

Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

СВО

День

21.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Обед									
	фрукты	338	Яблоко свежее	1/120	10,93	79,53	0,48	0,48	11,94
	1 блюдо	82	Суп картофельный макаронами	1/250	6,08	104,75	2,68	2,84	17,14
	2 блюдо	260	Котлета из говядины	1/100	57,65	238,75	15,55	11,55	15,70
	гарнир	171	Каша гречневая	1/180/5	9,99	316,00	10,63	7,18	47,77
	напиток	358	Кисель из сока	1/200	9,98	103,60	0,57	0,06	30,20
	хлеб .		Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	3,16	0,40	19,32
						<b>98,41</b>	<b>1006,23</b>	<b>35,71</b>	<b>22,99</b>



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 клСВО

День

22.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Обед									
	кисломол		Биойогурт	1/115	15,11	145,00	3,90	4,40	23,00
	1 блюдо	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	8,94	102,50	1,82	4,91	12,74
		106	Горошек зелёный консер	1/60	16,72	78,16	1,86	2,64	10,80
	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	6,83	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
						<b>101,72</b>	<b>1192,21</b>	<b>40,26</b>	<b>43,15</b>



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 кл

День

23.10.2024

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
					<b>66,29</b>	<b>574,75</b>	<b>23,92</b>	<b>18,02</b>	<b>71,69</b>
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный клёцками	1/250	8,52	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
					<b>75,24</b>	<b>854,50</b>	<b>25,62</b>	<b>23,05</b>	<b>105,92</b>



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 клСВО

День

24.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак										
Обед		338	Яблоко свежее	1/120	10,93	79,53	0,48	0,48	11,94	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	1/250	7,97	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	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36	
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	3,16	0,40	19,32	
						<b>74,74</b>	<b>1129,13</b>	<b>32,85</b>	<b>28,92</b>	<b>129,28</b>



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

5-11 клСВО

День

25.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Обед	1 блюдо	88	Щи свеж капусты картофелем	1/250/5	7,90	144,75	1,74	4,89	9,20
	2 блюдо	229	Рыба тушеная с овощами	1/100/50	57,41	204,00	14,30	7,80	7,20
	гарнир	310	Картофель отварной	1/180	13,14	220,20	4,50	5,00	28,90
	напиток	342	Компот св яблок	1/200	5,83	116,60	0,16	0,00	29,00
	хлеб		Хлеб ржано пшеничный	1/40	1,85	69,60	2,64	0,48	13,36
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	3,16	0,40	19,32
						<b>88,06</b>	<b>849,15</b>	<b>26,50</b>	<b>18,57</b>

