Школа | - | Отд./корп | | День | 23/05/2022

1-11 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Сыр полутвердый	15		54,6	3,48	4,43	
			Яйцо вареное	48		75,4	6,10	5,5	0,34
	гор.блюдо		Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным, 150/5/5	160		195,47	5,11	6,22	29,63
	гор.напиток		Какао на молоке, 180/10	180		100,06	3,58	2,85	14,71
	хлеб		Хлеб пшеничный	25		59	1,98	0,3	12,08
					55 руб.				
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200		97,63	1,64	5,64	9,92
	2 блюдо		Гуляш из свинины, 50/50	100		252,31	12,44	21,1	3,2
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150		202,45	6,97	5,44	31,47
	напиток		Компот из ягод, 180/10	180		49,26	0,14	0,04	11,89
	хлеб черн.		Хлеб ржаной Здоровье	25		59,64	1,72	0,25	12,60
					65 руб.				

Школа | - | Отд./корп | | День | 24/05/2022

1-11 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Котлета Аппетитная с соусом томатным, 90/30	120		369,46	13,68	26,86	18,25
			Каша гречневая рассыпчатая	150		202,45	6,97	5,44	31,47
	гор.напиток		Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180		43,46	0,25	0,03	10,23
	хлеб		Хлеб пшеничный	25		59	1,98	0,3	12,08
					55 руб.				
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп картофельный с фасолью на курином бульоне	200		142,52	6,25	6,11	15,25
	2 блюдо		Филе куриное, тушеное в томатном соусе, 50/50	100		158,27	14,31	10,38	1,91
	гарнир		Макароны отварные	150		208,81	5,76	4,3	36,73
	напиток		Напиток из шиповника, 180/10	180		70,64	0,48	0,2	16,74
	хлеб черн.		Хлеб ржаной Здоровье	25		59,64	1,72	0,25	12,60
					65 руб.				

Школа - Отд./корп День 25/05/2022

1-11 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Котлета Морячок с соусом томатным, 80/30	110		213,61	11,55	11,88	15,1
			Пюре картофельное	150		158,28	3,31	6,32	22,04
	гор.напиток		Чай с шиповником, 180/10	180		49,94	0,3	0,06	11,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	25		59	1,98	0,3	12,08
					55 руб.				
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо		Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	200		122,68	3,59	5,91	13,65
	2 блюдо		Куриное филе запеченное с соусом сметанно-томатным, 90/30	120		187,27	30,53	6,15	2,46
	гарнир		Рис отварной	150		212,87	3,82	4,17	40,03
	напиток		Напиток витаминный, 180/10	180		79,45	0,40	0,13	18,35
	хлеб черн.		Хлеб ржаной Здоровье	25		59,64	1,72	0,25	12,60
					65 руб.				

Школа - Отд./корп День 26/05/2022

1-11 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка из творога с молоком сгущенным, 120/30	150		368,63	21,19	15,6	35,98
	гор.напиток		Напиток кофейный на молоке, 180/10	180		89,46	2,65	2,28	14,42
	хлеб		Хлеб пшеничный	25		59	1,98	0,3	12,08
					55 руб.				
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп картофельный с горохом на бульоне из птицы	200		123,19	6,96	3,63	15,43
	2 блюдо		Жаркое по-домашнему	220		296,45	12,92	15,42	26,50
	гарнир								
	напиток		Компот из свежих яблок, 180/10	180		56,82	0,14	0,14	13,51
	хлеб черн.		Хлеб ржаной Здоровье	25		59,64	1,72	0,25	12,60
					65 руб.				

Школа | - | Отд./корп | | День | 27/05/2022

1-11 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Филе куриное, тушеное в томатном соусе, 50/50	100		158,27	14,31	10,38	1,91
			Рис отварной	150		212,87	3,82	4,17	40,03
	гор.напиток		Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180		43,46	0,25	0,03	10,23
	хлеб		Хлеб пшеничный	25		59	1,98	0,3	12,08
					55 руб.				
Завтрак 2									
Обед	закуска								
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200		89,15	1,71	5,7	7,62
	2 блюдо		Рыба запеченная с соусом сметанно-томатным, 50/30	80		86,60	10,14	3,31	4,08
	гарнир		Пюре картофельное	150		157,25	3,28	6,16	22,06
	напиток		Компот из сухофруктов, 180/10	180		77,85	0,33	0,02	18,83
	хлеб черн.		Хлеб ржаной Здоровье	25		59,64	1,72	0,25	12,60
					65 руб.				