

Школа -

Отд./корп

День 24.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша кукурузная вязкая молочная с маслом	200/10		292	7	11	42
	гор.напиток	382	Какао напиток с молоком	200		154	4	4	26
	хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
	Гастрономия	14	Масло порционнно	10		66		7	
	фрукты	341	Апельсин	120		45	1		10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ТТК	Зелёный горошек порционнно	10		4			1
	1 блюдо	250/10/1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	250/5/1		112	2	6	13
	2 блюдо	291	Плов с цыплятами	250		501	17	25	53
	гарнир								
	Напиток	376	Компот из кураги	200		125	1		30
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	выпечка								
	напиток								

Школа -

Отд./корп

День 25.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	243	Сардельки отварные	50		82	5	7	
	Гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		114	3	5	14
	Гастрономия	15	Сыр порционнно	10		34	3	3	
	Гор. Напиток	380	Напиток кофейный с молоком	200		146	3	4	25
	Хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
Завтрак 2	фрукты								

Обед	закуска	71	Помидор свежий порционно	20		4			1
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью укропа	250/10/1		151	2	7	21
	2 блюдо	268	Котлеты из говядины с маслом сливочным	55		148	7	10	8
	гарнир	203	Вермишель отварная с маслом сливочным	150					
	Напиток	ТТК	Напиток клюквенный Школьный	200		62			15
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник		ТТК	Круассан с варёной сгущёнкой	90		352	6	21	35
		376	Чай с сахаром	200		61			15

Школа - Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом	70		128	7	8	6
	Соус	331	Соус сметанный с томатом	30		27		1	3
	Гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100		162	6	4	26
	Напиток	ТТК	Чай со смородиной	200		39			10
	Хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
	Фрукты	341	Яблоко свежее (нарезка)	80		36			8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Огурец свежий порционно	15		2			
	1 блюдо	99	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа	250/5/1		93	2	4	11
	2 блюдо	246	Гуляш из отварной говядины	60		103	8	7	2
	гарнир	304	Рис отварной	100		124	2	4	21

	Напиток	349	Компот из сухофруктов	200		92			23
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник		401	Оладьи со сгущённым молоком	5		330	9	10	52
		386	Напиток кисломолочный Ряженка	200		102	6	5	8

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога со сгущённым молоком	10		433	24	18	45
	гор.напиток	ТТК	Напиток шоколадный Nesquik	200		93	2	2	17
	хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	75	Икра из свеклы	30					
	1 блюдо	157	Солянка домашняя со сметаной	50					
	2 блюдо	227	Рыба припущенная с маслом сливочным	55					
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	150					
	Напиток	350	Кисель	200					
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60					
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30					
Полдник	Выпечка	420	Сосиска запечённая в тесте	25/50		190	6	8	23
	Напиток	ТТК	Напиток из вишни	200		89			22

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастрономия	14	Масло порционно	5		33		4	
	горячее блюдо	256	Говядина тушёная в соусе	65		128	10	9	1
	гарнир	302	Каша перловая рассыпчатая	150		214	5	4	38
	горячий напиток	377	Чай с лимоном и сахаром	67		61			16
	хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Помидор свежий порционно	15		3			1
	1 блюдо	106	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	14/250		116	4	3	18
	2 блюдо	268	Шницель из говядины	50		110	7	6	8
	гарнир	321	Капуста тушёная белокачанная	150		114	3	5	14
	напиток	646	Напиток из апельсинов	200		103			26
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	Выпечка	ТТК	Рожок с повидлом	50		168	3	4	30
	Напиток	389	Сок фруктовый	200		136	1		33

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гастрономия	14	Масло сливочное	10		66		7	
	блюда из яиц	209	Яйцо варёное	40		63	5	5	
	Горячее блюдо	174	Каша рисовая молочная с маслом	20		294	6	11	43
	горячий напиток	382	Какао напиток с молоком	200		154	4	4	26
	Хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	73	Икра кабачковая	30		36	1	3	2

	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	Выпечка		Пирожок печёный с яблоками	50		122	3	1	25
	Напиток		Молоко кипячёное	180		104	5	6	8