



МКУП "ЦСП г.Березники", кл "ОУСУ"

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

Отд./корп

День 13.03.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            |             |        | Завтрак 1 смена                            |          |       |              |       |      |          |
| завтрак    | хлеб        | 95     | Бутерброд с маслом, повидлом на батоне*    | 7\15\20  | 15,79 | 173.6        | 1.58  | 8.41 | 23.06    |
|            | 2блюдо      | 345.07 | Котлета из рыбы /минтай/ **                | 90       | 38,34 | 79           | 9.7   | 1.47 | 6.72     |
|            | гарнир      | 291    | Вермишель отварная**                       | 160      | 5,93  | 154.67       | 6.04  | 0.73 | 30.98    |
|            | гор.напиток | раз.   | Чай с сахаром///                           | 200      | 2,61  | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                          | 26       | 2,20  | 63.44        | 2.11  | 0.03 | 13.73    |
|            | фрукты      | 112    | Яблоко свежее'                             | 1 шт     | 31,39 | 180          | 1.6   | 1.6  | 41.6     |
|            |             |        |                                            |          | 96,26 | 711          | 21    | 12   | 131      |
|            |             |        | Обед 2 смена                               |          |       |              |       |      |          |
| обед       | закуска     | 32.06  | Салат картофельный с квашенной капустой ** | 60       | 7,76  | 106          | 2     | 5    | 13       |
|            | 1блюдо      | раз.   | Суп крестьянский с крупой со сметаной***   | 200\5    | 7,52  | 90           | 1.7   | 4.08 | 11.64    |
|            | 2блюдо      | 345.07 | Котлета из рыбы /минтай/ **                | 90       | 38,34 | 79           | 9.7   | 1.47 | 6.72     |
|            | гарнир      | 291.1  | Вермишель отварная**                       | 150      | 5,56  | 193          | 7.54  | 0.9  | 37.7     |
|            | гор.напиток | раз.   | Чай с сахаром///                           | 200      | 2,61  | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                          | 19       | 1,56  | 46.36        | 1.54  | 0.02 | 10.03    |
|            | Хлеб черн.  | 110.2  | Хлеб дарницкий***                          | 20       | 1,52  | 40           | 1.46  | 0.24 | 7.48     |
|            | фрукты      | 112    | Яблоко свежее'                             | 1 шт     | 31,39 | 180          | 1.6   | 1.6  | 41.6     |
|            |             |        |                                            |          | 96,26 | 794          | 26    | 13   | 143      |

Руководитель Тырыкина В.М.Зав. производством Захарова Е.В.Калькулятор Сабитова Г.А.

Школа №3 Бесп.пит. с 1-4 кл. ОВЗ

Отд./корп

День 13.03.2024

| 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    | 8,25   | 124          | 1.27  | 4     | 20.6     |
|                 | гор.блюдо   | раз.   | Каша "Дружба" молочная с маслом**/         | 250/4    | 16,43  | 290          | 6.95  | 12.51 | 37.59    |
|                 | гор.напиток | 267    | Чай с молоком**                            | 200      | 5,32   | 89           | 1.4   | 1.6   | 17.34    |
|                 |             |        |                                            |          | 30,00  | 503          | 10    | 18    | 76       |
| Обед 2 смена    |             |        |                                            |          |        |              |       |       |          |
| обед            | закуска     | 32.06  | Салат картофельный с квашенной капустой ** | 60       | 7,76   | 106          | 2     | 5     | 13       |
|                 | 1блюдо      | раз.   | Суп крестьянский с крупой со сметаной***   | 200\5    | 7,52   | 90           | 1.7   | 4.08  | 11.64    |
|                 | 2блюдо      | 345.07 | Котлета из рыбы /минтай/ **                | 90       | 38,34  | 79           | 9.7   | 1.47  | 6.72     |
|                 | гарнир      | 291.1  | Вермишель отварная**                       | 150      | 5,56   | 193          | 7.54  | 0.9   | 37.7     |
|                 | гор.напиток | раз.   | Чай с сахаром///                           | 200      | 2,61   | 60           | 0.1   | 0     | 15       |
|                 | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                          | 19       | 1,56   | 46.36        | 1.54  | 0.02  | 10.03    |
|                 | Хлеб черн.  | 110.2  | Хлеб дарницкий***                          | 20       | 1,52   | 40           | 1.46  | 0.24  | 7.48     |
|                 | фрукты      | 112    | Яблоко свежее'                             | 1 шт     | 31,39  | 180          | 1.6   | 1.6   | 41.6     |
|                 |             |        |                                            |          | 96,26  | 794          | 26    | 13    | 143      |
| ИТОГО           |             |        |                                            |          | 126,26 |              |       |       |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа №3 Бесш.пит. с 5-11 кл.

