

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сыр	11**	Сыр порциями	15	9,25	54,00	3,48	4,43	
	масло	10**	Масло сливочное	15	6,2	99,00	0,12	10,88	0,20
	2 блюдо	117**	Каша вязкая молочная овсяная	150	7,94	206,00	5,99	7,97	27,38
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,8	42,70	1,70	0,30	8,40
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,77	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	262**	Чай с лимоном	200	2,10	62,00	0,13	0,02	15,20
	фрукты	231**	Яблоки	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80
Завтрак 2									
Завтрак	закуска	54**	Огурцы свежие	60	11,64	7,00	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	108*	Суп картофельный с клёцками 150/50	200	8,35	115,00	2,85	3,67	15,03
	2 блюдо	ТТК №41	Гуляш из говядины 50/50	100	45,83	150,00	5,15	6,67	4,67
	гарнир	210**	Пюре картофельное	150	8,89	136,50	3,06	4,80	20,45
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16	51,00	2,04	0,36	10,08
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	5,38	114,00	0,16	0,16	27,88
Полдник	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	30	9,80	111,00	3,60	0,60	22,50
	2 блюдо	ТТК №30	Оладьи с повидлом 130/20	150	7,30	226,82	6,75	5,17	30,57
	напиток	382*	Какао с молоком	200	10,40	118,00	4,08	3,54	17,58

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-21з	Кукуруза консервированная	60	15,58	31,30	1,20	0,20	6,10
	2 блюдо	ТТК№42	Котлеты из куриного филе	90	35,53	195,51	16,02	8,08	14,98
	гарнир	305*	Рис припущенный	150	7,56	199,95	3,64	4,30	36,67
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,44	34,00	1,36	0,24	6,72
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,77	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	242**	Кисель из чёрной смородины	200	9,07	114,00	0,14	0,08	24,48
Завтрак 2									
Обед	закуска	47*	Салат из квашеной капусты	60	8,45	51,42	1,02	3,00	5,08
	1 блюдо	78**	Суп картофельный с горохом	200	4,92	118,00	4,40	4,22	13,22
	2 блюдо	ТТК№40	Жаркое по -домашнему (свинина) 70/130	200	40,22	398,00	8,00	16,90	26,82
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16	51,00	2,04	0,36	10,08
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	ГП	Сок яблочный 0,2 в промышленной упаковке	200	18,8	42,00	1,00		20,00
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	11,8	47,00	0,40	0,30	10,30
Полдник	бутерброд	3*	Бутерброд с сыром 30/5/15	50	13,33	157,00	5,80	8,30	14,83
	напиток	ТТК№25	Чай с молоком	200	4,06	81,00	1,52	1,35	8,00
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80

Школа						Отд./корп	День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	яйцо	143**	Яйцо отварное	40	12,70	63,00	5,10	4,60	0,30
	2 блюдо	ТТК №21	Запеканка из творога со сметаной	170	47,78	210,00	8,30	12,93	9,13
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,44	34,00	1,36	0,24	6,72
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,77	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	264**	Кофейный напиток с молоком	200	8,83	50,00	3,16	2,68	15,94
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80
Завтрак 2									
Обед	закуска	ГП	Икра кабачковая	60	8,25	47,00	0,72	2,83	4,62
	1 блюдо	62**	Борщ с капустой и картофелем	200	7,86	82,00	1,44	3,94	8,74
	2 блюдо	491*	Чахохбили 50/40	90	28,79	114,3	7,02	6,84	5,76
	гарнир	303*	Каша пшеничная вязкая	150	3,98	158,00	4,00	5,00	23,94
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16	51,00	2,04	0,36	10,08
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	241**	Компот из смеси сухофруктов	200	3,28	132,00	0,66	0,10	32,00
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	32	120,00	6,00	6,40	9,40
Полдник	сладкое	ГП	Печенье «Сердце Кубани»	51	9,96	209,10	3,08	5,1	37,74
	йогурт	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	150	29,50	117,00	4,2	3,76	16,66
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	11,80	47,00	0,40	0,30	10,30



