

Школа № 3 Бесплатит. с 1-4 кл.1,2 смена

Отд./корп

День 06.02.2024

№ 3		Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
		Завтрак 1 смена									
завтрак	хлеб	6.96			Бутерброд с маслом, повидлом на батоне*	5\20\25	14,40	81	0.65	4.05	10.32
	2блюдо	раз.			Тефтели рыбные /минтай/**/	90	32,36	81	7.95	1.85	8.26
	гарнир	415			Рис припущенный**	180	15,53	258	4.46	6.54	45.32
	соус	238.02			Соус томатный **	50	4,94	28	0.27	1.83	2.62
	сладкое	раз.			Чай каркадэ	200	3,64	60	0.12	0	15
	Хлеб бел.	108			Хлеб пшеничный***	24	1,99	58.56	1.95	0.03	12.67
	фрукты	112			Яблоко свежее'	1 шт	23,40	180	1.6	1.6	41.6
							96,26	747	17	16	136
		Обед 2 смена									
обед	закуска	50.05			Салат из свеклы с м/раст.**	60	6,35	106	1.8	6.6	10.08
	1блюдо	39.08			Суп картофельный с вермишелью **	200	8,45	124	2.83	2.86	21.76
	2блюдо	раз.			Тефтели рыбные /минтай/**/	90	32,36	81	7.95	1.85	8.26
	гарнир	415			Рис припущенный**	160	13,81	229.33	3.97	5.81	40.29
	соус	238.02			Соус томатный **	50	4,94	28	0.27	1.83	2.62
	сладкое	раз.			Чай каркадэ	200	3,64	60	0.12	0	15
	Хлеб бел.	108			Хлеб пшеничный***	21	1,76	51.24	1.71	0.03	11.09
	Хлеб черн.	110.2			Хлеб дарницкий***	20	1,55	40	1.46	0.24	7.48
	фрукты	112			Яблоко свежее'	1 шт	23,40	180	1.6	1.6	41.6
							96,26	900	22	21	158

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесплат. с 1-4 кл. ОВЗ

Отд./корп

День 06.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак 1 смена						
завтрак	сладкое		Печенье	40	8,73	176	3.1	6.66	25.7
	гор.блюдо	раз.	Каша пшеничная молочная с маслом**/	260\3	15,67	253.76	7.74	8.39	36.69
	гор.напиток	267	Чай с молоком**	200	5,60	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	519	12	17	80
			Обед 2 смена						
обед	закуска	50.05	Салат из свеклы с м/раст.**	60	6,35	106	1.8	6.6	10.08
	1блюдо	39.08	Суп картофельный с вермишелью **	200	8,45	124	2.83	2.86	21.76
	рыбные	раз.	Тефтели рыбные /минтай/**/	90	32,36	81	7.95	1.85	8.26
	гарнир	415	Рис припущенный**	160	13,81	229.33	3.97	5.81	40.29
	соус	238.02	Соус томатный **	50	4,94	28	0.27	1.83	2.62
	сладкое	раз.	Чай каркадэ	200	3,64	60	0.12	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	20	1,71	48.8	1.62	0.02	10.56
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	21	1,60	42	1.53	0.25	7.85
	фрукты	112	Яблоко свежее'	1 шт	23,40	180	1.6	1.6	41.6
					96,26	899	22	21	158
ИТОГО					126,26				

Руководитель Тырыкина В.М.

Зав. производством

Калькулятор Сабитолва Г.А.

Школа № 3 Бесплат. с 5-11 кл.

Отд./корп

День 06.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед 2 смена						
обед	закуска	50.05	Салат из свеклы с м/раст.**	100	10,58	176.67	3	11	16.8
	1блюдо	39.08	Суп картофельный с вермишелью **	250	10,56	155	3.54	3.57	27.2
	2блюдо	раз.	Тефтели рыбные /минтай/**/	100	35,96	90	8.83	2.06	9.18
	гарнир	415	Рис припущенный**	180	15,53	258	4.46	6.54	45.32
	соус	238.02	Соус томатный **	50	4,94	28	0.27	1.83	2.62
	сладкое	раз.	Чай каркадэ	200	3,64	60	0.12	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	22	1,80	53.68	1.79	0.03	11.62
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	20	1,52	40	1.46	0.24	7.48
	фрукты	112	Яблоко свежее'	1 шт	23,40	180	1.6	1.6	41.6
					107,93	1041	25	27	177
ИТОГО					107,93				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3, Бест. пит. с 5-11 кл. ОВЗ

Отд./корп

День 06.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 смена									
завтрак	сладкое		Печенье	45	9,82	198	3.49	7.5	28.91
	гор.блюдо	раз.	Каша пшеничная молочная с маслом**/	305	14,58	297.68	9.08	9.85	43.04
	гор.напиток	267	Чай с молоком**	200	5,60	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	585	14	19	89
Обед 2 смена									
обед	закуска	50.05	Салат из свеклы с м/раст.**	100	10,58	176.67	3	11	16.8
	1блюдо	39.08	Суп картофельный с вермишелью **	250	10,56	155	3.54	3.57	27.2
	2блюдо	раз.	Тефтели рыбные /минтай/**/	100	35,96	90	8.83	2.06	9.18
	гарнир	415	Рис припущенный**	180	15,53	258	4.46	6.54	45.32
	соус	238.02	Соус томатный **	50	4,94	28	0.27	1.83	2.62
	сладкое	раз.	Чай каркадэ	200	3,64	60	0.12	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	21	1,72	51.24	1.71	0.03	11.09
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	21	1,60	42	1.53	0.25	7.85
	фрукты	112	Яблоко свежее'	1 шт	23,40	180	1.6	1.6	41.6
					107,93	1041	25	27	177
ИТОГО					137,93				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.