

"11" января 2025 г.

день 3	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак 52,6 руб	Завтрак Вариант № 2 5-11 класс						
	Каша манная с маслом	250	28,08	7,63	13,40	40,47	313,7
	Яйцо отварное	50	14,52	4,80	4,00	0,30	56,6
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	батон нарезной	50	5,00	3,80	2,75	25,00	140
		550	52,60	16,43	20,15	72,27	537,1
завтрак 71,47 руб	ЗАВТРАК 1 - 4 класс						
	Каша манная с маслом	205	26,00	6,11	10,72	32,38	251,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Блинчик со сгущенным молоком 60/10	70	36,47	7,80	6,00	35,00	190,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		505	71,47	16,41	16,97	88,63	538,10
завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено	Первый прием пищи						
	Каша манная с маслом	205	26,00	6,11	10,72	32,38	251,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Блинчик со сгущенным молоком 60/10	70	36,47	7,80	6,00	35,00	190,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Второй прием пищи						
	Печенье "Земляника со сливками " (2 шт)	20	10,35	0,37	2,55	10,07	67,6
			81,82				
завтрак 92,60 руб	ЗАВТРАК 5 - 11 класс						
	Огурец свежий в нарезке	60	9,10	0,5	0,10	1,50	8,5
	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	200	25,00	3,99	21,06	18,60	281,5
	Тефтели "Ежики " с соусом 65/40	110	49,50	14,50	8,85	6,53	175
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		600	92,60	21,49	30,26	47,88	562,10
завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено	Первый прием пищи						
	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	180	18,52	3,99	21,06	18,60	281,5
	Тефтели "Ежики " с соусом 65/40	100	45,60	14,50	8,85	6,53	175
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Второй прием пищи						
	Булочка "домашняя"	50	8,70	1,60	5,12	18,26	125,0
		560	81,82	22,59	35,28	64,64	678,60
обед 104,38 руб	Обед 1 - 4 класс						
	Салат из свежих помидор с луком	60	15,48	0,68	3,71	2,83	47,5
	Суп гороховый	200	13,30	4,39	4,22	18,50	127,8
	Картофельное пюре	150	16,00	3,40	6,90	28,8	191,7
	Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами 60/40	100	45,60	14,50	8,85	6,53	175
	Сок	200	10,00	0,00	0,00	15,70	96,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		740	104,38	25,27	23,93	87,11	708,26
обед 127,60 руб	Обед 5 - 11 класс						
	Сложный гарнир (картофельное пюре,	200	25,00	3,99	21,06	18,60	281,5
	Тефтели "Ежики " с соусом 65/40	100	49,50	14,50	8,85	6,53	175
	Суп гороховый	300	21,40	5,49	5,28	16,13	134,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Фрукт (яблоко)	100	22,70	0,8	0,4	8,1	47
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		930	127,60	27,28	35,84	70,61	735,35