Школа

-	Отд./корп		
---	-----------	--	--

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	омлет	144**	Омлет натуральный	150	41,56	276	15,14	22,86	2,76
	2 блюдо	115**	Хлопья кукурузные с молоком	160	13,8	126,00	5,17	4,74	15,34
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	40	2,36	93,77	2,64	0,36	16,12
	кондитерские изделия	ГП	Пряники	34	4,15	139,40	2,05	3,40	25,16
	напиток	262**	Чай с лимоном	200	2,10	62,00	0,13	0,02	15,20
Завтрак 2									
Обед	закуска	54**	Помидоры свежие	60	13,93	13,2	0,66	0,12	2,28
	1 блюдо	62**	Борщ с капустой и картофелем	200	7,86	82,00	1,44	3,94	8,74
	2 блюдо	179**	Плов из говядины 70/130	200	68,62	359,00	23,13	19,20	28,24
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16	51,00	2,04	0,36	10,08
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,5	26,38
	напиток	270**	Напиток из плодов шиповника	200	4,43	87,78	0,68	0,28	20,76
	фрукты	338*	Апельсины свежие	100	11,8	47,00	0,40	0,30	10,30
Полдник	2 блюдо	ТТК№49	Оладьи с повидлом 130/20	150	7,30	226,82	8,45	5,17	30,57
	фрукты	231**	Яблоки	120	9,60	56,40	0,48	0,48	11,76
	напиток	386*	Кефир	180	12,71	90,00	5,22	4,50	7,20

Школа

-	Отд./корп	
---	-----------	--

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	йогурт	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	150	29,50	117,00	4,20	3,76	16,66
	2 блюдо	ТТК№24	Блинчики со сгущенным молоком 130/20	150	19,61	190,00	8,15	7,31	24,00
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,77	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	266**	Какао с молоком	200	10,4	118,00	4,08	3,54	17,58
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80
Завтрак 2									
Обед	закуска	47*	Салат из квашеной капусты	60	8,45	51,42	1,02	3,00	5,08
	1 блюдо	78**	Суп картофельный с фасолью	200	8,14	118,00	4,40	4,22	13,22
	2 блюдо	187**	Тефтели мясные (говядина) 60/30	90	25,85	134,00	7,54	7,90	8,16
	гарнир	303*	Каша пшеничная вязкая	150	3,98	158,00	4,00	5,00	23,94
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16	51,00	2,04	0,36	10,08
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	ГП	Сок в ассортименте	200	9,5	42,00	1,00		20,00
	напиток	ГП	Снежок (в индивидуальной упаковке промышленного производства)	200	29,50	153,00	5,40	5,00	21,60
Полдник	2 блюдо	ТТК№50	Сырники со сметаной 130/20	150	40,12	207,75	8,10	9,36	24,64
	напиток	242**	Кисель из чёрной смородины	180	8,17	102,60	0,13	0,07	22,03
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	11,80	47,00	0,40	0,30	10,30

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	ГП	Икра кабачковая	60	8,25	47,00	0,72	2,83	4,62
	2 блюдо	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 45/45	90	23,42	127,00	7,77	7,42	7,29
	гарнир	207**	Макароны отварные с маслом	150	4,82	168,00	5,52	4,52	26,45
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,44	34,00	1,36	0,24	6,72
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,77	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	ГП	Сок в ассортименте	200	9,50	42,00	1,00	0,00	20,00
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	32,00	120,00	6,00	6,40	9,40
Завтрак 2									
Обед	закуска	54**	Помидоры свежие	60	13,93	13,2	0,66	0,12	2,28
	1 блюдо	ГТК№47	Суп-лапша с курицей 200/25	225	11,85	124,80	3,05	8,90	12,52
	2 блюдо	ГТК№27	Сайда , тушенная в томате с овощами45/45	90	27,34	84,00	5,61	5,77	3,47
	гарнир	210**	Пюре картофельное	150	8,89	137,00	3,06	4,80	20,45
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16	51,00	2,04	0,36	10,08
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	54-6хн	Компот из вишни	200	13,52	42,80	0,30	0,10	10,30
	кондитерское изделие	ГП	Вафли «золотце моё»	30	9,80	111,00	3,60	0,60	22,50
Полдник	2 блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	37,59	210,18	10,57	16,00	3,20
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	33	1,95	77,00	3,40	0,30	17,41
	напиток	241**	Компот из смеси сухофруктов	200	3,28	132,00	3,66	0,10	32,00
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	75*	Икра свекольная	60	6,41	111,18	1,42	0,06	13,72
	2 блюдо	ТТК№41	Гуляш из говядины 50/50	100	45,83	150,00	5,15	6,67	4,67
	гарнир	303*	Каша вязкая гречневая	150	4,56	146,00	4,58	5,01	20,52
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,80	42,70	1,70	0,30	8,40
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,76	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	264**	Кофейный напиток с молоком	200	8,83	50,00	3,16	2,68	15,94
Завтрак 2									
Обед	закуска	16**	Салат из свежих огурцов	60	10,57	40,00	0,45	3,60	1,40
	1 блюдо	108*	Суп картофельный с клецками 150/50	200	8,35	115,00	2,85	3,67	15,03
	2 блюдо	184**	Котлеты домашние 85/5	90	32,83	282,00	12,00	21,28	10,57
	гарнир	216**	Капуста тушенная свежая	150	15,46	112,50	3,11	4,86	14,15
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,21	52,94	2,10	0,38	10,42
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	270**	Напиток из плодов шиповника	200	4,43	87,78	0,68	0,28	20,76
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	32,00	120,00	6,00	6,40	9,40
Полдник	яйцо	143**	Яйцо отварное	40	12,70	56,6	4,80	4,00	0,30
	бутерброд	1*	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	5,90	126,12	2,18	6,89	13,70
	напиток	ТТК№25	Чай с молоком	200	4,06	81,00	1,52	1,35	8,00
	фрукты	231**	Апельсины свежие	100	11,80	47,00	0,40	0,30	10,30



