

03 марта 2025 г.

	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>день 1</b>	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>						
<b>завтрак 52,60 руб</b>							
	Макаронные изделия отварные	230	25,00	8,27	7,51	50,28	301,1
	Соус красный основной	50	3,60	0,48	0,9	3,94	25,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	14,00	4,66	5,86	0,00	72
	батон нарезной	50	5,00	3,80	2,75	25,00	140
		550	52,60	17,31	17,02	88,32	572,76
<b>завтрак 71,47 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>						
	Каша молочная геркулесовая	200	27,00	8,6	11,3	34,3	272,9
	Яйцо отварное	40	14,52	4,8	4	0,3	56,6
	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
	Кондитерское изделие (мини-рулет бисквитный)	30	20,95	1,4	4,8	19,5	126
		500	71,47	17,3	20,35	75,35	552,60
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено</b>	<b>первый прием пищи</b>						
	Каша молочная геркулесовая	200	27,00	8,6	11,3	34,3	272,9
	Масло сливочное	10	10,00	0,1	7,2	0,1	66,1
	Яйцо отварное	40	14,52	6	5,5	0,3	78,0
	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
	<b>Второй прием пищи</b>						
	Булочка с сахаром	50	21,30	2,9	3,55	25,3	144,9
		530	81,82	20,1	27,8	81,25	658,95
<b>завтрак 92,60 руб</b>	<b>Завтрак 5 - 11 класс</b>						
	Икра кабачковая	100	18,50	1,9	7,0	7,0	90,0
	Макаронные изделия отварные с сыром	250	42,40	13,16	11,28	47,64	344,8
	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
	Фрукт (Яблоко)	100	22,70	0,00	0,00	11,00	52,0
		680	92,60	17,56	18,53	86,89	583,9
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено</b>	<b>первый прием пищи</b>						
	Икра кабачковая	80	14,20	1,5	5,6	5,6	72,0
	Макаронные изделия отварные с сыром	250	37,40	13,16	11,28	47,64	344,8
	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
	<b>Второй прием пищи</b>						
	Фрукт (Яблоко)	120	21,22	0,00	0,00	11,00	52,0
		680	81,82	17,16	17,13	85,49	565,88
<b>обед 104,38 руб</b>	<b>Обед 1 - 4 класс</b>						
	Икра кабачковая	60	12,00	1,1	4,2	4,2	54,0
	Рассольник со сметаной 200/7	207	13,34	2,7	7,2	13,35	123,9
	Макаронные изделия отварные	150	11,00	5,4	4,9	32,8	196,8
	Биточек из курицы с соусом	100	41,52	14,4	3,3	10,1	127,1
	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
	Пирожное бисквитное 1шт	35	17,52	1,8	4,6	19,6	126
		782	104,38	27,90	24,45	101,30	724,90
<b>обед 127,6 руб</b>	<b>Обед 5 - 11 класс</b>						
	Икра кабачковая	100	18,50	1,88	8,9	7,7	119,0
	Рассольник со сметаной	300	35,00	2,59	6,9	12,81	118,9
	Макаронные изделия отварные с сыром	250	42,40	13,16	11,28	47,64	344,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Фрукт (Яблоко)	100	22,70	0,00	0,00	11,00	52,0
		980	127,6	20,13	27,33	100,40	731,80

" 04 " марта 2025 г.

