

Школа **МБОУ СОШ № 111** Отд./корп **1-4 кл** День **27.01.2025**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		14	Масло сливочное крестьянское 72,5%	1/10	8,10	66,10	0,08	7,26	0,14
		15	Сыр	1/15	11,20	93,75	3,47	4,43	0,00
		174	Каша рисовая молочная	1/200/5	16,67	237,00	4,09	4,07	32,09
		397	Чай с сахаром	1/200/10	1,49	38,00	0,20	0,10	9,30
			Хлеб пшеничный	1/40	2,66	94,00	3,16	0,40	19,32
		338	Яблоко свежее	1/120	9,60	79,53	0,48	0,48	11,94
Обед					49,72	608,38	11,48	16,74	72,79
		82	Суп картофельный макаронами	1/250	8,27	104,75	2,68	2,84	17,14
		260	Котлета из говядины	1/100	62,42	238,75	15,55	11,55	15,70
		171	Каша гречневая	1/180/5	8,94	316,00	10,63	7,18	47,77
		388	Нпиток шиповника	1/200	7,00	143,80	0,68	0,28	20,75
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,28	34,80	1,32	0,24	6,68
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					89,91	908,60	34,57	22,39	140,15



Школа **МБОУ СОШ № 111** Отд./корп **1-4 кл** День **28.01.2025**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		91	Сырники творожные сг молоком	1/150/10	65,38	348,00	22,95	18,99	34,80
		459	Чай сахаром лимон	1/200	2,77	40,00	0,30	0,10	9,50
			Хлеб ржано пшеничный	1/40	2,56	69,60	2,64	0,48	13,36
			Банан	1/150	27,75	141,75	2,25	0,75	31,50
					98,46	599,35	28,14	20,32	89,16
Обед									
		82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	9,59	102,50	1,82	4,91	12,74
		291	Плов из птицы	1/100/200	52,37	573,75	27,38	30,44	57,31
		342	Компот св яблок	1/200	5,48	146,60	0,16	0,00	29,00
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,28	34,80	1,32	0,24	6,68
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					70,72	928,15	33,05	35,89	120,22



Школа **МБОУ СОШ № 111** Отд./корп **1-4 кл** День **29.01.2025**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		291	Плов из птицы	1/100/200	52,37	573,75	27,38	30,44	57,31
			Биойогурт	1/125	33,10	145,00	3,90	4,40	23,00
		457	Чай с сахаром	1/200/10	1,49	38,00	0,20	0,10	9,30
			Хлеб пшеничный	1/40	2,66	94,00	3,16	0,40	19,32
					89,62	850,75	34,64	35,34	108,93
Обед		102	Суп картофельный клёцками	1/250	10,43	124,50	2,06	3,10	12,58
		281	Котлета запеченая с молоч соусом	1/100	54,42	263,50	11,64	12,90	9,98
		203	Макароны отварные	1/180/5	8,87	225,50	5,70	6,07	32,00
		436	Компот сухофруктов	1/200	3,52	84,00	0,60	0,10	20,10
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,28	34,80	1,30	0,24	6,68
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					80,52	802,80	23,67	22,71	95,83



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

1-4 кл

День

30.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		282	Котлета из говядины	1/100	62,42	238,75	15,55	11,55	15,70
		203	Макароны отварные	1/180/5	8,87	225,50	5,70	6,07	32,00
		459	Чай сахаром лимоном	1/200/10/7	2,77	40,00	0,30	0,10	9,50
			Хлеб ржано пшеничный	1/40	2,56	69,60	2,65	0,48	13,36
			Мандарины	1/120	19,80	42,00	0,96	0,24	9,00
					96,42	615,85	25,16	18,44	79,56
Обед									
		102	Суп картофельный с горохом	1/250	8,21	189,70	5,49	5,27	16,32
		294	Биточки из птицы	1/100	33,98	308,50	16,64	15,34	30,29
		321	Капуста тушеная	1/180	14,55	244,00	3,76	6,67	17,30
		388	Напиток шиповника	1/200	7,00	143,80	0,68	0,28	20,75
			Хлеб ржано-пшеничный	1/27	1,73	48,92	1,78	0,32	9,02
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					67,47	1005,42	30,72	28,18	108,17



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

1-4 кл

День

31.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		294	Котлета рубленая из птицы	1/100	33,98	308,5	16,64	15,34	30,29
		171	Каша гречневая	1/180/5	8,94	316,00	10,63	7,18	47,77
		457	Чай сахаром	1/200/10	1,49	38,00	0,20	0,10	9,30
		581	Пряники	1/50	7,50	183,00	2,95	2,35	37,50
			Хлеб пшеничный	1/32	2,13	75,22	2,53	0,32	15,46
					54,04	920,72	32,95	25,29	140,32
Обед									
		88	Щи свеж капусты картофелем	1/250/5	8,78	144,75	1,74	4,89	9,20
		229	Рыба тушеная с овощами	1/100/50	59,46	204,00	14,30	7,80	7,20
		305	Рис припущенный	1/180	11,20	200,00	3,64	4,30	26,67
		457	Чай сахаром	1/200	1,49	38,00	0,16	0,00	29,00
			Хлеб ржано пшеничный	1/20	1,28	34,80	1,32	0,24	6,68
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					84,21	692,05	23,53	17,53	93,24

