

день: 23.10.2023

6 понедельник

неделя:

2

возрастная категория:

1-11 класс

сезон:

осенне-зимний



Степанов ММ

№ рецептуры	наименование блюда	Завтрак					энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
		масса порции	белки	жиры	углеводы			
54-23-2020	Овоши в нарезке (огурец)	60	0,35	0,10	1,30		7,30	
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему с говядиной	240	24,10	22,30	20,10		353,00	
54-Эн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60		27,90	
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.	Фрукт (яблоко)***	100	0,40	0,40	9,80		47,00	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,27	3,19	15,45		77,17	
	Итого за Завтрак:	676	30,47	26,55	74,91		616,47	
	Второй завтрак							
	Печенье "Юбилейное"	30	2,50	3,54	22,47		125,00	
Пром.	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33		134,4	
	Итого за Второй завтрак:	230	3,10	3,54	55,47		259,40	



исполн. Б. И. И.

день: 24. 10. 2020 г.

7 вторник

возрастная категория:

1-11 класс

№ рещ.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
							СТОИМ.
Завтрак							
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	12,50	8,40	5,20	99,70	
54-18к-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	108,70	
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	60	4,55	6,39	30,91	154,35	
	Итого:	586	31,00	28,25	100,70	687,45	
Второй завтрак							
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеница	200	8,3	11,6	37,5	288	
	Итого за Второй завтрак:	200	8,3	11,6	37,5	288	

День: 25.10.2023 8 среда
 Возрастная категория: 1-11 класс



Тусыпаева НМ

№ пед.	наименование блюда	масса			энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
		порции	белки	жиры		
Завтрак						
54-10-2020	Омлет натуральный	150	25,7	19,2	3,2	284,8
54-3а-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-28пн-4020	Каша Ангий напиток с мол.эсм	200	3,9	2,9	11,2	86
10ром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
10ром.	Хлеб ржаной	15	0,78	0,16	7,17	33,6
10ром.	Фрукт (Банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4
	Итого за Завтрак:	605	35,75	22,66	71,96	631,1
Второй завтрак						
10ром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2
10ром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Второй завтрак:	220	7,30	7,00	22,90	183,40

9 четверг

возрастная категория: *д.б. 10.2023* 1-11 класс



Макарова И.И.

№ п/п	наименование блюда	Масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
Завтрак								
54-23-2020	Овощи в нарезке (огурец)	60	0,35	0,10	1,30	7,30		
54-09-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	19,10	29,10	6,30	328,30		
54-11-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40		
54-21-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80		
54-21-2020	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50		
54-21-2020	Молоко стерилизованное	200	1,72	0,30	8,40	42,70		
54-21-2020	Молоко в пакетах	200	2,97	5,90	14,49	615,00		
Второй завтрак								
54-10-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9		
54-23-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86		
Итого за Второй завтрак:		410	12,70	15,70	51,30	396,90		

день: 28.10.2023г

10 пятница
1-11 класс



Handwritten signature: K. Kalyp

№ рещ.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
54-169-2020	Винегрет с растительным маслом	80	1	7,1	5,4	89,5		
54-119-2020	Плов из отварной говядины	240	20,2	17,4	58,6	394,4		
54-379-2020	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	18	0,78	0,16	7,17	33,9		
Пром.	Пюре картофельное	80	24,86	25,06	42,28	615,9		
Пром.	Кефир	200	5,9	5	8	100,2		
Пром.	Панировые сухари	20	1,5	2	14,9	83,2		
	Итого за Второй завтрак:	220	7,30	7,00	22,90	183,40		