Школа Отд./корп День 1

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Сыр (порциями) 15 рацион	15	19,76	51,45	3,84	3,92	
2	Масло сливочное (порциями) 15 рацион	15	17,98	99,15	0,12	10,88	0,2
3	Каша молочная жидкая "Дружба" (рис, пшено) 200/5	205	22,19	226,31	6,45	7,02	34,14
4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
5	Батон пшеничный 30г	30	3,12	71,4	2,4	0,3	14,73
6	Какао на молоке с сахаром 200 (2,5/200/10)	200	26,20	179,41	6,77	5,6	35,75
7	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	14,40	47	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:	589	105,51				

Школа Отд./корп День 2

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Огурец свежий (нарезка) 100 рацион	100	21,43	11	0,7	0,1	1,9
2	Рис припущенный 180	180	17,86	246,4	4,37	7,2	43,9
3	Стрипсы (брусочки из филе куриной грудки в панировке (запеченные) 100 рацион	100	57,79	153,6	20,43	5,68	6,49
4	Хлеб пшеничный 25	25	1,78	58,75	1,98	0,25	12,08
5	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
6	Напиток лимонный 200 (10/8)	200	3,09	35,32	0,09	0,01	8,28
	ИТОГО:	629	103,81				

Школа Отд./корп День 3

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Овощи натуральные свежие (помидоры) 100 рацион	100	22,26	24	0,6	0,2	3,8
2	Пюре картофельное из очищенного 180	180	27,98	159	3,75	11,62	14,55
3	Тортик печёночный 100	100	79,43	232,57	16,69	12,49	11,89
4	Хлеб пшеничный 25	25	1,78	58,75	1,98	0,25	12,08
5	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
6	Кисель плодово-ягодный 200 (25)	200	6,48	90	0,03		23
	ИТОГО:	629	139,79				

Школа Отд./корп День 4

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Огурец свежий (нарезка) 100 рацион	100	21,43	11	0,7	0,1	1,9
2	Лазанья мясная (фарш говяжий и филе грудки) 250	250	131,28	359,65	34,28	17,79	24,22
3	Хлеб пшеничный 25	25	1,78	58,75	1,98	0,25	12,08
4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
5	Компот из смеси сухофруктов 200 рацион	200	9,37	110,52	0,44	0,02	26,78
	ИТОГО:	599	165,72				

Школа Отд./корп День 5

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Паста "Маринара" (филе минтая) 150/50/50	250	61,05	320,16	15,06	13,12	34,44
2	Хлеб пшеничный 25	25	1,78	58,75	1,98	0,25	12,08
3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
4	Сок фруктовый 200	200	28,20	92	1	0,2	20,2
5	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	14,40	47	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:	599	107,29				

Школа Отд./корп День 6

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Икра кабачковая (консервы) 100 рацион	100	20,87	71,4	1,14	5,34	4,62
2	Суфле яичное 170	170	71,67	259,3	14,05	21,25	2,93
3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
4	Батон пшеничный 30г	30	3,12	71,4	2,4	0,3	14,73
5	Кофейный напиток на молоке с сахаром 200 (5/200/15)	200	27,50	183,5	5,81	5	35,81
6	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	14,40	47	0,4	0,4	9,8

	ИТОГО:	624	139,42				

Школа Отд./корп День 7

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Огурец свежий (нарезка) 100 рацион	100	21,43	11	0,7	0,1	1,9
2	Лагман из отварной говядины 50/150	200	105,70	431,33	23,3	15,02	34,25
3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
4	Хлеб пшеничный 30г	30	2,14	70,5	2,37	0,3	14,49
5	Напиток лимонный 200 (10/8)	200	3,09	35,32	0,09	0,01	8,28
	ИТОГО:	554	134,22				

Школа Отд./корп День 8

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Овощи натуральные свежие (помидоры) 100 рацион	100	22,26	24	0,6	0,2	3,8
2	Пюре картофельное из очищенного 180	180	27,98	159	3,75	11,62	14,55
3	Рыбные палочки в сухарях запеченные (филе минтая) 100	100	68,01	132,97	12,35	5,65	6,48
4	Хлеб пшеничный 20г	20	1,43	47	1,58	0,2	9,66
5	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
6	Сок фруктовый 200	200	28,20	92	1	0,2	20,2
	ИТОГО:	624	149,74				

Школа Отд./корп День 9

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Масло сливочное (порциями) 15 рацион	15	17,98	99,15	0,12	10,88	0,2
2	Запеканка из творога с молоком сгущенным 140/20	160	97,19	416,11	26,48	18,25	32,28
3	Хлеб пшеничный 25	25	1,78	58,75	1,98	0,25	12,08
4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
5	Кондитерское изделие (печенье "Фигурное") 30 г (шт)	30	18,00	398,1	6,9	18,1	51,9
6	Напиток из плодов шиповника 200 (20/15) рацион	200	11,76	116,65	0,68	0,28	24,63
7	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	14,40	47	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:	554	162,97				

Школа Отд./корп День 10

№ п/п	Блюдо	п/выход, гр	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024						
1	Огурец свежий (нарезка) 100 рацион	100	21,43	11	0,7	0,1	1,9
2	Гратен картофельный запеченный с сыром 175/5	180	33,94	281,07	11,45	11,43	32,51
3	Крылышки куриные в панировке запеченные 100	100	51,31	274,478	16,311	19,511	20,422
4	Хлеб пшеничный 25	25	1,78	58,75	1,98	0,25	12,08
5	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,86	43,44	1,58	0,29	8,1
6	Чай с сахаром 200 (2/15) рацион	200	4,26	62,89	0,4	0,1	15,11
	ИТОГО:	629	114,58				