

Школа МБОУ СОШ № 45, Северский МО Северский район Отд./корп 7-11 лет День 13.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ЯБЛОКО	8,55	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	гор. блюдо	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	34,6	180	10,6	12,4	44,8	342,7
	гор. блюдо	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	5,49	40	5,0	405,0	0,3	61,3
	напиток	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	7,5	180	1,5	1,1	8,5	50,4
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				57,58	520	18,8	18,6	71,9	542,2

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	67	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	8,5	60	0,8	3,0	4,2	47,5
	1 блюдо	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	6,9	200	4,6	4,3	14,8	116,8
	2 блюдо	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	11,5	150	2,3	7,2	13,3	133,6
	2 блюдо	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 110/20	38,9	130	6,9	11,9	33,8	253,6
	напиток	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ КЕФИР	15	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	хлеб белый	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,02	30	2,3	0,2	15,1	71,1
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	Итого за прием пищи:				84,98	780	24,1	31,4	101,1

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОРЙ	5,9	150	2,9	5,7	17,0	105,0
	горячее	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ 90/5	35,6	95	4,4	5,1	6,9	105,0
	напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	7,2	180	3,4	2,7	14,2	95,9
	хлеб	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,44	20	1,1	0,2	9,9	46,0
Итого за прием пищи:				50,14	445	11,8	13,6	48,0	351,8

Школа: МБОУ СОШ №45 ст.Северской МО Северский район Отд./корп: 12 лет и старше День: 13.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ЯБЛОКО	8,55	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	гор. блюдо	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	38,45	200	10,2	14,2	37,3	313,1
	напиток	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8,34	200	3,0	2,4	14,7	93,2
	хлеб белый	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,69	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				Итого за прием пищи:	60,19	570	18,7	17,5	94,6

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	67	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	14,17	100	1,4	5,0	7,0	79,2
	1 блюдо	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	8,6	250	5,8	5,4	18,5	146,2
	2 блюдо	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	13,8	180	3,4	9,0	18,8	195,5
	2 блюдо	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 110/20	35,91	120	9,8	13,9	23,0	233,6
	напиток	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/КЕФИР	15	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	хлеб белый	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,36	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,88	40	2,6	0,4	17,0	81,6
				Итого за прием пищи:	93,72	920	32,0	38,5	116,6

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОРИ	7,08	180	3,5	6,7	28,0	193,5
	горячее	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ 90/5	39,35	105	8,1	10,1	11,3	122,3
	напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	7,2	180	3,4	2,7	12,6	89,4
	хлеб	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				Итого за прием пищи:	55,79	495	17,0	19,8	64,6

Школа: МБОУ СОШ №45 ст. Северской МО Северский район

Отд./корп 7-11 лет

День 14.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	70	Овощи натуральные по сезону/огурцы соленые/	14,95	60	1,0	0,0	1,0	8,0
	гор. блюдо	291	Плов из птицы	45,9	200	15,3	16,3	39,8	399,4
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	6,5	200	0,0	0,0	7,7	31,0
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	1,35	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
				Итого за прием пищи:	70,14	500	18,8	20,2	67,8

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	338	Фрукты свежие по сезону / мандарины или апельсины	27,75	150	1,4	0,3	12,0	1,5
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский	6,9	200	1,6	4,1	11,7	90,9
	2 блюдо	223	Запеканка из творога / молоко сгущ.	41,5	180	15,4	16,0	42,4	367,0
	напиток	378	Чай с молоком	7,2	200	1,5	1,2	12,3	66,6
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	2,02	30	2,3	0,2	15,1	71,1
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
				Итого за прием пищи:	86,81	780	23,5	22,0	102,0

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	9	Бутерброды с котлетой мясной и солеными огурцами	45,6	150	11,9	13,9	24,5	321,4
	напиток	342	Компот из свежих плодов (1 вариант) яблочный	7,6	180	0,1	0,1	13,9	58,2
				Итого за прием пищи:	346,56	330	12,0	14,0	38,4

