

Школа				Отд./корп				День	04.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	1	Сыр порциями	15	-	46,50	3,66	3,54	0
	этик.		Кондитерское изделие промышленного производства	32	-	105,60	0,2	0,03	25,6
	горячее блюдо	123	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	-	234,72	7,17	7,38	35,05
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	3 блюдо	этик.	Десерт молочный	90	-	54	1,35	0	11,7
	хлеб пшеничный	116	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	25	Фрукты в ассортименте (груша)	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	1 блюдо	35	Суп куриный с вермишелью	200	-	123,6	4,8	7,6	9
	2 блюдо	89	Гуляш (говядина)	90	-	198,45	14,88	13,95	3,3
	гарнир	53	Рис отварной с маслом	150	-	186,45	3,3	4,95	32,25
	3 блюдо	216	Компот из смеси фруктов и ягод (из смеси фруктов: яблоко, клубника, вишня, слива)	200	-	62	0,26	0	15,46
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа				Отд./корп				День	07.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	24	Фрукты в ассортименте	150	-	69,00	0,6	0	16,95
	горячее блюдо	67	Омлет с сыром	150	-	261,45	18,75	19,5	2,7
	гор. Напиток	115	Какао с молоком	200	-	148,4	6,64	5,14	18,6
	Батон пшеничный	121	Батон пшеничный	30	-	75,66	2,16	0,81	14,73
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	24	Фрукты в ассортименте	150	-	69,00	0,6	0	16,95
	1 блюдо	31	Борщ с мясом и сметаной	200	-	138,04	5,74	8,78	8,74
	2 блюдо	78	Биточек из рыбы	90	-	208,08	15,03	9,99	14,58
	гарнир	247	Сложный гарнир №5	150	-	148,66	3,37	7,15	17,5
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	45	-	108	3,19	0,31	19,89
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3
Школа				Отд./корп				День	08.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	134	Фрукты в ассортименте	150	-	69	0,6	0	16,95
	2 блюдо	221	Биточек из птицы с сыром	90	-	261,80	18,1	15,7	11,7
	гарнир	227	Каша гречневая вязкая с маслом	150	-	134,25	4,35	3,9	20,4
	3 блюдо	95	Кисель витаминизированный плодово – ягодный (черномородиново-арониевый)	200	-	81,4	0	0	20,2
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	20	-	48	1,4	0,14	8,8
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	224	Салат овощной (картофель, морковь, соленый огурец, зеленый горошек, масло)	60	-	138,9	4,52	5,05	15,54
	1 блюдо	49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	-	153,8	8,6	8,4	10,8
	2 блюдо	85	Печень "По - строгановски"	90	-	138,15	13,77	7,74	3,33
	гарнир	64	Макароны отварные с маслом	150	-	223,65	6,45	4,05	40,2
	3 блюдо	95	Кисель витаминизированный плодово – ягодный (яблочно-облепиховый)	200	-	80,6	0	0	20
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	20	-	48,00	1,4	0,14	8,8
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа				Отд./корп				День	11.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	25	Фрукты в ассортименте	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	Горячее блюдо	125	Макароны отварные с сыром и м	150	-	238,2	7,65	5,25	40,2
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	3 блюдо	этик.	Десерт молочный (Мама Лам)	200	-	140	6,6	5	17,6
	Хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	Хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	30	-	54,39	1,71	0,33	11,16
Обед	закуска	135	Икра овощная	60	-	73,2	1,2	5,4	5,16
	1 блюдо	138	Суп овощной с мясом и сметаной	200	-	125,8	6,2	6,2	11
	2 блюдо	80	Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	-	202,68	14,85	13,32	5,94
	Гарнир	54	Каша гречневая рассыпчатая с ма	150	-	210,3	7,2	5,1	33,9
	3 блюдо	98	Компот из сухофруктов	200	-	110,00	0,4	0	27
	Хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72	2,13	0,21	13,26
	Хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3
Школа				Отд./корп				День	12.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	1	Сыр порциями	15	-	46,50	3,66	3,54	0
	2 блюдо	259	Куриные медальоны с томатным	105	-	167,46	12,38	10,59	16,84
	гарнир	64	Макароны отварные с маслом	150	-	223,65	6,45	4,05	40,2
	3 блюдо	98	Компот из сухофруктов	200	-	110,00	0,4	0	27
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	25	-	60,00	1,78	0,18	11,05
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	25	Фрукты в ассортименте	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	1 блюдо	228	Суп - пюре картофельный с колбасками и гренками	200/10	-	192,17	4,99	10,46	19,24
	2 блюдо	89	Гуляш	90	-	198,45	14,88	13,95	3,3
	гарнир	53	Рис отварной с маслом	150	-	186,45	3,3	4,95	32,25
	3 блюдо	101	Отвар из шиповника	200	-	101,2	0,8	0	24,6
	Хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	Хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа			Отд./корп				День	15.04.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	25	Фрукты в ассортименте (груша)	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	закуска	189	Горячий сэндвич с сыром	75	-	199,8	9,2	8,1	22,5
	горячее блюдо	66	Омлет натуральный	150	-	220,2	15,6	16,35	2,7
	гор. Напиток	159	Чай с облепихой	200	-	80	0,2	0	19,8
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
	напиток		Чай с сахаром и лимоном	200	-	45,6	0,2	0	11
Обед	закуска	133	Кукуруза консервированная	60	-	40,8	1,32	0,24	8,82
	1 блюдо	35	Суп куриный с вермишелью	200	-	123,6	4,8	7,6	9
	2 блюдо	148	Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой	90	-	245,34	19,71	15,75	6,21
	гарнир	50	Картофельное пюре с маслом	150	-	173,1	3,3	7,8	22,35
	3 блюдо	107	Сок фруктовый (ананасовый)	200	-	78	0	0	19,6
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	45	-	108	3,19	0,31	19,89
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3