Школа

-	Отд./корп		
---	-----------	--	--

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Кукуруза консервированная	60	15,58	31,30	1,20	0,20	6,10
	2 блюдо	ГТК№45	Плов из курицы 70/130	200	48,4	352,50	12,40	9,36	33,45
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,44	34,00	1,36	0,24	6,72
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,77	70,34	2,22	0,27	14,73
	напиток	261**	Чай с сахаром	200	1,18	40,00	0,07	0,20	10,01
Завтрак 2									
Обед	закуска	54**	Помидоры свежие	60	13,93	13,2	0,66	0,12	2,28
	1 блюдо	66**	Щи из свежей капусты с картофелем(с курицей)200/25	225	12,99	70,00	1,42	3,96	6,32
	2 блюдо	ГТК№38	Азу (говядина) 50/150	200	54,14	293,50	17,80	13,70	28,72
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,52	59,78	2,38	0,42	11,76
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	мучные изделия	287**	Ватрушка с творогом	75	11,54	202,00	9,22	5,48	29,18
	напиток	242**	Кисель из чёрной смородины	200	9,07	114,00	0,14	0,08	24,48
	фрукты	231**	Яблоки	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80
Полдник	2 блюдо	54-25к	Каша жидкая молочная рисовая	150	9,07	184,5	5,30	5,40	28,7
	масло сливочное	10**	Масло сливочное	10	4,13	66,00	0,08	7,25	0,13
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	39	2,28	91,44	2,89	0,35	19,15
	напиток	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	5,38	114,0	0,16	0,16	27,88

Школа	-			Отд./корп			День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54**	Огурцы свежие	60	11,64	7,00	0,42	0,06	1,14
	2 блюдо	184**	Котлеты домашние 85/5	90	32,83	282,00	12,00	21,28	10,57
	гарнир	207**	Макаронные изделия отварные	150	4,82	168,00	5,52	4,52	26,45
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	33	1,95	77,00	3,40	0,30	17,71
	напиток	262**	Чай с лимоном	200	2,10	62,00	0,13	0,02	15,20
	фрукты	231**	Яблоки свежие	100	8,00	47,00	0,40	0,40	9,80
	напиток	ГП	Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	32,00	120,00	6,00	6,40	9,40
Завтрак 2									
Обед	закуска	36**	Салат из свеклы с сыром	60	8,69	79,00	2,80	5,63	4,31
	1 блюдо	72**	Рассольник ленинградский	200	9,59	84,00	1,62	4,08	9,6
	2 блюдо	ТТК№37	Мясо тушеное(говядина) с соусом 45/45	90	43,62	226,40	14,35	18,88	10,20
	гарнир	210**	Пюре картофельное	150	8,89	136,50	3,06	4,80	20,45
	хлеб	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,52	59,78	2,38	0,42	11,76
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,95	117,00	3,70	0,45	26,38
	напиток	264**	Кофейный напиток с молоком	200	8,83	50,00	3,16	2,68	15,94
Полдник	2 блюдо	ТТК№20	Сырники со сметаной 180/20	200	53,68	277,00	10,8	12,48	32,84
	напиток	ГП	Йогурт 2,5 % жирности	150	29,50	117,00	4,2	3,76	16,66