

Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

20.01.2025

| 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

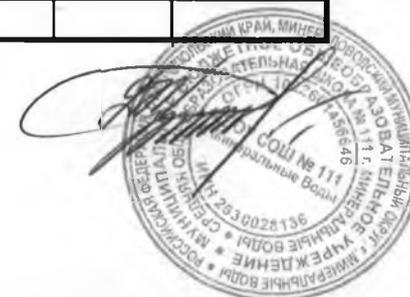
Отд./корп

СВО

День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|-------------------------|----------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | 80 | Суп картофельный крупой | 1/250 | 7,81 | 129,50 | 2,18 | 4,39 | 14,29 |
| | | 294 | Котлета куриная | 1/100 | 33,98 | 308,50 | 16,64 | 15,34 | 30,29 |
| | | 171 | Каша гречневая | 1/180/5 | 8,94 | 316,00 | 10,63 | 7,18 | 47,77 |
| | | 388 | Напиток шиповника | 1/200 | 7,00 | 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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 61,65 | 1020,50 | 28,90 | 31,77 | 150,44 |
| | | | | | | | | | |



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

22.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | 84 | Борщ с фасолью картофелем со сметаной | 1/250/5 | 11,61 | 168,25 | 3,54 | 5,10 | 14,53 |
| | | 234 | Котлета рыбная | 1/100 | 35,45 | 274,00 | 14,80 | 18,80 | 11,60 |
| | | 377 | Картофельное пюре | 1/180/5 | 20,33 | 126,00 | 4,86 | 7,20 | 10,44 |
| | | 495 | Компот сухофруктов | 1/200 | 3,52 | 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 | 1/40 | 2,00 | 94,00 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| | | | | | | 74,83 | 972,18 | 29,06 | 30,24 |



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

23.01.2025

| | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------|--------|--------|--------------------------|----------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| обед | | | Биойогурт | 1/125 | 33,10 | 145,00 | 3,90 | 4,40 | 23,00 |
| | | 102 | Суп картофельный горохом | 1/250 | 8,21 | 134,75 | 5,49 | 5,27 | 16,32 |
| | | 290 | Птица тушена в соусе | 1/100/60 | 46,20 | 230,00 | 26,40 | 29,80 | 8,00 |
| | | 305 | Рис припущенный | 1/180/5 | 11,20 | 200,00 | 3,64 | 4,30 | 26,67 |
| | | 436 | 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 |
| | | | | | 107,47 | 961,65 | 43,28 | 44,31 | 124,16 |



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

24.01.2025

| приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|--------------------------|----------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | Мандарины | 1/120 | 19,80 | 42,00 | 0,96 | 0,24 | 9,00 |
| Обед | | 82 | Рассольник ленинградский | 1/250 | 10,34 | 148,90 | 2,00 | 5,10 | 16,93 |
| | | 347 | Котлета школьная | 1/100 | 50,92 | 263,00 | 15,30 | 11,00 | 13,30 |
| | | 203 | Макароны отварные | 1/180/5 | 6,83 | 225,50 | 5,70 | 6,07 | 32,00 |
| | | 389 | Компот из сухофруктов | 1/200 | 3,52 | 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 |
| | | | | | | 94,69 | 868,70 | 28,25 | 23,05 |

