.20	78.70	75.50	293.70

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Четверг 2-я нед.

День

23.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/100/60	34.95	241.70	14.10	18.40	15.70
	2 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10.44	336.00	10.60	11.50	47.80
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2.60	49.50	0.40	0.00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8.70	75.00	0.10	8.30	0.10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
	ИТОГО:			942	88.66	1029.60	34.15	41.05	137.35
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	8.00	12.00	0.10	0.10	1.90
		1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6.55	102.00	1.80	5.00
	2 блюдо	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	34.60	224.00	11.60	13.50	13.80
		гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10.88	189.00	3.60	7.10
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4.86	88.20	0.70	0.30	20.80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
	ИТОГО:			1190	88.66	930.60	26.65	28.75	134.15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2132		1960.20	60.80	69.80	271.50

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Пятница 2-я нед.

День

24.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/220/8/80	42.99	388.60	17.70	17.30	40.30
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4.80	113.40	2.90	1.90	20.90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	8.70	75.00	0.10	8.30	0.10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8.40	54.50	3.50	4.50	0.00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
ИТОГО:				783	88.66	946.90	33.05	34.75	121.45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	4.79	115.00	5.60	4.80	10.20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	38.87	343.90	16.50	24.20	14.30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	8.23	325.00	11.46	8.12	51.50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	77.40	0.00	0.00	19.40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2.59	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2.68	129.00	4.30	1.65	21.25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	18.50	69.50	0.60	0.60	14.70
ИТОГО:				1110	88.66	1188.70	42.51	39.97	157.45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1893		2135.60	75.56	74.72	278.90