

Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

12.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо	91	Сырники творожные сг молоком	1/150/10	69,59	348,00	22,95	18,99	34,80
	гор.напиток	397	Какао с молоком	1/200	9,34	94,00	3,30	2,90	13,80
	хлеб		Хлеб ржано пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	кисломол		Биойогурт	1/115	15,11	145,00	3,90	4,40	23,00
					95,89	656,60	32,79	26,77	84,96
Обед									
	закуска	106	Горошек зелёный консерв	1/60	16,72	78,16	1,86	2,64	10,80
	1 блюдо	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	9,01	102,50	1,82	4,91	12,74
	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	1/30	1,39	52,20	1,98	0,36	10,02
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	3,16	0,40	19,32
						85,68	1047,21	36,36	38,75



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

13.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак										
	гор.блюдо	291	Плов из птицы	1/100/200	50,80	573,75	27,38	30,44	57,31	
	гарнир	338	Яблоко свежее	1/120	10,93	79,53	0,48	0,48	11,94	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром лимоном	200/10/7	2,63	40,00	0,30	0,10	9,50	
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	2,37	0,30	14,49	
					66,29	574,75	23,92	18,02	71,69	
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный клёцками	1/250	8,70	124,50	2,06	3,10	12,58	
	2 блюдо	281	Котлета запеченая с молоч соусом	1/100	50,88	263,50	11,64	12,90	9,98	
	гарнир	203	Макароны отварные	1/180/5	8,51	225,50	5,70	6,07	32,00	
	напиток	436	Компот сухофруктов	1/200	4,01	84,00	0,60	0,10	20,10	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,39	52,20	1,98	0,36	10,02	
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	2,37	0,30	14,49	
						75,42	854,50	25,62	23,05	105,92



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

14.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		282	Котлета из говядины	1/100	57,65	238,75	15,55	11,55	15,70
	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	1/40	1,85	64,36	1,98	0,36	10,02
	фрукты	338	Банан свежий	1/170	23,90	170,00	2,18	0,00	35,40
						100,79	635,86	27,38	18,87
Обед									
	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	1/100	32,07	308,50	16,64	15,34	30,29
	гарнир	321	Капуста тушеная	1/180	14,51	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	1/30	1,39	52,20	1,98	0,36	10,02
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	2,37	0,30	14,49
						63,53	1032,20	30,92	28,22



