

Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

10.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Обед		338	Яблоко	1/120	9,60	79,53	0,48	0,48	11,94
		82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	9,47	102,50	1,82	4,91	12,74
		279	Тефтеля из говядины	1/100/50	58,76	353,33	18,18	20,88	22,98
		203	Макароны отварные	1/180/5	6,83	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	1/30	1,92	52,20	1,98	0,36	10,02
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					92,10	967,56	31,13	33,10	124,27



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

11.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед									
		80	Суп картофельный крупой	1/250	7,82	129,50	2,18	4,39	14,29
		294	Котлета куриная	1/100	33,83	308,50	16,64	15,34	30,29
		171	Каша гречневая	1/180/5	12,58	316,00	10,63	7,18	47,77
		388	Напиток шиповника	1/200	5,57	143,80	0,68	0,28	20,75
			Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,92	52,20	1,98	0,36	10,02
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	70,50	2,37	0,30	14,49
					63,72	1020,50	28,90	31,77	150,44



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

12.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Обед		84	Борщ с фасолью картофелем со сметаной	1/250/5	12,56	168,25	3,54	5,10	14,53
		234	Котлета рыбная	1/100	35,21	274,00	14,80	18,80	11,60
		377	Картофельное пюре	1/180/5	24,52	126,00	4,86	7,20	10,44
		495	Компот сухофруктов	1/200	4,71	84,00	0,20	0,10	9,30
			Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,92	52,20	1,98	0,36	10,02
			Хлеб пшеничный	1/30	2,00	94,00	3,16	0,40	19,32
					80,92	972,18	29,06	30,24	116,41



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

13.03.2025

Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед			Биойогурт	1/125	36,75	145,00	3,90	4,40	23,00
		102	Суп картофельный горохом	1/250	9,54	134,75	5,49	5,27	16,32
		290	Птица тушена в соусе	1/100/60	46,48	230,00	26,40	29,80	8,00
		305	Рис припущенный	1/180/5	14,51	200,00	3,64	4,30	26,67
		436	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
						117,80	961,65	43,28	44,31



Школа **МБОУ СОШ № 111** Отд./корп **СВО** День **14.03.2025**

приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
			Мандарины	1/120	17,24	42,00	0,96	0,24	9,00
Обед		82	Рассольник ленинградский	1/250	10,36	148,90	2,00	5,10	16,93
		347	Котлета школьная	1/100	50,79	263,00	15,30	11,00	13,30
		203	Макароны отварные	1/180/5	13,45	225,50	5,70	6,07	32,00
		389	Компот из сухофруктов	1/200	4,71	84,00	0,60	0,10	20,10
			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
						99,83	868,70	28,25	23,05

