

Школа № 3 Бесп.лит.с 1-4 кл 1,2 см

Отд./корп

День 18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак 1 смена						
завтрак	хлеб	91	Бутерброд с сыром гол.на батоне	10\20	10,37	58	2.15	3.26	4.3
	2блюдо	раз.	Тефтели мясные с рисом **	90	43,36	166	7.8	11.7	9.8
	гарнир	291.18	Ракушки отварные***	200	13,00	192	7.55	0.91	38.72
	сладкое	раз.	Чай каркадэ	200	3,64	60	0.12	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	24	1,70	58.56	1.95	0.03	12.67
	сладкое	518	Сок фруктовый	200	19,69	90	0	0	22
					91,76	625	20	16	102
			Обед 2 смена						
обед	закуска	раз.	Салат картофельный с огурцами консер.**/	80	12,09	80	1.6	4	8.8
	1блюдо	272.04	Суп-пюре из гороха	200	6,42	172	8.19	4.32	23.8
	Хлеб бел.	170.02	Гренки из пшеничного хлеба**	20	2,63	24	0.79	0.09	5.21
	2блюдо	раз.	Тефтели мясные с рисом **с маслом сливочным	90/5	50,20	166	7.8	11.7	9.8
	гарнир	291.18	Ракушки отварные***	170	11,05	163.2	6.41	0.77	32.91
	гор.напиток	494	Чай с лимоном**	200/7	6,20	61	0.1	0	15.2
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	22	1,57	53.68	1.79	0.03	11.62
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	25	1,60	50	1.82	0.3	9.35
					91,76	770	28	21	117

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесп.пит.с 1-4 класс ОБЗ

Отд./корп

День 18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак 1 смена						
завтрак	хлеб	95	Бутерброд с повидлом на батоне*	20\30	7,50	124	1.27	4	20.6
	гор.блюдо	98	Каша манная молочная с маслом**	250/5	16,93	306.25	8.16	8.79	48.47
	гор.напиток	267	Чай с молоком**	200	5,57	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	519	11	14	86
			Обед 2 смена						
обед	закуска	раз.	Салат картофельный с огурцами консер.**/	80	12,09	80	1.6	4	8.8
	1блюдо	272.04	Суп-пюре из гороха	200	6,42	172	8.19	4.32	23.8
	Хлеб бел.	170	Гренки из пшеничного хлеба**	20	2,63	67	2.25	0.23	13.94
	2блюдо	раз.	Тефтели мясные с рисом **с маслом сливочным	90/5	50,20	166	7.8	11.7	9.8
	гарнир	291.18	Ракушки отварные***	170	11,05	163.2	6.41	0.77	32.91
	гор.напиток	494	Чай с лимоном**	200/7	6,20	61	0.1	0	15.2
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	23	1,61	56.12	1.87	0.03	12.14
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	24	1,56	48	1.75	0.29	8.98
					91,76	813	30	21	126
ИТОГО					121,76				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесп. пит. с 5-11 класс

Отд./корп

День

18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калор ийност ь	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед 2 смена						
обед	закуска	раз.	Салат картофельный с огурцами консер.**/	100	15,12	100	2	5	11
	1блюдо	272.06	Суп-пюре из гороха	250	8,03	215	10.24	5.4	29.75
	Хлеб бел.	170.02	Гренки из пшеничного хлеба**	20	2,63	24	0.79	0.09	5.21
	2блюдо	раз.	Тефтели мясные с рисом **с маслом сливочным	100/5	55,01	184.44	8.67	13	10.89
	гарнир	291.18	Ракушки отварные***	200	13,00	192	7.55	0.91	38.72
	гор.напиток	494	Чай с лимоном**	200/7	6,20	61	0.1	0	15.2
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	20	1,43	48.8	1.62	0.02	10.56
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	23	1,47	46	1.67	0.28	8.6
					102,89	871	33	25	130
ИТОГО					102,89				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесп. пит. с 5-11 класс ОВЗ

Отд./корп

День 18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак 1 смена						
завтрак	хлеб	95.03	Бутерброд с повидлом на батоне*	20\35	7,97	165.33	1.69	5.33	27.47
	гор.блюдо	98	Каша манная молочная с маслом**	300\3	16,46	367.5	9.79	10.54	58.17
	гор.напиток	267	Чай с молоком**	200	5,57	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	622	13	17	103
			Обед 2 смена						
обед	закуска	раз.	Салат картофельный с огурцами консер.**/	100	15,12	100	2	5	11
	1блюдо	272.06	Суп-пюре из гороха	250	8,03	215	10.24	5.4	29.75
	Хлеб бел.	170.02	Гренки из пшеничного хлеба**	20	2,63	24	0.79	0.09	5.21
	2блюдо	раз.	Тефтели мясные с рисом **с маслом сливочным	100/5	55,01	184.44	8.67	13	10.89
	гарнир	291.18	Ракушки отварные***	200	13,00	192	7.55	0.91	38.72
	гор.напиток	494	Чай с лимоном**	200/7	6,20	61	0.1	0	15.2
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	20	1,43	48.8	1.62	0.02	10.56
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	23	1,47	46	1.67	0.28	8.6
					102,89	871	33	25	130
ИТОГО					132,89				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.