

Школа МКОУ "Таловская средняя школа" Отд./корп 1 День 04.04.22г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		суп молочный с макаронными изделиями	200		83,62	5,38	2,43	15,96
	гор.напиток		чай витаминизированный	200		86,66	0,12	-	12,04
	хлеб		хлеб	75		180	1,58	1,2	19,9
			сыр	10		31,3	2,32	3,32	-
			масло сливочное	10		110,1	1	7,2	0,1
Обед	закуска		салат из соленых овощей	60		70,55	0,56	3,69	2,87
	1 блюдо		суп крестьянский с крупой	250		140,59	2,31	7,74	15,43
	2 блюдо		бефстроганов	80		182,4	19,55	5,4	6,72
			капуста тушенная	150		201	2	6,1	20,1
	сладкое		компот из сухофруктов	200		196	-	-	35,8
	хлеб		хлеб	80		29,64	1,58	1,2	19,96
Полдник	фрукт		яблоки	100		73	1,8	-	16,8

Школа МКОУ "Таловская средняя школа" Отд./корп 2 День 05.04.22г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтели мясные	80		178,12	11,13	9,25	8,99
			макароны отварные	150		231	8,93	3,5	39,1
	гор.напиток		Компот из сухофруктов	200		196	-	-	35,8
	хлеб		хлеб	80		180	1,58	1,2	19,9
Обед	закуска		Огурец соленый	60		98	3,3	9,3	8
	1 блюдо		Суп овощной со сметаной	200		125,2	10,68	2,66	10,6
	2 блюдо		Плов	80		132,8	14,24	8,48	5,61
	сладкое		Кисель из ягод замороженных или свежих	200		122	5,8	-	9,9
	хлеб		Хлеб	80		180	1,58	1,2	19,9
Полдник	фрукт		фрукт (яблоки)	100		36,6	0,35	0,35	8,62
			Кондитерское изделие (вафли)	60		436	7,5	11,8	74,4

Школа МКОУ "Таловская средняя школа" Отд./корп 3 День 06.04.22г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка рисовая	200		253,3	10,8	11,5	23,1
			Чай с лимоном	200		29	0,016	-	7,25
	гор.напиток		Йогурт порционный	125		86,66	2,2	2,8	7,05
		хлеб		Хлеб	80		180	1,58	1,2
Обед	закуска		Салат из капусты и моркови	60		70,02	0,84	5,06	5,32
	1 блюдо		Суп картофельный с макаронными изделиями	250		122,25	3,2	5,9	15,6
	2 блюдо		Тефтели мясо	80		178,12	11,3	9,25	8,99
			Гречка отварная рассыпчатая	200		231,28	8,88	4,09	39,74
	сладкое		Компот из плодов сухих шиповника	200		153,4	0,32	-	32,8
	хлеб		Хлеб	80		29,4	1,58	1,2	19,9
Полдник	фрукты		фрукты свежие (апельсин)	100		76	1,8	-	16,8
			Кондитерское изделие (пряник)	60		436	7,5	74,4	436
Школа	МКОУ "Таловская средняя школа"			Отд./корп			4 День		07.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Макароны с сыром	150		232,7	12,49	10,81	28,43
			Какао с молоком	200		103	1,4	1,6	22,3
	гор.напиток		хлеб	80		180	1,58	1,2	19,9
		хлеб		Масло сливочное	20		110,1	1	7,2
Обед	закуска		Салат из моркови с р/м	60		88	4,8	5,1	8,9
	1 блюдо		Суп гороховый	250		123	10,2	9,3	11,75
	2 блюдо		Котлета рыбная	200		152	3,84	5,07	25,74
			Картофель отварной	150		231	8,93	3,5	39,1
	сладкое		Напиток клюквенный	200		153,4	0,32	-	34,04
	хлеб		Хлеб	80		180	1,58	1,2	19,9
Полдник			Выпечка	100		36,6	0,35	0,35	8,62
			Кисломолочный продукт	100		69,2	2,8	3,2	6,97
Школа	МКОУ "Таловская средняя школа"			Отд./корп			5 День		08.04.22г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша рисовая	200		178,12	11,13	9,25	8,99	
			Кофейный напиток	200		10,5	1,4	0	22,3	
	гор.напиток		Хлеб	80		180	1,58	1,2	19,9	
		хлеб		Масло сливочное	15		110.1	1	7.2	0.1
				Сыр российский	15		31,3	2,32	3,32	-
Обед	закуска		Икра кабачковая	60		50.6	0.9	0.6	11,9	
			Щи из свежей капусты или квашенной с картофелем	250		18,1	8,4	9,3	13.8	
	1 блюдо		Рыба припущенная	80		125.2	10,68	2,66	10,6	
			Картофельное пюре	150		121.64	2,09	4,69	18.14	
	2 блюдо		Кисель из ягод замороженных	200		122	5,8	-	9,9	
		хлеб		Хлеб	80		180	1,58	1,2	19,9
				Кисломолочный продукт	100		172	5,6	6,8	8
Полдник			Фрукты	60		436	7,5	11,8	74.4	