

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед.

День

20.01.2025г.

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	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4.80	140.70	5.60	5.40	17.50
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	24.46	314.90	16.50	24.20	14.30
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5.44	166.50	5.40	0.70	34.70
	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
ИТОГО:				859	49.00	957.40	36.35	32.45	133.45
Полдник(у плотнённый)	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным	1/200/80	24.95	320.00	9.30	7.20	53.60
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5.00	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 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
ИТОГО:				590	40.00	774.90	20.55	20.15	123.95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1449		1732.30	56.90	52.60	257.40

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа			Отд./корп			Вторник 1-я нед.	День	21.01.2025г.	
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
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4.87	102.00	1.80	5.00	12.30
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	23.32	146.00	17.10	8.20	0.90
		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
	ИТОГО:				899	49.00	777.10	32.05	22.75
Полдник (уплотнённый)	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5.65	12.00	0.60	0.00	2.10
		291	Плов из птицы	1/90/270	21.70	454.00	25.40	14.80	54.70
	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	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
ИТОГО:				655	40.00	836.40	34.75	25.25	114.05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1554		1613.50	66.80	48.00	219.70

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День 22.01.2025г.

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	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4.72	85.20	1.70	2.70	13.30
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19.79	309.50	16.50	24.20	14.30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10.44	336.00	10.60	11.50	47.80
	напиток	354	Кисель из яблок сушеных	1/200	4.55	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
	ИТОГО:			900	49.00	1066.00	37.65	40.55	142.35
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	1/200/10	25.62	256.70	8.00	10.20	33.20
	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	1.69	129.00	4.30	1.65	21.25
	хлеб черн.	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6.20	75.00	0.10	8.30	0.10
ИТОГО:			520	40.00	711.60	19.25	23.15	103.55	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1420		1777.60	56.90	63.70	245.90

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	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	5.92	83.20	2.00	6.10	7.00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	28.88	454.00	25.40	14.80	54.70
	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
	ИТОГО:				880	49.00	866.50	36.25	23.05
Полдник (уплотнённый)	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5.65	12.00	0.60	0.00	2.10
	гор.блюдо	213	Омлет с жареным картофелем и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180/10	19.30	420.00	12.60	32.40	18.80
	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
ИТОГО:				560	40.00	856.40	24.65	45.25	83.65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1440		1722.90	60.90	68.30	211.20

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Пятница 1-я нед.

День

24.01.2025г.

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	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4.85	119.10	4.00	2.90	20.10
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	20.89	202.60	11.60	13.50	13.80
	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
ИТОГО:				885	49.00	885.60	29.05	30.35	124.95
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	218	Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным	1/200/40	25.38	384.70	25.70	13.80	39.30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	4.60	134.00	2.90	2.50	24.80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1.86	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
ИТОГО:				550	40.00	839.60	36.95	26.75	109.65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1435		1725.20	66.00	57.10	234.60