Школа			Отд./корп				День	18.04.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	166	Блинчик со сгущенным молоком (т)	40/10	-	156,95	4,45	5,15	23,25
	горячее блюдо	59	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	-	244,56	7,79	11,89	26,65
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	Хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	Хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	30	-	54,39	1,71	0,33	11,16
	3 блюдо	этик.	Фруктовый десерт	250	-	131,00	1,5	0	31,25
Обед	закуска	25	Фрукты в ассортименте	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	1 блюдо	257	Солянка мясная	200	-	172,8	7,62	13	5,65
	2 блюдо	177	Филе птицы тушенок с овощами	90	-	190,46	15,76	13,35	1,61
	гарнир	55	Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	-	156,6	3,6	4,95	24,6
	3 блюдо	104	Напиток плодово – ягодный витаминизированный	200	-	81,6	0	0	19,8
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3

Школа				Отд./корп				День	19.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	этикетка	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	-	49,98	1,7	4,42	0,85
	закуска	25	Фрукты в ассортименте (груша)	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	гор. Блюдо	145	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150	-	340,95	19,2	14,7	32,85
	гор.напиток	113	Чай с сахаром и лимоном	200	-	45,60	0,2	0	11
	хлеб пшеничный	121	Батон пшеничный	20	-	50,44	1,44	0,13	9,83
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	4	Салат из свежих овощей	60	-	53,52	0,3	4,86	1,74
	1 блюдо	33	Рассольник с мясом и сметаной	200	-	130,6	6,4	6,2	12,2
	2 блюдо	42	Зрза мясная ленивая	90	-	278,28	18,7	19,2	7,5
	гарнир	247	Сложный гарнир №5 (картофель слайс пром. пр-ва, капуста цветная тушеная) NEW	150	-	148,66	3,37	7,15	17,5
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа	15			Отд./корп				День	20.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	1	Сыр порциями	15	-	46,50	3,66	3,54	0
	2 блюдо	90	Котлета мясная (свинина, говядина, курица)	90	-	222,75	15,2	14,04	8,9
	гарнир	53	Рис отварной с маслом	150	-	186,45	3,3	4,95	32,25
	3 блюдо	95	Кисель витаминизированный плодово-ягодный (вишневый)	200	-	80,40	0	0	20
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	25	-	60,00	1,775	0,175	11,05
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	224	Салат овощной (картофель, морковь, соленый огурец, зеленый горошек, масло)	60	-	138,9	4,52	5,05	15,54
	1 блюдо	40	Суп куриный с рисом и томатом	200	-	139,8	5	7,6	12,8
	2 блюдо	178	Бигос с мясом	240	-	284,4	25,92	14,64	12,48
	3 блюдо	216	Компот из смеси фруктов и ягод (из смеси фруктов: яблоко, клубника, вишня, слива)	200	-	62	0,26	0	15,46
	хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	45	-	108	3,19	0,31	19,89
хлеб ржаной		Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3	

