

Школа № 3 Бесп.пит.с 1-4 кл 1,2 см

Отд./корп

День 15.01.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            |             |        | Завтрак 1 смена                      |          |       |              |       |      |          |
| завтрак    | закуска     | 90.02  | Бутерброд с сыром гол.на батоне      | 10\20    | 10,41 | 116          | 4.3   | 6.53 | 8.6      |
|            | 2блюдо      | раз.   | Мясо тушеное в соусе                 | 50\50    | 64,64 | 300          | 11    | 28   | 2        |
|            | гарнир      | 291.14 | Макароны отварные***, огурец консер. | 150/20   | 15,91 | 144          | 5.66  | 0.68 | 29.04    |
|            | сладкое     | раз.   | Чай каркадэ                          | 200      | 3,64  | 60           | 0.12  | 0    | 15       |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                    | 25       | 1,66  | 61           | 2.03  | 0.03 | 13.2     |
|            |             |        |                                      |          | 96,26 | 681          | 23    | 35   | 68       |
|            |             |        | Обед 2 смена                         |          |       |              |       |      |          |
| обед       | 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**         | 15       | 2,07  | 18           | 0.59  | 0.07 | 3.91     |
|            | 2блюдо      | раз.   | Мясо тушеное в соусе                 | 50\50    | 64,64 | 300          | 11    | 28   | 2        |
|            | гарнир      | 291.14 | Макароны отварные***, огурец консер. | 150/15   | 14,29 | 144          | 5.66  | 0.68 | 29.04    |
|            | гор.напиток | 494    | Чай с лимоном**                      | 200/6    | 5,82  | 61           | 0.1   | 0    | 15.2     |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                    | 21       | 1,54  | 51.24        | 1.71  | 0.03 | 11.09    |
|            | Хлеб черн.  | 110.2  | Хлеб дарницкий***                    | 22       | 1,48  | 44           | 1.6   | 0.26 | 8.23     |
|            |             |        |                                      |          | 96,26 | 790          | 29    | 33   | 93       |

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 15.01.2024

| 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    | 7,56   | 124          | 1.27  | 4    | 20.6     |
|            | гор.блюдо   | 98     | Каша манная молочная с маслом**      | 250/5    | 16,84  | 306.25       | 8.16  | 8.79 | 48.47    |
|            | гор.напиток | 267    | Чай с молоком**                      | 200      | 5,60   | 89           | 1.4   | 1.6  | 17.34    |
|            |             |        |                                      |          | 30,00  | 519          | 11    | 14   | 86       |
|            |             |        | Обед 2 смена                         |          |        |              |       |      |          |
| обед       | 1блюдо      | 272.04 | Суп-пюре из гороха                   | 200      | 6,42   | 172          | 8.19  | 4.32 | 23.8     |
|            | Хлеб бел.   | 170    | Гренки из пшеничного хлеба**         | 15       | 2,07   | 50.25        | 1.69  | 0.17 | 10.45    |
|            | 2блюдо      | раз.   | Мясо тушеное в соусе                 | 50\50    | 64,64  | 300          | 11    | 28   | 2        |
|            | гарнир      | 291.14 | Макароны отварные***, огурец консер. | 150/15   | 14,29  | 144          | 5.66  | 0.68 | 29.04    |
|            | гор.напиток | 494    | Чай с лимоном**                      | 200/6    | 5,82   | 61           | 0.1   | 0    | 15.2     |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                    | 20       | 1,47   | 48.8         | 1.62  | 0.02 | 10.56    |
|            | Хлеб черн.  | 110.2  | Хлеб дарницкий***                    | 23       | 1,55   | 46           | 1.67  | 0.28 | 8.6      |
|            |             |        |                                      |          | 96,26  | 822          | 30    | 33   | 100      |
| ИТОГО      |             |        |                                      |          | 126,26 |              |       |      |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа №3 Бесп. пит. с 5-11 класс

Отд./корп

День 15.01.2024

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|--------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
|            |            |        | Обед 2 смена                         |          |        |              |       |      |          |
| обед       | 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       | 2,76   | 24           | 0.79  | 0.09 | 5.21     |
|            | 2блюдо     | раз.   | Мясо тушеное в соусе                 | 50\50    | 64,64  | 300          | 11    | 28   | 2        |
|            | гарнир     | 291.14 | Макароны отварные***, огурец консер. | 180/35   | 22,64  | 172.8        | 6.79  | 0.82 | 34.85    |
|            | ор.напиток | 494    | Чай с лимоном**                      | 200/6    | 5,82   | 61           | 0.1   | 0    | 15.2     |
|            | Хлеб бел.  | 108    | Хлеб пшеничный***                    | 30       | 2,21   | 73.2         | 2.44  | 0.04 | 15.84    |
|            | Хлеб черн. | 110.2  | Хлеб дарницкий***                    | 27       | 1,83   | 54           | 1.97  | 0.32 | 10.1     |
|            |            |        |                                      |          | 107,93 | 900          | 33    | 35   | 113      |
| ИТОГО      |            |        |                                      |          | 107,93 |              |       |      |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесп. пит. с 5-11 класс ОБЗ

Отд./корп

День 15.01.2024

| 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    | 8,04   | 165.33       | 1.69  | 5.33  | 27.47    |
|            | гор.блюдо   | 98     | Каша манная молочная с маслом**      | 300\3    | 16,36  | 367.5        | 9.79  | 10.54 | 58.17    |
|            | гор.напиток | 267    | Чай с молоком**                      | 200      | 5,60   | 89           | 1.4   | 1.6   | 17.34    |
|            |             |        |                                      |          | 30,00  | 622          | 13    | 17    | 103      |
|            |             |        | Обед 2 смена                         |          |        |              |       |       |          |
| обед       | 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       | 2,76   | 24           | 0.79  | 0.09  | 5.21     |
|            | 2блюдо      | раз.   | Мясо тушеное в соусе                 | 50\50    | 64,64  | 300          | 11    | 28    | 2        |
|            | гарнир      | 291.14 | Макароны отварные***, огурец консер. | 180/35   | 22,64  | 172.8        | 6.79  | 0.82  | 34.85    |
|            | гор.напиток | 494    | Чай с лимоном**                      | 200/6    | 5,82   | 61           | 0.1   | 0     | 15.2     |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                    | 30       | 2,21   | 73.2         | 2.44  | 0.04  | 15.84    |
|            | Хлеб черн.  | 110.2  | Хлеб дарницкий***                    | 27       | 1,83   | 54           | 1.97  | 0.32  | 10.1     |
|            |             |        |                                      |          | 107,93 | 900          | 33    | 35    | 113      |
| ИТОГО      |             |        |                                      |          | 137,93 |              |       |       |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.