

Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

1-4 кл

День

09.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		582	Печенье	1/50	6,75	207,50	3,75	4,90	37,20
	кисломол.	14	Масло сливочное крестьянское 72,5%	1/10	7,46	66,10	0,08	7,26	0,14
		15	Сыр	1/30	23,13	107,50	6,94	8,86	0,00
	гор.блюдо	174	Каша рисовая молочная	1/250/5	22,38	296,25	5,11	5,09	40,11
	гор.напиток	397	Чай с сахаром	1/200/10	1,41	38,00	0,20	0,10	9,30
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
	фрукты	338	Яблоко свежее	1/200	18,21	88,70	0,80	0,67	19,70
Обед					81,75	921,55	20,83	27,38	130,60
		581	Пряники	1/50	6,25	183,00	2,95	2,35	37,50
	1 блюдо	82	Суп картофельный макаронами	1/250	6,36	104,75	2,68	2,84	17,14
	2 блюдо	260	Котлета из говядины	1/120	69,02	286,50	18,66	13,86	18,84
	гарнир	171	Каша гречневая	1/180/5	9,99	316,00	10,63	7,18	47,77
	напиток	358	Кисель из сока	1/200	9,98	103,60	0,57	0,06	30,20
		338	Яблоко свежее	1/200	18,21	88,70	0,80	0,67	19,70
	хлеб .		Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					124,07	1269,65	42,88	27,94	208,66



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

1-4 кл

День

10.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		14	Масло сливочное крестьянское 72,5%	1/10	7,46	66,10	0,08	7,26	0,14
		15	Сыр	1/30	23,13	107,50	6,94	8,86	0
		501	Сок фруктовый	1/200	20,00	43,00	0,5	0,1	10,1
	гор.блюдо	91	Сырники творожные сг молоком	1/200/50	106,55	435,00	28,70	23,70	43,50
	гор.напиток	397	Какао с молоком	1/200	9,33	94,00	3,30	2,90	13,80
	хлеб		Хлеб ржано пшеничный	1/50	2,32	87,00	3,30	0,60	16,70
	кисломол		Биойогурт	1/115	15,11	145,00	3,90	4,40	23,00
Обед					183,90	977,60	46,72	47,82	107,24
		582	Печенье	1/50	6,75	207,50	3,75	4,90	37,20
		338	Банан	1/200	28,11	200,00	2,90	0,00	47,20
	закуска	106	Горошек зелёный консерв	1/100	21,70	130,27	1,86	2,64	10,80
	1 блюдо	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	9,01	102,50	3,10	4,40	18,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/200	50,80	573,75	27,38	30,44	57,31
	напиток	342	Компот св яблок	1/200	5,83	146,60	0,16	0,00	29,00
	хлеб .		Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					126,46	1547,72	45,74	43,36	237,02



Школа **МБОУ СОШ № 111** Отд./корп **1-4 кл** День **11.12.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		14	Масло сливочное крестьянское 72,5%	1/10	7,46	66,10	0,08	7,26	0,14
	гор.блюдо	291	Плов из птицы	1/100/200	50,80	573,75	27,38	30,44	57,31
	гарнир	341	Апельсин	1/200	26,53	165,00	1,58	0,35	39,13
	гор.напиток	376	Чай с сахаром лимоном	200/10/7	2,63	40,00	0,30	0,10	9,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					89,83	962,35	33,29	38,65	130,23
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный клёцками	1/250	8,70	124,50	2,06	3,10	12,58
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	1/100/100	125,61	312,50	25,79	20,38	4,95
	гарнир	203	Макароны отварные	1/180/5	8,51	225,50	5,70	6,07	32,00
	напиток	436	Компот сухофруктов	1/200	3,34	84,00	0,60	0,10	20,10
		581	Пряники	1/50	6,25	183,00	2,95	2,35	37,50
		501	Сок	1/200	20,00	43,00	0,50	0,10	10,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					176,67	1159,60	44,19	33,08	154,74



Школа

МБОУ СОШ № 111

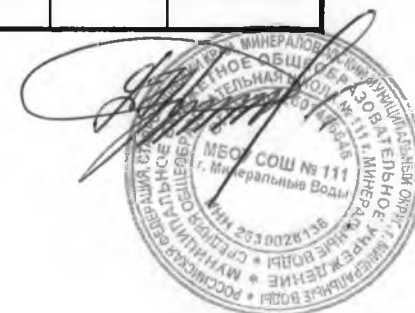
Отд./корп

1-4 кл

День

12.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		14	Масло сливочное крестьянское 72,5%	1/10	7,46	66,10	0,08	7,26	0,14
		282	Котлета из говядины	1/120	69,02	286,50	18,66	13,86	18,84
	гор.блюдо	203	Макароны отварные	1/180/5	8,51	225,50	5,70	6,07	32,00
	гор.напиток	392	Кофейный напиток	1/200	8,88	88,00	2,80	2,50	13,60
	хлеб		Хлеб ржано пшеничный	1/50	2,32	87,00	3,30	0,60	16,70
	фрукты	338	Банан свежий	1/200	28,11	200,00	2,90	0,00	47,20
Обед					124,30	953,10	33,44	30,29	128,48
		582	Печенье	1/50	6,75	207,50	3,75	4,90	37,20
		341	Апельсин	1/200	26,53	165,00	1,58	0,35	39,13
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	1/250	8,15	189,70	5,49	5,27	16,32
	2 блюдо	294	Биточки из птицы	1/120/5	42,05	370,20	19,97	18,41	36,35
	гарнир	321	Капуста тушеная	1/180	14,49	244,00	3,76	6,67	17,30
	гор. напиток	388	Напиток шиповника	1/200	5,48	143,80	0,68	0,28	20,75
	хлеб .		Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					107,71	1507,30	41,82	36,86	204,56



Школа **МБОУ СОШ № 111** Отд./корп **1-4 кл** День **13.12.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		14	Масло сливочное крестьян.72,5%	1/10	7,46	66,1	0,08	7,26	0,14
		581	Пряники	1/50	6,25	183	2,95	2,35	37,5
	1 блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	1/120/5	42,05	370,2	19,97	18,41	36,35
	2 блюдо	171	Каша гречневая	1/180/5	9,99	316,00	10,63	7,18	47,77
	гор. Напиток	457	Чай сахаром	1/200/10	1,41	38,00	0,20	0,10	9,30
	фрукты	338	Яблоко свежее	1/200	18,21	88,70	0,80	0,67	19,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					87,78	1179,50	38,58	36,47	174,91
Обед		501	Пряники	1/50	6,25	183,00	2,95	2,35	37,50
		501	Сок	1/200	20,00	43,00	0,50	0,10	10,10
	1 блюдо	88	Щи свеж капусты картофелем	1/250/5	8,02	144,75	1,74	4,89	9,20
	2 блюдо	229	Рыба тушеная с овощами	1/120/60	68,67	244,80	17,16	9,36	8,64
	гарнир	310	Картофель отварной	1/180	13,80	220,20	4,50	5,00	28,90
	напиток	342	Компот св яблок	1/200	5,83	116,60	0,16	0,00	29,00
	хлеб		Хлеб ржано пшеничный	1/42	1,95	73,08	2,77	0,50	14,03
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/50	2,41	117,50	3,95	0,50	24,15
					126,93	1142,93	33,73	22,70	161,52

