

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	226	Макароны с сыром	200	74,83р	317	12	8	50
	горячий напиток	423	Чай с лимоном	200		42			10
	фрукты	403	Фрукты свежие по сезонности	100		47			10
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		54,8	2	1	9
Обед	закуска	25	Икра кабачковая	100	101р	90	1		5
	1 блюдо	156	Суп вермишелевый на кур/бульоне	250		101	2	4	15
	2 блюдо	334	Рагу из мяса птицы(курица)	200		193	11	4	11
	напиток	455	Компот из плодов сушеных	200		84			18
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	30	Котлета рубленая мясная	100	74,83р	248	16	15	11
	гарнир	200	Каша гречневая рассыпчатая	180		219	11	6	49
	закуска	58	Кукуруза консервированная	50		29			6
	напиток	476	Напиток ягодный (клубника)	200		66			17
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		109,6	4	2	17
Полдник (Гармония/ Надежда)	горячий напиток	423	Чай с лимоном	200	29р	42			8
	кондитерское изд.	509	Печенье	20		86	1,8	1,42	9,4

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	199	Каша пшенная	230	74,83р	206	6	6	33
	горячий напиток	421	Чай с молоком	200		89	1	1	18
	гастрономия	16	Сыр	10		36	2	3	
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	кондитерское изд.	509	Печенье	40		172	4	2	18
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	106	Салат Степной	100	101р	140	2	12	8
	1 блюдо	157	Борщ с картофелем,курами ,сметаной	250		108	6	11	7
	2 блюдо	302	Шницель мясной рубленый	100		259	16	13	14
	гарнир	356	Рис с горошком,кукурузой и морковью	180		230	4	5	42
	напиток	451	Компот из плодов свежих (яблоки)	180		83			16
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	74,83р	114	11	6	6
	гарнир	354	Пюре картофельное	180		175	4	3	27
	закуска	36	Огурец соленый консерв.	40		6		1	6
	напиток	474	Напиток ягодный (вишня)	180		61			16
	кондитерское изд.		Печенье	20		86	2	1	9
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	474	Напиток ягодный(вишня)	200	29р	66			17
	кондитерское изд.	507	Зефир	40		124	0,32	0,04	31,92

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	241	Пудинг из творога запеченый	180	74,83р	398	28	18	25
	горячий напиток	420	Чай с сахаром	180		36			9
	кондитерское изд.	371	Молоко сгущеное	20		64	1	2	11
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	фрукты	403	Фрукты свежие по сезонности	100		47			10
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	36	Огурец соленый консерв.	100	101р	16	3		1
	1 блюдо	132	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250		148	6	6	20
	2 блюдо	318	Котлета куриная рубленая	100		283	15	8	17
	гарнир	339	Изделия макаронные отварные	180		253	6	5	39
	напиток	457	Компот с/м ягод (вишня)	180		78			20
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	229	Говядина тушеная с картофелем	200	74,83р	243	11	13	16
	закуска	36	Салат Осенний	100		98	2	5	11
	напиток	474	Компот с/м ягод (смородина)	200		86			21
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	475	Напиток из плодов сухих(изюм)	200	29р	96,92			17,78
	кондитерское изд.	509	Печенье	20		86	2	1	9

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	202	Каша рисовая молочная	230	74,83р	255	7	5	50
	горячий напиток	418	Какао напиток на молоке	200		93	3	3	14
	гастрономия	16	Сыр	20		72	4	6	
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	кондитерское изд.	509	Печенье	40		172	4	2	18
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	57	Салат из квашеной капусты	100	101р	52	2	3	6
	1 блюдо	140/308	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250		186	9	7	16
	2 блюдо	243	Сосиски отварные	100		250	11	24	2
	гарнир	347	Картофель отварной резаный	180		210	4	8	30
	напиток	455	Компот из плодов сушеных	180		76			16
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	311	Гуляш из мяса птицы(курица)	100	74,83р	79	8	1	3
	гарнир	200	Каша гречневая рассыпчатая	180		219	11	6	49
	напиток	481	Напиток яблочный	200		33			8
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		109,6	4	2	18
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	455	Компот из плодов сушеных	200	29р	115,98			29,4
	кондитерское изд.	509	Зефир	40		124	0,32	0,04	31,92

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	231	Омлет с сыром запеченый	210	74,83р	339	20	27	3
	закуска	244	Зеленый горошек	30		12	1		2
	горячий напиток	420	Чай с сахаром	200		40			10
	кондитерское изд.	509	Печенье	40		172	3	3	19
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	20	Винегрет	100	101р	135	2	10	9
	1 блюдо	119	Суп из овощей	250		106,95	2,02	6,21	11,51
	2 блюдо	504	Пельмени с маслом сливочным	280		541,8	13,17	13,71	79,27
	напиток	451	Компот из плодов свежих(яблоки)	200		92			23
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	497	Оладьи из муки пшеничной	170	74,83р	377	10	9	54
	гастрономия	371	Молоко сгущеное	30		96	2	3	17
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	фрукты	403	Фрукты свежие по сезонности	100		47			10
	напиток	457	Компот из с/м ягод (смородина)	200		86			21
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		109,6	4,3,1	1,8	17,4
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	пр/пр.	Сок фруктовый	200	29р	90			26
	кондитерское изд.	пр/пр.	Булочка Любимая	50		149,98	4,3,1	4,9	29,64