Школа: МБОУ СОШ № 45 ст. Северской МО Северский район Отд./корп: 12 лет и старше День: 14.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	70	Овощи натуральные по сезону/огурцы соленые/	24,92	100	1,1	5,6	3,1	57,6
	гор. блюдо	291	Плов из птицы	45,9	200	13,1	20,2	41,8	438,9
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	6,5	200	0,0	0,0	7,7	31,0
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	2,7	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
				Итого за прием пищи:	81,46	560	18,6	26,2	81,2

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	338	Фрукты свежие по сезону / мандарины или апельсины	27,75	150	1,4	0,3	12,0	1,5
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский	8,63	250	2,0	5,2	14,7	113,8
	2 блюдо	223	Запеканка из творога / молоко сгущ.	50,73	220	20,1	23,5	48,3	495,1
	напиток	378	Чай с молоком	7,2	200	1,6	1,2	12,4	67,3
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	3,37	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	2,88	40	2,6	0,4	17,0	81,6
				Итого за прием пищи:	100,56	910	31,5	30,9	129,5

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	9	Бутерброды с котлетой мясной и солеными огурцами	51,68	170	13,2	15,0	33,0	312,2
	напиток	342,1	Компот из свежих плодов (1 вариант) яблочный	7,6	180	0,1	0,1	13,9	58,2
				Итого за прием пищи:	392,768	350	13,3	15,1	46,9

Школа **МБОУ СОШ №45 ст.Северной МО Северский район** Отд./корп **7-11 лет**

День **15.01.2025**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	1	бутерброд с маслом и сыром	11,3	55	5,8	11,6	15,1	188,2
	гор. блюдо	189	каша молочная рисовая жидкая	12,6	155	4,7	6,4	24,5	179,3
	напиток	382	какао с молоком	7,8	200	3,8	3,0	11,8	90,7
	хлеб белый	ПП	хлеб пшеничный	1,34	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	хлеб черный	ПП	хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	молоко	ПП	молоко 2,5% пром производства для детского питания	24,9	200	5,6	4,9	9,3	104,8
				Итого за прием пищи:	69,38	650	22,7	26,2	79,2

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	ТТК	фрукты свежие по сезону /яблоки/	9,9	120	0,5	0,5	11,8	56,4
	1 блюдо	113	суп-лапша домашняя	6,8	200	2,2	4,5	10,8	92,8
	2 блюдо	181	каша пшеничная рассыпчатая с овощами	9,5	150	5,9	4,9	24,4	188,5
	2 блюдо	234	биточки рыбные/соус молочный 90/25	39,6	115	12,6	8,3	15,2	191,5
	напиток	389	сок фруктовый /виноградный/	27,6	200	0,6	0,4	31,6	135,8
	хлеб белый	ПП	хлеб пшеничный	2,68	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	хлеб черный	ПП	хлеб ржаной	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				Итого за прием пищи:	98,24	855	26,9	19,1	126,6

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	горячее	219	сырники из творога со сметаной 75/10	29,8	85	10,2	9,6	6,9	166,0
	напиток	354	кисель из яблок сушеных	8,7	200	0,3	0,0	36,2	146,6
полдник	конд. издел.	ПП	кондитерское изделия /печенье сахарное/	2,8	15	1,1	1,5	11,2	62,6
			Итого за прием пищи:	41,3	300	11,6	11,1	54,3	375,2

Школа: МБОУ СОШ № 45 с. Северской МО Северский район Отд./корп: 12 лет и День: 15.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	1	Бутерброд с маслом и сыром	12,33	60	6,3	12,7	16,5	216,2
	гор. блюдо	189	Каша молочная рисовая жидкая	16,26	200	6,0	3,7	31,8	185,9
	напиток	382	Какао с молоком	7,8	200	3,8	3,0	14,7	102,3
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	2,01	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	молоко	ПП	Молоко 2,5 % пром производства т/п для детского питания	24,9	200	5,6	4,9	9,3	104,8
			Итого за прием пищи:	64,74	710	25,3	24,7	95,9	721,0