Отд./корп

День 13.03.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
|            |             |        | Обед 2 смена                               |          |        |              |       |      |          |
| обед       | закуска     | 32.04  | Салат картофельный с квашенной капустой ** | 100      | 12,93  | 106          | 2     | 5    | 13       |
|            | 1блюдо      | раз.   | Суп крестьянский с крупой со сметаной***   | 250\5    | 9,04   | 112.5        | 2.12  | 5.1  | 14.55    |
|            | 2блюдо      | 345.07 | Котлета из рыбы /минтай/ **                | 100      | 42,60  | 87.78        | 10.78 | 1.63 | 7.47     |
|            | гарнир      | 291.1  | Вермишель отварная**                       | 180      | 6,67   | 231.6        | 9.05  | 1.08 | 45.24    |
|            | гор.напиток | раз.   | Чай с сахаром///                           | 200      | 2,61   | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | Хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный***                          | 25       | 2,09   | 61           | 2.03  | 0.03 | 13.2     |
|            | Хлеб черн.  | 110.2  | Хлеб дарницкий***                          | 21       | 1,61   | 42           | 1.53  | 0.25 | 7.85     |
|            | фрукты      | 112    | Яблоко свежее'                             | 1 шт     | 30,38  | 180          | 1.6   | 1.6  | 41.6     |
|            |             |        |                                            |          | 107,93 | 881          | 29    | 15   | 158      |
| ИТОГО      |             |        |                                            |          | 107,93 |              |       |      |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.

Школа № 3, Бесплат. с 5-11 кл. ОБЗ

Отд./корп

День

13.03.2024

| 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    | 8,25   | 124          | 1.27  | 4     | 20.6     |
|            | гор.блюдо   |        | раз. |        | Каша "Дружба" молочная с маслом**/         | 300/2    | 16,43  | 348          | 8.34  | 15.01 | 45.11    |
|            | гор.напиток |        |      | 267    | Чай с молоком**                            | 200      | 5,32   | 89           | 1.4   | 1.6   | 17.34    |
|            |             |        |      |        |                                            |          | 30,00  | 561          | 11    | 21    | 83       |
|            |             |        |      |        | Обед 2 смена                               |          |        |              |       |       |          |
| обед       | закуска     |        |      | 32.04  | Салат картофельный с квашенной капустой ** | 100      | 12,93  | 106          | 2     | 5     | 13       |
|            | 1блюдо      |        | раз. |        | Суп крестьянский с крупой со сметаной***   | 250\5    | 9,04   | 112.5        | 2.12  | 5.1   | 14.55    |
|            | 2блюдо      |        |      | 345.07 | Котлета из рыбы /минтай/ **                | 100      | 42,60  | 87.78        | 10.78 | 1.63  | 7.47     |
|            | гарнир      |        |      | 291.1  | Вермишель отварная**                       | 180      | 6,67   | 231.6        | 9.05  | 1.08  | 45.24    |
|            | гор.напиток |        | раз. |        | Чай с сахаром///                           | 200      | 2,61   | 60           | 0.1   | 0     | 15       |
|            | Хлеб бел.   |        |      | 108    | Хлеб пшеничный***                          | 25       | 2,09   | 61           | 2.03  | 0.03  | 13.2     |
|            | Хлеб черн.  |        |      | 110.2  | Хлеб дарницкий***                          | 21       | 1,61   | 42           | 1.53  | 0.25  | 7.85     |
|            | фрукты      |        |      | 112    | Яблоко свежее'                             | 1 шт     | 30,38  | 180          | 1.6   | 1.6   | 41.6     |
|            |             |        |      |        |                                            |          | 107,93 | 881          | 29    | 15    | 158      |
| ИТОГО      |             |        |      |        |                                            |          | 137,93 |              |       |       |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Захарова Е.В.

Калькулятор

Сабитова Г.А.