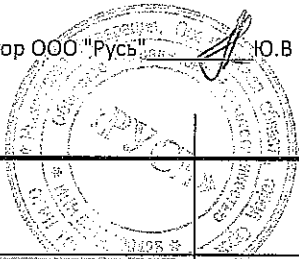
день 2	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак 52,6 руб	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>						
	Салат из свежих помидор и огурцов	80	18,00	0,9	4,95	3,77	63,3
	Каша гречневая рассыпчатая	180	22,00	10	7,55	43,5	282,5
	Соус красный основной	30	2,60	0,48	0,9	3,94	25,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35
	батон нарезной	50	5,00	3,80	2,75	25,00	140
		540	52,60	15,28	16,15	85,31	545,78
завтрак 71,47 руб	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>						
	Запеканка творожная	100	42,62	19,67	7,04	14,40	200,78
	Каша молочная кукурузная	200	19,85	7,20	9,20	44,00	287,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
		530	71,47	29,37	16,49	79,65	585,68
завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено	<b>Первый прием пищи</b>						
	Запеканка творожная	100	42,62	19,67	7,04	14,40	200,78
	Каша молочная кукурузная	200	19,85	7,20	9,20	44,00	287,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	<b>Второй прием пищи</b>						
	Булочка с повидлом	50	10,35	3,5	3,1	30,5	163
		580	81,82	32,87	19,59	110,15	748,68
	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>						
завтрак 92,60 руб	Яйцо отварное	50	14,52	4,80	4,00	0,30	56,6
	Каша гречневая с маслом	200	22,08	11,03	8,30	47,8	310,8
	Курица тушеная с морковью	100	47,00	14,1	5,70	4,4	186,0
	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
		580	92,60	32,43	18,25	73,75	650,50
завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено	<b>Первый прием пищи</b>						
	Каша гречневая с маслом	180	19,60	11,03	8,30	47,8	310,8
	Курица тушеная с морковью	100	43,00	14,1	5,70	4,4	186,0
	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
	<b>Второй прием пищи</b>						
	Булочка "Бриошь"	50	10,22	2,9	3,55	25,3	144,9
		560	81,82	30,53	17,8	98,75	738,75
обед 104,38 руб	<b>Обед 1 - 4 класс</b>						
	Салат из свежих помидор и огурцов	60	18,52	0,6	3,1	1,8	57,6
	Щи из свежей капусты со сметаной	210	18,86	1,3	9,8	12,1	104,3
	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,00	8,3	6,30	36	268,4
	Курица тушеная с морковью	100	41,00	14,1	5,70	4,4	186,0
	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
		750	104,38	26,80	25,15	75,55	713,40
обед 127,60 руб	<b>Обед 5 - 11 класс</b>						
	Салат из свежих помидор и огурцов	100	22,00	0,9	4,95	3,77	63,3
	Каша гречневая рассыпчатая	200	22,08	10	7,55	43,5	282,5
	Щи из свежей капусты	300	27,52	1,75	4,89	8,49	84,8
	Курица тушеная с морковью	110	47,00	14,1	5,70	4,4	186,0
	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
		840	127,60	29,25	23,34	81,41	713,63

05 " марта 2025 г.

день	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
день 3							
завтрак 52,6 руб	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>						
	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	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>						
	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	<b>Первый прием пищи</b>						
	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
	<b>Второй прием пищи</b>						
	Печенье "Земляника со сливками" (2 шт)	20	10,35	0,37	2,55	10,07	67,6
			81,82				
завтрак 92,60 руб	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>						
	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	<b>Первый прием пищи</b>						
	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
	<b>Второй прием пищи</b>						
	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	<b>Обед 1 - 4 класс</b>						
	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	<b>Обед 5 - 11 класс</b>						
	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

06 " марта 2025 г.

