



Школа №3 Бесп.пит с 1- 4 класс1,2смена Отд./корп

День 13.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| | | | Завтрак 1 смена | | | | | | |
| завтрак | закуска | 94 | Бутерброд с маслом***на батоне | 10/35 | 14,81 | 158 | 2.71 | 8.28 | 18.13 |
| | 2блюдо | раз | Котлета из цыпленка припущенная/// | 60 | 23,92 | 186 | 11.02 | 12.45 | 7.52 |
| | 2блюдо | раз | Омлет с сыром | 150 | 39,53 | 249 | 19 | 28 | 3 |
| | напитки | 493 | Чай с сахаром** | 200 | 3,18 | 60 | 0.1 | 0 | 15 |
| | Хлеб | 108 | Хлеб пшеничный*** | 24 | 1,79 | 58.56 | 1.95 | 0.03 | 12.67 |
| | | | | | 83,23 | 712 | 35 | 49 | 56 |
| | | | Обед 2 смена | | | | | | |
| обед | закуска | 21 | Салат из свеклы с огурцом консерв.** | 35 | 5,38 | 44.45 | 0.44 | 3.53 | 2.72 |
| | 1блюдо | 146 | Суп картофельный с клецками*** | 200/20 | 7,84 | 85 | 2.36 | 3.18 | 11.8 |
| | 2блюдо | раз | Сосиски из рыбы минтай | 100 | 33,74 | 113 | 14 | 2 | 10 |
| | гарнир | раз | Картофельное пюре// | 160 | 23,12 | 147.2 | 3.36 | 7.04 | 17.44 |
| | напитки | раз | Напиток лимонный** | 200 | 8,36 | 60 | 0.1 | 0 | 15 |
| | Хлеб | 108 | Хлеб пшеничный*** | 35 | 2,57 | 85.4 | 2.84 | 0.04 | 18.48 |
| | Хлеб | 110.2 | Хлеб дарницкий*** | 30 | 2,22 | 60 | 2.18 | 0.36 | 11.22 |
| | | | | | 83,23 | 595 | 25 | 16 | 87 |

Руководитель Тырыкина В.М.
 Зав.производством Федорова Т.В.
 Калькулятор Карелова



Школа №3 Бесплатно с 1- 4 класс ОБЗ Отд./корп

День 13.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|---------|--------|--------------------------------------|----------|---------------|--------------|-------|------|----------|
| | | | Завтрак | | | | | | |
| завтрак | закуска | 94 | Бутерброд с маслом***на батоне | 5/30 | 8,61 | 79 | 1.35 | 4.14 | 9.06 |
| | каша | 103.03 | Каша пшенная молочная с м/сл** | 200/4 | 13,83 | 227 | 6.04 | 7.27 | 34.29 |
| | напитки | 267 | Чай с молоком** | 200 | 7,56 | 89 | 1.4 | 1.6 | 17.34 |
| | | | | | 30,00 | 395 | 9 | 13 | 61 |
| | | | Обед | | | | | | |
| обед | закуска | 21 | Салат из свеклы с огурцом консерв.** | 35 | 5,38 | 44.45 | 0.44 | 3.53 | 2.72 |
| | 1блюдо | 146 | Суп картофельный с клецками*** | 200/20 | 7,84 | 85 | 2.36 | 3.18 | 11.8 |
| | 2блюдо | раз | Сосиски из рыбы минтай | 100 | 33,74 | 113 | 14 | 2 | 10 |
| | гарнир | раз | Картофельное пюре// | 160 | 23,12 | 147.2 | 3.36 | 7.04 | 17.44 |
| | напитки | раз | Напиток лимонный** | 200 | 8,36 | 60 | 0.1 | 0 | 15 |
| | Хлеб | 108 | Хлеб пшеничный*** | 35 | 2,57 | 85.4 | 2.84 | 0.04 | 18.48 |
| | Хлеб | 110.2 | Хлеб дарницкий*** | 30 | 2,22 | 60 | 2.18 | 0.36 | 11.22 |
| | | | | | 83,23 | 595 | 25 | 16 | 87 |
| ИТОГО | | | | | 113,23 | | | | |

Руководитель Тырыкина В.М.
 Зав.производством Федорова Т.В.
 Калькулятор Карелова

Школа №3 "Бесп.пит." 5- 11 класс

Отд./корп

День 13.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| | | | Обед | | | | | | |
| обед | закуска | 21 | Салат из свеклы с огурцом консерв.** | 50 | 7,68 | 63.5 | 0.63 | 5.04 | 3.88 |
| | 1блюдо | 146 | Суп картофельный с клецками*** | 250/25 | 9,79 | 106.25 | 2.95 | 3.97 | 14.75 |
| | 2блюдо | раз | Сосиски из рыбы минтай | 100 | 33,74 | 113 | 14 | 2 | 10 |
| | гарнир | раз | Картофельное пюре// | 200 | 28,90 | 184 | 4.2 | 8.8 | 21.8 |
| | напитки | раз | Напиток лимонный** | 200 | 8,36 | 60 | 0.1 | 0 | 15 |
| | Хлеб | 108 | Хлеб пшеничный*** | 35 | 2,57 | 85.4 | 2.84 | 0.04 | 18.48 |
| | Хлеб | 110.2 | Хлеб дарницкий*** | 31 | 2,29 | 62 | 2.26 | 0.37 | 11.59 |
| | | | | | 93,33 | 674 | 27 | 20 | 95 |
| ИТОГО | | | | | 93,33 | | | | |

Руководитель _____ Тырыкина В.М.
 Зав.производством _____ Федорова Т.В.
 Калькулятор _____ Карелова

Школа №3 Бесплатно 5- 11 класс ОБЗ

Отд./корп

День 13.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| | | | Завтрак | | | | | | |
| завтрак | закуска | 94 | Бутерброд с маслом***на батоне | 5/30 | 8,61 | 79 | 1.35 | 4.14 | 9.06 |
| | каша | 103.03 | Каша пшенная молочная с м/сл** | 200/4 | 13,83 | 227 | 6.04 | 7.27 | 34.29 |
| | напитки | 267 | Чай с молоком** | 200 | 7,56 | 89 | 1.4 | 1.6 | 17.34 |
| | | | | | 30,00 | 395 | 9 | 13 | 61 |
| | | | Обед | | | | | | |
| обед | закуска | 21 | Салат из свеклы с огурцом консерв.** | 50 | 7,68 | 63.5 | 0.63 | 5.04 | 3.88 |
| | 1блюдо | 146 | Суп картофельный с клецками*** | 250/25 | 9,79 | 106.25 | 2.95 | 3.97 | 14.75 |
| | 2блюдо | раз | Сосиски из рыбы минтай | 100 | 33,74 | 113 | 14 | 2 | 10 |
| | гарнир | раз | Картофельное пюре// | 200 | 28,90 | 184 | 4.2 | 8.8 | 21.8 |
| | напитки | раз | Напиток лимонный** | 200 | 8,36 | 60 | 0.1 | 0 | 15 |
| | Хлеб | 108 | Хлеб пшеничный*** | 35 | 2,57 | 85.4 | 2.84 | 0.04 | 18.48 |
| | Хлеб | 110.2 | Хлеб дарницкий*** | 31 | 2,29 | 62 | 2.26 | 0.37 | 11.59 |
| | | | | | 93,33 | 674 | 27 | 20 | 95 |
| ИТОГО | | | | | 123,33 | | | | |

Руководитель _____ Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Федорова Т.В..

Калькулятор _____ Карелова