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	ТТК	Фрукты свежие по сезону / яблоки	9,9	120	0,5	0,5	11,8	56,4
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя	8,5	250	2,7	9,7	13,6	116,1
	2 блюдо	181	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	11,4	180	7,0	5,9	21,3	232,6
	2 блюдо	234	Биточки рыбные / соус молочный	43,04	125	13,9	10,7	16,6	223,2
	напиток	389	Сок фруктовый / виноградный	27,6	200	0,6	0,4	31,6	135,8
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	3,35	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
				Итого за прием пищи:	105,95	955	30,5	27,8	132,7

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	219	Сырники из творога со сметаной	47,33	135	12,4	12,2	10,2	233,0
	напиток	354	Кисель из яблок сушеных	8,7	200	0,3	0,0	22,6	92,4
	конд. издел.	ПП	Кондитерские изделия / печенье сахарное	2,8	15	1,1	1,5	11,2	62,6
				Итого за прием пищи:	58,83	350	13,8	13,7	44,0

Школа МБОУ СОШ № 45 ст. Северский МО Северский район Отд./корп 7-11 лет

День 16.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	фрукты	338	фрукты свежие по сезону / яблоко	8,55	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	гор. блюдо	260	азу с овощами и мясом	44,01	180	14,7	32,3	22,2	440,4
	напиток	386	кисломолочный напиток / йогурт 2,5%	30	180	4,9	4,5	19,4	142,2
	хлеб белый	ПП	хлеб пшеничный	2,68	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			Итого за прием пищи:	86,24	500	23,1	37,4	71,6	724,3

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	70	овощи натуральные по сезону /огурцы соленые/	14,95	60	1,0	0,0	1,0	8,0
	1 блюдо	ТТК	борщ по - кубански	9,2	200	2,2	4,1	12,9	88,4
	гарнир	ТТК	картофель по - станичному	7,92	150	6,0	9,4	19,5	177,2
	2 блюдо	ТТК	котлеты куриные " казачок"	38,34	90	9,5	8,2	12,0	160,1
	напиток	ТТК	узвар из сушеных плодов и ягод	7,5	180	0,3	0,1	20,2	89,5
	хлеб белый	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,62	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,92	40	2,7	0,4	17,0	81,6
			Итого за прием пищи:	81,45	760	24,4	24,9	109,0	743,4

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	ПП	булочка домашняя ПП	15,6	100	6,6	6,9	29,7	205,2
	хлеб	15	сыр (порциями)	8,54	20	4,6	5,9	0,0	72,8
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	6,21	180	0,0	0,0	7,0	27,9
		Итого за прием пищи:	96,876	300	11,2	12,8	36,7	306,9	

Школа МБОУ СОШ № 43 ст. Северской МО Северский район Отд./корп 12 лет и старше

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	фрукты	338	Фрукты свежие по сезону / яблоко	8,55	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	гор. блюдо	260	Азу с овощами и мясом	48,9	200	12,3	17,8	25,7	349,4
	напиток	386	Кисломолочный напиток / йогурт 2,5%	30	180	5,0	4,5	8,1	101,7
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	3,34	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черн.	ПП	хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
				Итого за прием пищи:	92,23	660	22,8	23,2	77,2

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД			овощи натуральные по сезону /огурцы соленые/	24,92	100	1,7	5,1	10,0	94,2
	закуска	70							
	1 блюдо	ТТК	Борщ по - кубански	11,5	250	2,7	5,1	16,2	123,1
	гарнир	ТТК	Картофель по - станичному	9,5	180	7,5	11,2	21,7	183,6
	2 блюдо	ТТК	Котлеты куриные " казачок"	42,6	100	13,2	10,1	14,0	183,9
	напиток	ТТК	Узвар из сушеных плодов и ягод	7,5	180	0,5	0,2	30,6	136,1
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	2,02	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	ПП	хлеб ржаной	1,44	30	2,0	0,3	12,7	61,2
			Итого за прием пищи:	99,48	890	31,4	32,3	130,3	900,5

