



Кулисаков Ч.М.

02.05.2023

день: **2 вторник**
 возрастная категория: **1-11 класс**

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	25,6	16,1	25	347,8	
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,20	2,60	16,70	98,20	
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	
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 (банан)***	150	2,30	0,00	33,60	143,40	
	Итого за Завтрак:	576	33,45	19,26	103,56	721,40	
	Второй завтрак						
54-3в-2020	Вафли	50	2,50	9,90	27,90	210,50	
Пром.	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	
	Итого за Второй завтрак:	250	3,10	9,90	60,90	344,90	



день: 03.05.2023г

возрастная категория: 3 среда 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	
54-24м-2020	Шницель из курицы	125	24,00	5,50	16,80	211,80	
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	
0	Итого за Завтрак:	590	32,17	11,40	68,29	504,00	
Второй завтрак							
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
	Итого за Второй завтрак:	200	8,30	11,60	37,50	288,00	



День: 04.05.2020г
 возрастная категория:

4 четверг
 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	30	0,6	0,1	3,05	15,65	
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	115	16,2	3,2	9,89	133,2	
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,2	38,1	213,5	
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	25	1,7	0,3	8,4	42,7	
	Итого за Завтрак:	550	24,67	9,1	80,43	502,35	
Второй завтрак							
54-1т-2020	Пряник	75	14,80	5,30	10,80	150,60	
54-7хн-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	
	Итого за Второй завтрак:	275	15,40	5,30	33,50	243,80	

05.05.2023г

день: 5 пятница
 возрастная категория: 1-11 класс



№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,5	13,5	3,1	188,9	
54-12г-2020	Каша пшенинная рассыпчатая	150	6,30	7,10	35,50	231,60	
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	20	1,3	0,2	6,7	34,2	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35	
0	Итого за Завтрак:	510	26,22	24,49	87,2	676,35	
Второй завтрак							
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2	
	Итого за Второй завтрак:	220	7,30	7,00	22,90	183,40	



день: 06.05.2022
 возрастная категория:

6 суббота
 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,3	8,1	7,8	108,7	
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,30	8,10	33,20	314,60	
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	20	1,30	0,20	6,70	34,20	
	Итого за Завтрак:	530	36,87	21,00	74,59	634,70	
Второй завтрак							
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	
	Итого за Второй завтрак:	210	8,80	12,80	0,00	310,90	