

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед.

День

5/13/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	17.79	252.60	5.70	6.80	41.70
	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	780.90	19.15	22.55	121.55
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	8.00	12.00	0.10	0.10	1.90
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5.57	140.70	5.60	5.40	17.50
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	36.08	343.90	16.50	24.20	14.30
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10.44	246.60	6.90	7.30	25.20
	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	1136.00	37.95	39.75	138.45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1805		1916.90	57.10	62.30	260.00

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

15.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/36/9	35.14	172.80			
							4.60	7.70	23.20
	напиток	350	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	4.55	110.20	0.10	0.00	26.90
	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
			Биойогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35.00	128.70	4.40	3.00	6.50
ИТОГО:				700	88.66	732.60	17.45	21.15	102.15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	8.00	16.30	0.90	0.20	3.10
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	5.05	85.20	1.70	2.70	13.30
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/60	35.85	343.90	16.50	24.20	14.30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11.44	336.00	10.60	11.50	47.80
	напиток	354	Кисель из яблок сушеных	1/200	4.55	110.20	0.10	0.00	26.90
	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:				1160	88.66	1207.00	38.65	41.35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1860		1939.60	56.10	62.50	267.70

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 1-я нед. День **16.05.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным	1/220/80	41.62	732.00	29.20	27.60	91.60
	гор.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
		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:				775	88.66	1310.90	44.55	45.65	176.65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8.20	12.00	0.10	0.10	1.90
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	4.58	83.20	2.00	6.10	7.00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/300	47.31	454.00	25.40	14.80	54.70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	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:				1100	88.66	942.00	36.35	23.75	143.15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1875		2252.90	80.90	69.40	319.80

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 17.05.2024г.

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	289	Рагу из птицы	1/100/300	45.39	374.10	25.30	20.10	27.10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2.60	49.50	0.40	0.00	11.70
	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:				882	88.66	826.00	34.75	31.25	100.95
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	8.00	12.00	0.10	0.10	1.90
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	5.18	119.10	4.00	2.90	20.10
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	37.95	224.00	11.60	13.50	13.80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	8.90	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:				1105	88.66	976.50	29.15	31.05	139.45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1987		1802.50	63.90	62.30	240.40