Школа				Отд./корп				День	21.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	24	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	-	69,00	0,6	0	16,95
	2 блюдо	78	Биточек из рыбы	90	-	208,08	15,03	9,99	14,58
	гарнир	52	Картофель запеченный	150	-	122,85	3,15	4,5	17,55
	3 блюдо	102	Компот из кураги	200	-	98,4	1	0	23,6
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	9	Икра свекольная	60	-	72,48	1,26	4,26	7,26
	1 блюдо	37	Суп картофельный с мясом	200	-	115,6	6	5,4	10,8
			Мясо тушеное в сметане (говядина)	90	-	162,9	21,24	7,47	2,7
	гарнир	64	Макароны отварные с маслом	150	-	223,65	6,45	4,05	40,2
	3 блюдо	98	Компот из сухофруктов	200	-	110	0,4	0	27
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	45	-	108	3,19	0,31	19,89
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3

Школа				Отд./корп				День	22.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	28	Огурцы порционные	60	-	6,18	0,42	0,06	1,02
	2 блюдо	89	Гуляш	90	-	198,45	14,88	13,95	3,3
	гарнир	65	Спагетти отварные с маслом	150	-	223,65	6,45	4,05	40,2
	3 блюдо	107	Сок фруктовый	200	-	94,4	0,8	0,2	23,2
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	20	-	48	1,4	0,14	8,80
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	134	Фрукты в ассортименте	150	-	69	0,6	0	16,95
	1 блюдо	237	Щи вегетарианские со сметаной	250	-	106	2,25	6,75	9
			Куриные медальоны с томатным соусом и зеленью	105	-	167,46	12,38	10,59	16,84
	гарнир	50	Картофельное пюре с маслом	180	-	207,72	3,96	9,36	26,82
	3 блюдо	107	Сок фруктовый	200	-	92	0	0	22,8
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	45	-	108	3,19	0,31	19,89
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	30	-	54,39	1,71	0,33	11,16