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	пп	Булочка домашняя ПП	15,6	100	6,5	5,1	17,5	122,9
	хлеб	15	Сыр (порциями)	8,54	20	4,6	5,9	0,0	72,8
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	6,9	200	0,0	0,0	7,7	31,0
	хлеб	пп	Кондитерское изделия /печенье сахарное	5,4	30	2,3	2,9	22,3	125,1
				Итого за прием пищи:	36,44	350	13,4	13,9	47,5

Школа МБОУ СОШ № 45 ст. Северский МО Северский район

Отд./корп 7-11 лет

День 17.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	40	салат из моркови и зеленого горошка	7,8	60	1,1	3,1	3,7	47,3
	гарнир	ТТК	картофель запеченный с овощами и яйцом	24,6	150	5,7	8,0	20,5	205,3
	2 блюдо	241	котлеты рыбные любительские с маслом	39,6	95	9,7	8,3	5,8	149,3
	напиток	389	сок фруктовый / яблочный	24,9	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	хлеб белый	ПП	хлеб пшеничный	1,35	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	хлеб черный	ПП	хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				99,69	545	20,2	19,9	69,6	578,6

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	47	салат из квашенной капусты	11,95	60	1,0	3,0	5,0	53,0
	1 блюдо	99	суп из овощей	8,5	200	1,5	3,6	8,6	74,4
	2 блюдо	ТТК	запеканка из печени с овощами	41,6	150	10,7	9,1	39,2	222,2
	соус	ТТК	соус томатный с овощами	4,2	25	0,3	3,7	2,3	44,0
	напиток	386	кисломолочный напиток / кефир	15,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	хлеб белый	ПП	хлеб пшеничный	2,02	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	хлеб черный	ПП	хлеб ржаной	1,44	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	напиток	ПП	молоко 2,5% пром производства т/п для детского питания	20,5	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за прием пищи:				103,51	875	22,8	24,4	91,6	626,0

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
						Белки	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	206	макароны запеченные с яйцом	15,9	150	8,8	13,4	24,7	261,4
	напиток	342,1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	7,6	180	0,1	0,1	13,9	58,2
	Итого за прием пищи:				120,84	330	12,0	14,0	38,4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	40	Салат из моркови и зеленого горошка	13	100	1,8	5,1	6,2	78,8
	гарнир	ТТК	Картофельзапеченный с овощами и яйцом	29,52	180	6,7	11,0	27,9	202,4
	2 блюдо	241	Котлеты рыбные любительские с маслом	54,19	130	8,9	6,3	8,4	163,1
	напиток	389	Сок фруктовый / яблочный	24,9	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	2,02	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
			Итого за прием пищи:	125,79	670	22,7	23,1	89,9	659,9

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	47	Салат из квашенной капусты	24,92	100	1,2	0,2	3,8	24,0
	1 блюдо	99	Суп из овощей	8,12	250	1,8	4,4	10,8	93,0
	2 блюдо	ТТК	Запеканка из печени с овощами	55,47	200	13,6	13,7	35,0	273,1
	соус	ТТК	Соус томатный с овощами	4,2	25	0,3	3,7	2,3	44,0
	напиток	386	Кисломолочный напиток / кефир	15,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный	2,02	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	1,44	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	напиток	ПП	молоко 2,5% пром производство т/п для детского питания	20,5	200	2,0	0,3	12,7	61,2
			Итого за прием пищи:	131,97	1035	33,6	37,0	111,9	880,0

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
						Белки	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	206	Макароны запеченные с яйцом	15,9	150	8,8	13,4	24,7	261,4
	напиток	342,1	Компот из свежих плодов (1 вариант)	7,6	180	0,1	0,1	13,9	58,2
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржаной	1,44	20	1,1	0,2	9,9	46,0
				Итого за прием пищи:	24,94	350	10,0	13,7	48,7