

Школа

Залесвская ООШ

Отд./корп

День

27.01.2025

7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с котлетой куриной	235	31,20	345	16	14	40
	гор.напиток		сок яблочный	100	9,20	43	1	0	10
	хлеб		хлеб пшеничный	60	3,50	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	60	4,51	50	2	4	2
Завтрак 2	фрукты		мандарин	100	23,10	35	1	0	8
			12-18 лет						
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с котлетой куриной	235	31,20	345	5	14	40
	гор.напиток		сок яблочный	100	9,20	43		0	10
	хлеб		хлеб пшеничный	60	3,50	141		1	30
			салат из капусты с овощами	60	4,51	50		4	2



Школа

Залесвская ООШ

Отд./корп

День

28.01.2025

7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша дружба	200	23,60	169	5	6	24
	гор.напиток		какао с молоком	200	4,10	100	5	4	13
	хлеб		хлеб пшеничный	100	3,50	234	8	1	49
			сыр порционно	30	21,90	108	7	9	0
Завтрак 2	фрукты		апельсин	100	22,60	38	1	0	8
			12-18 лет						
Завтрак	гор.блюдо		каша дружба	200	23,60	169	5	6	24
	гор.напиток		какао с молоком	200	4,10	100	5	4	13
	хлеб		хлеб пшеничный	100	3,50	234	8	1	49
			сыр порционно	30	21,90	108	7	9	0



Школа

Залесвская ООШ

Отд./корп

День

29.01.2025

7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		жаркое по домашнему	180	31,80	203	22	6	16
	гор.напиток		чай с сахаром	200	3,50	27	0	0	6
	хлеб		хлеб пшеничный	100	4,30	234	8	1	49
			салат из моркови с яблоками	60	10,99	74	1	6	4
Завтрак 2	фрукты		банан	100	15,70	95	2	1	21
			12-18 лет						
Завтрак	гор.блюдо		жаркое по домашнему	180	31,80	203	22	6	16
	гор.напиток		чай с сахаром	200	3,50	27	0	0	6
	хлеб		хлеб пшеничный	100	4,30	234	8	1	49
			салат из моркови с яблоками	60	10,99	74	1	6	4



Школа

Залесвская ООШ

Отд./корп

День

30.01.2025

7-11

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		плов с курицей	180	31,20	283	25	7	30
	гор.напиток		чай с сахаром	200	4,10	27	0	0	6
	хлеб		хлеб пшеничный	100	4,10	234	8	1	46
			салат из капусты с овощами	60	6,53	74	1	7	2
Завтрак 2	фрукты		яблоко	100	21,30	44	0	0	10
			12-18						
Завтрак	гор.блюдо		плов с курицей	180	31,20	283	25	7	30
	гор.напиток		чай с сахаром	200	4,10	27	0	0	6
	хлеб		хлеб пшеничный	100	4,10	234	8	1	46
			салат из капусты с овощами	60	6,53	74	1	7	2




Школа

Залесвская ООШ

Отд./корп

День

31.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картофельное пюре с гуляшом	230	30,66	325	17	19	23
	гор.напиток		компот из смеси сухофруктов	200	4,28	81	1	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	60	4,10	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	60	6,12	50	2	4	2
Завтрак 2	фрукты		апельсин	100	22,30	38	1	0	8
Завтрак	гор.блюдо		картофельное пюре с гуляшом	230	30,66	325	17	19	23
	гор.напиток		компот из смеси сухофруктов	200	4,28	81	1	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	60	4,10	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	60	6,12	50	2	4	2