Школа				Отд./корп				День	25.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	225	Блинчики с маслом (2 шт)	80/10	-	250	4,6	13,4	26,9
	горячее блюдо	56	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	-	215,25	6,31	7,15	31,59
	гор.напиток	113	Чай с сахаром и лимоном	200	-	45,60	0,2	0	11
	хлеб пшеничный	121	Батон пшеничный	30	-	75,66	2,16	0,81	14,73
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
	3 блюдо	этик.	Фруктовый десерт	100	-	60,00	0	0	15
Обед	закуска	25	Фрукты в ассортименте (груша)	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	1 блюдо	30	Щи с мясом и сметаной	200	-	109,74	6	6,28	7,12
	2 блюдо	255	Плов с мясом (говядина)	250	-	365,25	27,75	11,25	38
	3 блюдо	98	Компот из сухофруктов	200	-	110,00	0,4	0	27
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа				Отд./корп				День	26.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	133	Кукуруза консервированная	60	-	40,8	1,32	0,24	8,82
	2 блюдо	78	Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	-	202,68	14,85	13,32	5,94
	гарнир	65	Спагетти отварные с маслом	150	-	223,65	6,45	4,05	40,2
	горячий напиток	160	Чай с шиповником	200	-	78,6	0,4	0,6	17,8
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	20	-	48	1,4	0,14	8,8
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска		Салат из фасоли с морковью	60	-	85,7	1,73	6,13	5,07
	1 блюдо		Свекольник с мясом и сметаной	200	-	142,2	5,88	8,82	9,6
	2 блюдо		Котлета мясная (говядина, свинина, курица)	90	-	222,75	15,21	14,04	8,91
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая с ма	150	-	210,3	7,2	5,1	33,9
	3 блюдо		Сок фруктовый (яблоко)	200	-	94,4	0,8	0,2	23,2
	хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	25	-	60,00	1,78	0,18	11,05
	хлеб ржаной		Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа				Отд./корп				День	27.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	28	Огурцы порционные	6,18	-	6,18	0,42	0,06	1,02
	2 блюдо	90	Котлета мясная	222,75	-	222,75	15,2	14,04	8,9
	гарнир	52	Картофель запеченный с сыром	122,85	-	122,85	3,15	4,5	17,55
	3 блюдо	98	Компот из сухофруктов	110,00	-	110,00	0,4	0	27
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	48	-	48	1,4	0,14	8,8
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	36,26	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	24	Фрукты в ассортименте	150	-	69,00	0,6	0	16,95
	1 блюдо	37	Суп картофельный с мясом	200	-	115,6	6	5,4	10,8
	2 блюдо	75	Рыба тушеная с овощами	90	-	93,51	12,42	2,88	4,59
	гарнир	53	Рис отварной с маслом	150	-	186,45	3,3	4,95	32,25
	3 блюдо	104	Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	-	76,8	0	0	19,2
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	45	-	108	3,19	0,31	19,89
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	25	-	45,32	1,42	0,27	9,3

Школа				Отд./корп				День	28.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	25	Фрукты в ассортименте (груша)	150	-	54,9	0,6	0,45	12,3
	горячее блюдо	196	Запеканка из творога с шоколадным соусом	150	-	328,8	18,9	14,1	31,35
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	хлеб пшеничный	121	Батон пшеничный	30	-	75,66	2,16	0,81	14,73
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	28	Огурцы порционные	60	-	6,18	0,42	0,06	1,02
	1 блюдо	33	Рассольник с мясом и сметаной	200	-	130,6	6,4	6,2	12,2
	2 блюдо	80	Филе птицы тушенное в томатном соусе	90	-	202,68	14,85	13,32	5,94
	гарнир	65	Спагетти отварные с маслом	150	-	223,65	6,45	4,05	40,2
	гор. Напиток	114	Чай с сахаром	200	-	44,8	0,2	0	11
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44

Школа				Отд./корп				День	29.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	этик.	Сыр сливочный в индивидуальной	17	-	49,98	1,7	4,42	0,85
	гарнир	227	Каша гречневая вязкая с маслом	150	-	134,25	4,35	3,9	20,4
	2 блюдо	240	Запеканка куриная под сырной шапкой	90	-	274	20,17	20,31	2,09
	3 блюдо	104	Напиток плодово-ягодный витаминизированный (черносмородиновый)	200	-	76,8	0	0	19,2
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	25	-	60,00	1,78	0,18	11,05
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44
Обед	закуска	135	Икра овощная	100	-	122	2	9	8,6
	1 блюдо	36	Суп рыбный с крупой (рыбные консервы)	250	-	184,75	6,25	10,75	15,75
	2 блюдо	258	Фрикадельки куриные с красным соусом	100	-	173,57	14,47	9,82	9,06
	гарнир	50	Картофельное пюре с маслом	180	-	207,72	3,96	9,36	26,82
	3 блюдо	216	Компот из смеси фруктов ягод (из смеси фруктов: яблоко, клубника, вишня, слива)	200	-	62	0,26	0	15,46
	хлеб пшеничный	119	Хлеб пшеничный	30	-	72,00	2,13	0,21	13,26
	хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	20	-	36,26	1,14	0,22	7,44