

Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>210</b>	<b>8,80</b>	<b>12,80</b>	<b>0,00</b>	<b>310,90</b>

День:

*16.11.2020*

6 понедельник

Неделя:

2

возрастная категория:

1-11 класс

сезон:

осенне-зимний



№ пед.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
<b>Завтрак</b>							
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	
54-16к-2020	Каша "Дружба"	250	7,75	7,25	37,37	278,20	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	60	4,55	6,39	30,91	154,35	
	<b>Итого:</b>	<b>596</b>	<b>22,75</b>	<b>30,10</b>	<b>96,54</b>	<b>737,00</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>200</b>	<b>8,3</b>	<b>11,6</b>	<b>37,5</b>	<b>288</b>	





	Печенье "Юбилейное"	30	2,50	3,54	22,47	125,00	
Пром.	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>230</b>	<b>3,10</b>	<b>3,54</b>	<b>55,47</b>	<b>259,40</b>	

день: 18.12.2022 8 среда  
 возрастная категория: 1-11 класс



№ рел.	наименование блюда	масса порции	Завтрак				энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
			белки	жиры	углеводы			
54-60-2020	Яйцо вареное	120	14,4	12	0,9	169,8		
54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,9		
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86		
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6		
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4		
	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>586</b>	<b>32,45</b>	<b>33,86</b>	<b>101,76</b>	<b>842,3</b>		
<b>Второй завтрак</b>								
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	0,7	
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2	1,2	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>220</b>	<b>7,30</b>	<b>7,00</b>	<b>22,90</b>	<b>183,40</b>	<b>1,90</b>	

день: 19.12.2024  
 возрастная категория:

9 четверг  
 10 четверг  
 1-11 класс



№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
							СТОИМ.
<b>Завтрак</b>							
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	18,87	22,00	5,50	295,7	
54-2з-2020	Овощи внарезке (огурец)	60	0,5	0,10	1,50	8,5	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>566</b>	<b>26,37</b>	<b>35,06</b>	<b>56,36</b>	<b>640,60</b>	



Второй завтрак						
54-10к-2 №20	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9
54-23гн-1020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Итого за Второй завтрак:		<b>410</b>	<b>12,70</b>	<b>15,70</b>	<b>51,30</b>	<b>396,90</b>

день:

20.12.2024г

10 пятница

возрастная категория:

1-11 класс



№ реч.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
54-5с-2020	Суп с фрикадельками мясными и овощами	250	10,8	5,4	17,4	161,2		
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	6	3,6	12,6	100,4		
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6		
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4		
Итого за Завтрак:		656	<b>22,35</b>	<b>16,66</b>	<b>85,36</b>	<b>581,5</b>		
Пром.								
Второй завтрак								
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2		
Итого за Второй завтрак:		220	7,30	7,00	22,90	183,40		