

1-4 класс ОВЗ и многодетные

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	5.55	6.00	0.60	0.00	1.00
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	4.99	91.00	3.00	4.20	10.20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19.37	301.60	12.80	14.30	16.80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10.44	206.00	3.60	4.60	37.70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	77.40	0.00	0.00	19.40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
<b>ИТОГО:</b>				960	<b>49.00</b>	927.90	28.25	25.25	130.55
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/32/8	24.95	267.50	10.80	12.00	27.20
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	5.00	103.50	3.10	2.40	17.20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	6.20	75.00	0.10	8.30	0.10
<b>ИТОГО:</b>				607	<b>40.00</b>	691.90	22.25	24.85	89.95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1567		1619.80	50.50	50.10	220.50

Школа

Отд./корп

Понедельник 2-я нед.

День

13.01.2025г.

## 1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Вторник 2-я нед.

День

14.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5.65	12.00	0.60	0.00	2.10
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4.74	122.40	2.30	5.30	16.40
	2 блюдо	239/331	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	21.00	244.00	13.20	12.90	18.80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	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	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
<b>ИТОГО:</b>				930	49.00	930.30	28.95	32.15	126.25
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным	1/200/80	27.35	434.90	12.30	13.60	64.60
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2.60	65.00	0.10	0.00	15.90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	6.20	75.00	0.10	8.30	0.10
<b>ИТОГО:</b>				612	40.00	820.80	20.75	24.05	126.05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1542		1751.10	49.70	56.20	252.30

## 1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

15.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	5.55	6.00	0.60	0.00	1.00
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4.80	140.70	5.60	5.40	17.50
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	24.56	217.50	14.10	18.40	15.70
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5.44	166.50	5.40	0.70	34.70
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	111.10	0.20	0.20	27.10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
	<b>ИТОГО:</b>				859	49.00	887.70	34.15	26.85
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	24.95	210.30	6.60	9.70	24.40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	5.00	103.50	3.10	2.40	17.20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6.20	75.00	0.10	8.30	0.10
<b>ИТОГО:</b>				520	40.00	634.70	18.05	22.55	87.15
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1379		1522.40	52.20	49.40	228.60

## 1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Четверг 2-я нед.

День

16.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5.65	12.00	0.60	0.00	2.10
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4.87	102.00	1.80	5.00	12.30
	2 блюдо	274/331	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	23.22	224.00	11.60	13.54	13.80
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6.55	189.00	3.60	7.10	25.20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4.86	88.20	0.70	0.30	20.80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
	<b>ИТОГО:</b>			960	49.00	861.10	26.55	28.09	119.65
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущённым молоком	1/200/80	27.35	523.80	24.50	19.20	63.00
	гор.напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	77.40	0.00	0.00	19.40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6.20	75.00	0.10	8.30	0.10
<b>ИТОГО:</b>			612	42.20	922.10	32.85	29.65	127.95	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1572		1783.20	59.40	57.74	247.60

## 1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Пятница 2-я нед.

День

17.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	5.55	6.00	0.60	0.00	1.00
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	1/250	4.79	115.00	5.60	4.80	10.20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	24.16	343.90	16.50	24.20	14.30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5.85	268.00	7.10	10.10	40.30
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4.80	77.40	0.00	0.00	19.40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
<b>ИТОГО:</b>				859	<b>49.00</b>	1056.20	38.05	41.25	130.65
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	25.35	212.40	6.80	10.10	25.60
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	4.60	134.00	2.90	2.50	24.80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.89	116.90	3.95	0.50	24.20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1.96	129.00	4.30	1.65	21.25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	6.20	75.00	0.10	8.30	0.10
<b>ИТОГО:</b>				520	<b>40.00</b>	667.30	18.05	23.05	95.95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1379		1723.50	56.10	64.30	226.60