

Школа

МБОУ СОШ № 111

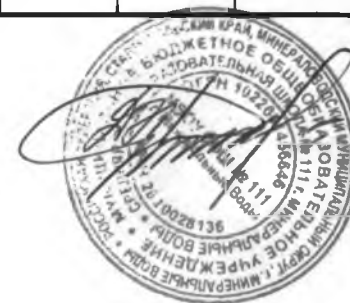
Отд./корп

5-11 кл

День

20.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		91	Сырники творожные сг молоком	1/150/10	84,17	348,00	22,95	18,99	34,80
		459	Чай сахаром лимоном	1/200/10/7	3,24	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	21,20	141,75	2,25	0,75	31,50
					111,17	599,35	28,14	20,32	89,16
Обед									
		82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	10,71	102,50	1,82	4,91	12,74
		291	Плов из птицы	1/100/200	53,80	573,75	27,38	30,44	57,31
		342	Компот св яблок	1/200	7,24	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
					75,03	928,15	33,05	35,89	120,22



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

21.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		291	Плов из птицы	1/100/200	53,80	573,75	27,38	30,44	57,31
			Биойогурт	1/125	36,75	145,00	3,90	4,40	23,00
		457	Чай с сахаром	1/200/10	1,85	38,00	0,20	0,10	9,30
			Хлеб пшеничный	1/40	2,66	94,00	2,37	0,30	19,32
					95,06	850,75	33,85	35,24	108,93
Обед		102	Суп картофельный клёцками	1/250	11,07	124,50	2,06	3,10	12,58
		281	Котлета запеченая с молоч соусом	1/100	59,62	263,50	11,64	12,90	9,98
		203	Макароны отварные	1/180/5	13,45	225,50	5,70	6,07	32,00
		436	Компот сухофруктов	1/200	4,71	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
					92,13	802,80	23,67	22,71	95,83



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

22.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
		282	Котлета из говядины	1/100	62,25	238,75	15,55	11,55	15,70
		203	Макароны отварные	1/180/5	13,45	225,50	5,70	6,07	32,00
		459	Чай сахаро лимоном	1/200/10/7	3,24	40,00	0,30	0,10	9,50
			Хлеб ржано пшеничный	1/40	2,56	69,60	2,65	0,36	10,02
			Мандарины	1/150	17,24	42,00	0,96	0,24	9,00
					98,74	615,85	25,16	18,44	79,56
Обед									
		102	Суп картофельный с горохом	1/250	9,54	189,70	5,49	5,27	16,32
		294	Биточки из птицы	1/100	33,83	308,50	16,64	15,34	30,29
		321	Капуста тушеная	1/180	17,84	244,00	3,76	6,67	17,30
		388	Напиток шиповника	1/200	5,57	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
					70,51	1005,42	30,72	28,18	108,17



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

23.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		294	Котлета рубленая из птицы	1/100	33,83	308,5	16,64	15,34	30,29
		171	Каша гречневая	1/180/5	12,58	316,00	10,63	7,18	47,77
		457	Чай сахаром	1/200/10	1,85	38,00	0,20	0,10	9,30
		581	Пряники	1/50	10,21	183,00	2,95	2,35	37,50
			Хлеб пшеничный	1/30	2,13	75,22	2,53	0,32	15,46
					60,60	920,72	32,95	25,29	140,32
Обед									
		88	Щи свеж капусты картофелем	1/250/5	9,36	144,75	1,74	4,89	9,20
		229	Рыба тушеная с овощами	1/100/50	60,70	204,00	14,30	7,80	7,20
		305	Рис припущенный	1/180	14,51	200,00	3,64	4,30	26,67
		457	Чай сахаром	1/200	1,85	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
					89,70	692,05	23,53	17,53	93,24

