



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

Отд./корп

День 16.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак 1 смена						
завтрак	2блюдо	раз.	Котлета "Рябушка" +	90	49,40	206.1	11.7	12.6	10.8
	гарнир	681	Каша гречневая вязкая **	200	10,75	349.33	11.6	7.2	60
	сладкое	раз.	Напиток лимонный **	200	9,49	60	0.1	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный ***	28	2,32	68.32	2.27	0.03	14.78
	фрукты	112	Яблоко свежее'	1 шт	24,30	180	1.6	1.6	41.6
					96,26	864	27	21	142
			Обед 2 смена						
обед	закуска	66	Салат картофельный с огурцами консерв. **	100	13,15	96.67	1.7	5.3	10.5
	1блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем *** со сметаной	200\5	11,15	82	1.66	5.48	6.58
	2блюдо	раз.	Котлета "Рябушка" +	90	49,40	229	13	14	12
	гарнир	681	Каша гречневая вязкая **	180	9,67	314.4	10.44	6.48	54
	сладкое	раз.	Напиток лимонный **	200	9,49	60	0.1	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный ***	23	1,88	56.12	1.87	0.03	12.14
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий ***	20	1,52	40	1.46	0.24	7.48
					96,26	878	30	32	118

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа №3 Бесплат. с 1-4 кл. ОВЗ

Отд./корп

День 16.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 смена									
завтрак	сладкое		Баранки ванильные	44	8,37	147.4	3.89	0.99	30.4
	гор.блюдо	раз.	Каша пшеничная молочная с маслом**/	260\4	16,03	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	490	13	11	84
Обед 2 смена									
обед	закуска	66	Салат картофельный с огурцами консерв.**	100	13,15	96.67	1.7	5.3	10.5
	1блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем ***со сметаной	200\5	11,15	82	1.66	5.48	6.58
	2блюдо	раз.	Котлета "Рябушка"+	90	49,40	229	13	14	12
	гарнир	681	Каша гречневая вязкая **	180	9,67	314.4	10.44	6.48	54
	сладкое	раз.	Напиток лимонный**	200	9,49	60	0.1	0	15
	Хлеббел.	108	Хлеб пшеничный***	23	1,88	56.12	1.87	0.03	12.14
	Хлебчерн.	110.2	Хлеб дарницкий***	20	1,52	40	1.46	0.24	7.48
					96,26	878	30	32	118
ИТОГО					126,26				

Руководитель _____ Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Захарова Е.В.

Калькулятор _____ Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесп.пит. с 5-11 кл.

Отд./корп

День 16.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед 2 смена						
обед	закуска	66.04	Салат картофельный с огурцами консерв.**	100	13,15	96	1.7	5.3	10.5
	1блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем ***со сметаной	250/10	15,36	102.5	2.07	6.85	8.22
	2блюдо	раз.	Котлета "Рябушка"+	100	54,89	229	13	14	12
	гарнир	681	Каша гречневая вязкая **	200	10,75	349.33	11.6	7.2	60
	сладкое	раз.	Напиток лимонный**	200	9,49	60	0.1	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	27	2,24	65.88	2.19	0.03	14.26
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	27	2,05	54	1.97	0.32	10.1
					107,93	957	33	34	130
ИТОГО					107,93				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3 Бесп.пит. с 5-11 кл.ОВЗ

Отд./корп

День 16.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 смена									
завтрак	сладкое		Баранки ванильные	44	8,37	147.4	3.89	0.99	30.4
	гор.блюдо	раз.	Каша пшеничная молочная с маслом**/	303	16,03	295.73	9.02	9.78	42.76
	гор.напиток	267	Чай с молоком**	200	5,60	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	532	14	12	90
Обед 2 смена									
обед	закуска	66.04	Салат картофельный с огурцами консерв.**	100	13,15	96	1.7	5.3	10.5
	1блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем ***со сметаной	250/10	15,36	102.5	2.07	6.85	8.22
	2блюдо	раз.	Котлета "Рябушка"+	100	54,89	229	13	14	12
	гарнир	681	Каша гречневая вязкая **	200	10,75	349.33	11.6	7.2	60
	сладкое	раз.	Напиток лимонный**	200	9,49	60	0.1	0	15
	Хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный***	27	2,24	65.88	2.19	0.03	14.26
	Хлеб черн.	110.2	Хлеб дарницкий***	27	2,05	54	1.97	0.32	10.1
					107,93	957	33	34	130
ИТОГО					137,93				

Руководитель _____ Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Захарова Е.В.

Калькулятор _____ Сабитова Г.А.