день 4	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак 52,6 руб	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>						
	каша пшеничная молочная	200	28,00	8,20	9,20	38,60	270,3
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Печенье "Тонди"	50	14,60	2,6	1,6	32,8	156,0
	батон нарезной	50	5,00	3,80	2,70	25,00	140
		500	52,60	14,80	13,50	102,90	593,10
завтрак 71,47 руб	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>						
	каша пшеничная молочная	200	28,95	11,20	9,20	38,60	270,3
	Масло сливочное	10	11,00	2,10	7,20	0,10	66,1
	Фрукт (яблоко)	120	22,52	0,8	0,4	8,1	47
	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
		560	71,47	16,60	17,05	68,05	480,50
завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено	<b>первый прием пищи</b>						
	каша пшеничная молочная	200	28,95	10,25	11,50	48,25	337,8
	Масло сливочное	10	10,00	0,10	7,20	0,10	66,1
	Фрукт (яблоко)	120	22,52	0,8	0,4	8,1	47
	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
	<b>второй прием пищи</b>						
	Булочка с маком	50	11,35	3,80	5,71	26,70	173,50
		610	81,82	17,45	25,06	104,4	721,5
завтрак 92,60 руб	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>						
	Салат "Витаминный" (капуста, морковь, кукуруза, масло растительное)	80	16,00	6,6	5,44	19,78	149,9
	Плов из птицы 90/180	230	67,60	25,38	21,25	44,61	471,25
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	50	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		560	92,60	34,48	26,94	85,64	718,27
завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено	<b>первый прием пищи</b>						
	Плов из птицы 90/180	230	64,12	25,38	21,25	44,61	471,25
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	50	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	<b>второй прием пищи</b>						
	Булочка с корицей	50	8,70	3,33	3,85	33,1	181
		530	81,82	31,21	25,35	98,96	748,9
обед 104,38руб	<b>Обед 1 - 4 класс</b>						
	Салат "Витаминный" (капуста, морковь, кукуруза, масло растительное)	60	13,30	2	4,09	14,89	112,8
	Суп с фрикадельками 200/20	220	24,56	2,15	2,27	13,71	83,8
	Плов из птицы 90/130	220	52,52	20,3	17,00	35,69	377,00
	Напиток апельсиновый	200	10,00	0,20	0,00	19,80	77,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		730	104,38	26,95	23,61	98,84	720,87
обед 127,60 руб	<b>Обед 5 - 11 класс</b>						
	Салат "Витаминный" (капуста, морковь, кукуруза, масло растительное)	80	16,00	6,6	5,44	19,78	149,9
	Суп картофельный с фрикадельками 300/20	320	35,00	2,69	2,84	17,14	104,8
	Плов из птицы 90/180	230	67,60	25,38	21,25	44,61	471,25
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	50	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3



" 07 " марта 2025 г.

день	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>							
завтрак 52,6 руб	каша пшеничная молочная	250	31,00	10,37	17,75	47	343,62
	батон нарезной	50	5,00	3,80	2,70	25,00	140
	Пирожок с капустой	50	11,60	2,7	3,50	25,8	145,5
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
		550	52,60	17,07	23,95	104,30	655,92
<b>завтрак 71,47 руб ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	28,00	5,5	4,45	47,6	195,22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	15,84	4,66	5,86	0,00	72
	Хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Омлет натуральный	75	18,63	6,35	9,00	1,65	112,75
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
		525	71,47	19,01	19,56	70,50	476,73
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	28,00	5,5	4,45	47,6	195,22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	15,84	4,66	5,86	0,00	72
	Хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Омлет натуральный	75	16,68	6,35	9,00	1,65	112,75
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
<b>второй прием пищи</b>							
	Расстегай с курагой	50	12,30	3,90	2,60	30,50	164,90
		575	81,82	22,91	22,16	101,00	641,63
<b>завтрак 92,60 руб ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>							
	Огурец свежий в нарезке	100	17,00	1,66	0,00	3,32	14,9
	Домашнее жаркое 30/200	230	66,60	26,73	20,70	22,8	490,0
	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	50	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		580	92,60	30,89	20,95	47,37	602,00
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено</b>							
<b>первый прием пищи</b>							
	Домашнее жаркое 40/200	230	63,12	26,73	20,70	22,8	490,0
	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
<b>второй прием пищи</b>							
	Пирожок с капустой	50	9,70	2,7	3,50	25,8	145,5
		510	81,82	31,93	24,45	69,85	732,60
<b>обед 104,38 руб Обед 1 - 4 класс</b>							
	Огурец свежий в нарезке	60	13,30	1,00	0,00	2,00	9,0
	Суп- харчо	230	17,00	2,29	2	19,75	134,0
	Домашнее жаркое 30/150	180	61,08	21	15,00	42,0	440,0
	компот из смеси сухофруктов	200	9,00	0,04	0,00	24,76	94,2
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		700	104,38	26,63	17,25	103,26	747,50
<b>обед 127,60 руб Обед 5 - 11 класс</b>							
	Огурец свежий в нарезке	80	15,00	1,30	0,00	2,66	12,0
	Суп- харчо	300	23,00	2,61	2,28	22,45	150,00
	Домашнее жаркое 30/200	230	66,60	26,73	20,70	22,8	490,0
	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Гематоген	30	14,00	4,48	9,6	41,6	141,0
	хлеб пшеничный	50	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		890	127,60	37,62	32,83	110,76	890,10