



23.05.2023

день: 8 вторник  
возрастная категория: 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,70	
54-16к-2020	Каша "Дружба"	250	6,20	8,70	29,90	222,60	
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35	
	<b>Итого:</b>	<b>541</b>	<b>20,00</b>	<b>21,25</b>	<b>84,87</b>	<b>611,45</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>200</b>	<b>8,3</b>	<b>11,6</b>	<b>37,5</b>	<b>288</b>	



день: 24.05.2023г.

возрастная категория: 9 среда 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
								Завтрак
54-10-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,2	3,2	237		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6		
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4		
	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>606</b>	<b>19,05</b>	<b>19,76</b>	<b>67,26</b>	<b>524,1</b>		
	<b>Второй завтрак</b>							
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	0,7	
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2	1,2	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>220</b>	<b>7,30</b>	<b>7,00</b>	<b>22,90</b>	<b>183,40</b>	<b>1,90</b>	



25.05.2023

день: 10 четверг  
возрастная категория: 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
<b>Завтрак</b>							
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	40	0,40	0,00	1,00	5,60	
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,10	20,10	4,30	258,30	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	
	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>525</b>	<b>22,97</b>	<b>25,90</b>	<b>54,49</b>	<b>543,30</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9	
54-2згн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>410</b>	<b>12,70</b>	<b>15,70</b>	<b>51,30</b>	<b>396,90</b>	



день: 26.05.2020

11 пятница  
1-11 класс

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
							СТОИМ.
Завтрак							
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	
54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	
	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>565</b>	<b>27,27</b>	<b>13,30</b>	<b>71,99</b>	<b>517,80</b>	
Второй завтрак							
54-6т-2020	Сырники	100	17,10	9,00	22,40	239,30	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>300</b>	<b>17,30</b>	<b>9,00</b>	<b>28,90</b>	<b>266,10</b>	



день: 27.05.2023  
 12 суббота  
 1-11 класс  
 возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
							СТОИМ.	СТОИМ.
<b>Завтрак</b>								
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	80	1	7,1	5,4	89,5		
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200	15,2	15,4	38,6	354,4		
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6		
Пром.	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>526</b>	<b>19,55</b>	<b>23,06</b>	<b>72,26</b>	<b>575,9</b>		
<b>Второй завтрак</b>								
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2		
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2		
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>220</b>	<b>7,30</b>	<b>7,00</b>	<b>22,90</b>	<b>183,40</b>		