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	196	Каша овсяная молочная	230	74,83р	235	6	10	29
	горячий напиток	423	Чай с лимоном	200		42			8
	молоч.продукт	пр/пр.	Творог для детского питания	50		45	4	2	2
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	36	Огурцы соленые консерв.	100	101р	16	3		1
	1 блюдо	157	Рассольник ленинградский с сметаной	250		108	2	3,65	23
	2 блюдо	313	Индейка по -строгановски	100		159	2	5	3
	гарнир	354	Пюре картофельное	180		175	4	3	27
	напиток	455	Компот из плодов сушеных	200		84			18
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	212	Пудинг манный	175	74,83р	230	6	6	39
	гастрономия	371	Молоко сгущеное	25		80,25	2	3	17
	кондитерское изд.	пр/пр.	Пряник/зефир/печенье	50		168	2	1	39
	напиток	474	Напиток клубничный	200		66			17
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	423	Чай с лимоном	200	29р	42			8
	кондитерское изд.	509	Печенье	20		86	2	1	9

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	188	Изделия фигурные и хлопья из круп сладкие с молоком	230	74,83р	281	9	6	47
	горячий напиток	419	Кофейный напиток с молоком	200		86	3	3	13
	кондитерское изд.	509	Печенье	40		172	3	3	19
	гастрономия	16	Сыр	10		36	2	3	
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	20	Винегрет	100	101р	135	2	10	9
	1 блюдо	151	Уха Ростовская	250		127	7	4	15
	2 блюдо	311	Гуляш из мяса птицы(курица)	100		79	8	1	3
	гарнир	339	Изделия макаронные отварные	180		253	6	5	39
	напиток	451	Компот из плодов свежих	180		83			21
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	334	Рагу из мяса птицы(курицы)	200		193	10,8	4,2	10,8
	закуска	36	огурцы соленые консерв.	100		16	3		1
	напиток	474	Напиток вишневый	200		66			17
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	474	Напиток вишневый	200	29р	66			17
	кондитерское изд.	пр/пр	Зефир	40		124	0,32	0,04	31,92

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	191	Каша гречневая молочная	200	74,83р	223	6	8	23
	горячий напиток	415	Какао -напиток на молоке	180		90	2	3	13
	фрукты	403	Фрукты свежие по сезонности	100		47			10
	гастрономия	16	Сыр	10		36	2	3	
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	57	Салат из квашеной капусты	100	101р	52	2	3	6
	1 блюдо	132	Суп картофельный с бобовыми(горохом)	250		148	6	6	20
	2 блюдо	239	Тефтели рыбные с соусом сметанным и томатом	100		162	11	8	13
	гарнир	347	Картофель отварной,резаный	180		210	4	8	30
	напиток	455	Компот из плодов сушеных(сухофрукты смесь)	180		76			16
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	242	Суфле творожное запеченое	180	74,83р	306	18	14	20
	соус	334	Соус ягодный	20		23			6
	фрукты	403	Фрукты свежие по сезонности	100		47			10
	напиток	пр/пр.	Сок фруктовый	200		90	1		10
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		109,6	4	2	17
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	475	Напиток из плодов сухих(изюм)	200	29р	96,92			24,5
	кондитерское изд.	509	Печенье	20		86	2	1	9

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	232	Омлет	210	74,83р	264	15	15,5	3
	Закуска	244	Зеленый горошек	50		20	2		3
	горячий напиток	420	Чай с сахаром	200		40			10
	гастрономия	16	Сыр	20		72	5	6	
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	106	Салат «Степной» из овощей	100	101р	140	2	12	8
	1 блюдо	156	Суп вермишелевый на кур/бульоне	250		101	2	4	15
	2 блюдо	331	Плов куриный	200		314	12	8	37
	напиток	451	Компот из плодов свежих(яблоки)	200		92			23
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	309	Биточки рубленые куриные	100	74,83р	197	12	3	14
	гарнир	354	Пюре картофельное	180		175	4	3	27
	закуска	58	Кукуруза консервированная	50		29	1		6
	напиток	455	Компот из плодов сушеных	200		84			18
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	20		54,8	2	1	9
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	455	Компот из плодов сушеных	200	29р	84			18
	кондитерское изд.	пр/пр	Зефир	40		124	0,32	0,04	31,92

Школа

Отд./корп

День

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	202	Каша рисовая молочная	230	74,83р	255	6	6	44
	горячий напиток	419	Кофейный напиток с молоком	200		86	3	3	13
	гастрономия	16	Сыр	10		36	2	3	
	гастрономия	13	Масло сливочное	10		74,9		7	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Обед	закуска	20	Винегрет	100	101р	135	2	10	9
	1 блюдо	122	Щи из св. капусты с картофелем ,сметаной и курами	250		83	3	4	6
	2 блюдо	504	Пельмени с маслом сливочным	280		541,8	13,17	13,71	79,27
	напиток	457	Компот из с/м ягод(вишня)	180		78			20
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		109,6	4,28	1,8	17,4
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40		103,6	3	1	17
Полдник	Горячее блюдо	497	Оладьи из муки пшеничной	170	74,83р	377	10	9	54
	кондитерское изд.	371	Молоко сгущеное с сахаром	30		96	2	2	19
	фрукты	403	Фрукты свежие по сезонности	100		47			10
	напиток	пр/пр	Сок фруктовый	200		42	1		10
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	60		164,4	6	3	26
Полдник (Гармония/ Надежда)	напиток	пр/пр	Сок фруктовый	200	29р	90	1		20
	кондитерское изд.	пр/пр	Булочка любимая	50		149,98	4,3,1	4,9	29,64