

Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

02.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	230,00	37,33	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	60,00	5,22	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	3,40	26,80	0,20	0,00	6,40
	фрукт		апельсин	110,00	21,60	39	0,90	0,20	8,30
	овз		печенье	40	7,30	122,10	6,30	20,10	1,30
					80,77				
завтрак									
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	250,00	42,10	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	80,00	7,10	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,10	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	3,40	26,80	0,20	0,00	6,40
						56,70			



Школа

Отд./корп

День

3.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			хлеб пшеничный	70,00	3,50	164,10	5,30	0,60	34,40
	гор блюдо		каша гречневая с тефтелькой	210,00	41,10	366,80	16,90	15,10	40,80
	гор напиток		коф напиток с молоком	200,00	6,10	86,00	3,90	2,90	11,20
	фрукты		яблоко	100,00	22,10	44	0,40	0,40	9,80
	овз		пряник	40	8,16	122,10	7,60	6,20	9,80
			итого		80,96				
старшие классы завтрак									
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая с котлетой	280,00	45,20	196,80	5,30	4,90	32,80
			салат из огурцов и помидоров	50,00	6,63	133,10	8,70	8,80	4,90
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	3,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		компот из кураги	200,00	3,90	81,30	0,50	0,20	19,40
					59,23				



Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп

День

4.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картоф пюре с рыбой	220	41,44	280	14	14	24
	гор.напиток		чай с лимоном и сахаром	200	3,10	28	0	0	7
	хлеб		хлеб пшеничный	70	3,50	164	5	1	34
			салат из свежих огурцов и помидоров	60	7,21	38	1	3	2
	фрукты		банан	100	17,70	95	2	1	21
	овз		печенье	40	10,12	123	23	8	6
			итого		83,07				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		картоф пюре с рыбой	250	43,21	280	14	14	24
	гор.напиток		чай с лимоном и сахаром	200	5,10	28	0	0	7
	хлеб		хлеб пшеничный	100	5,30	164	5	1	34
			салат из свежих огурцов и помидоров	60	9,96	38	1	3	2
						63,57			



Школа	Залесовская ООШ			Отд./корп		День			5.09.24
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с котлетой куриной	235,00	34,80	345,30	16,10	13,40	39,90
			салат из капусты с овощами	60,00	4,01	50	1,70	4,00	1,70
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	3,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		сок яблочный	100,00	6,15	43,30	0,50	0,10	10,10
	фрукт		мандарин	100,00	25,60	35,00	0,80	0,20	7,50
			пряник	40,00	7,16	116	8,60	6,30	4,30
					81,22				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	250,00	44,90	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	80,00	7,10	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,30	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	5,10	26,80	0,20	0,00	6,40
					62,40				



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

6.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша дружба	200,00	23,60	168,90	5,00	5,90	24,00
			сыр порц	30,00	29,25	107,50	7,00	8,90	0,00
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		какао с молоком	200,00	3,10	100,40	4,70	3,50	12,50
	фрукт		апельсин	100,00	20,60	37,80	0,90	0,20	8,10
	овз		печенье	40	10,28	126,00	9,30	6,50	4,30
			итого		90,33				
Завтрак стар классы	гор.блюдо		каша дружба	250,00	23,40	168,90	5,00	5,90	24,00
			сыр порц	40,00	29,25	107,50	7,00	8,90	0,00
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,10	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		какао с молоком	200,00	5,20	100,40	4,70	3,50	12,50
				итого		62,95			



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

9..09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		жаркое по домашнему	180,00	33,80	352,90	17,30	19,60	26,90
			салат из моркови с яблоками	60,00	14,99	74,30	0,50	5,60	15,80
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		чай с сахаром	200,00	3,20	26,80	0,20	0,00	6,40
	фрукт		банан	100,00	15,70	94,50	1,50	0,50	21,00
	овз		сок	200	21,00	3,60	0,00	0,00	0,00
			итого		92,19				
завтрак старшие классы									
	гор.блюдо		жаркое по домашнему	250,00	49,60	352,90	17,30	19,60	26,90
			салат из моркови с яблоками	60,00	14,99	74,30	0,50	5,60	15,80
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,60	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		чай с сахаром	200,00	5,20	26,80	0,20	0,00	6,40
						75,39			



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

10.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		плов с курицей	180,00	33,20	283,20	1,40	6,60	2,10
			салат из белок капусты с помид и огурцами	60,00	8,60	74	1,40	6,60	2,10
			чай с сахаром	200,00	3,10	26,80	0,20	0,00	6,40
			хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
	фрукты		яблоко	100,00	23,30	44	0,40	0,40	9,80
	овз		пряник	40	10,36	112,30	6,60	4,30	6,50
			итого		82,06				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		плов с курицей	250,00	53,30	283,20	1,40	6,60	2,10
			салат из белок капусты с помид и огурцами	60,00	9,50	74	1,40	6,60	2,10
			чай с сахаром	200,00	3,10	26,80	0,20	0,00	6,40
			хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
						69,40			



Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп

День

11.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картоф пюре с гуляшом	260	36,20	325	17	18	23
	гор.напиток		компот из смеси с\ф	200	4,18	81	1	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	60	3,10	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	60	9,10	50	2	4	2
	фрукты		апельсин	100	21,30	141	1	0	8
	овз		сок	200	23,00	2	0	0	0
					96,88				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		картоф пюре с гуляшом	280	44,40	325	17	18	23
	гор.напиток		компот из смеси с\ф	200	6,10	81	1	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	60	5,20	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	80	8,10	50	2	4	2
						63,80			



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

12.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		масло слив порц	10,00	7,50	66,10	0,10	7,30	0,10
	горяч блюдо		каша рисовая молочная	200,00	39,00	86	3,90	2,90	11,20
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,10	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		коф напиток	200,00	3,30	184,50	5,30	5,40	28,70
	фрукт		груша	100,00	21,00	46	0,40	0,30	10,30
	овз		сок	200	23,00	2,30	0,00	0,00	0,00
					98,90				
Завтрак старшие классы	закуска		масло слив порц	15,00	8,10	66,10	0,10	7,30	0,10
	горяч блюдо		каша рисовая м олочная	250,00	43,00	86	3,90	2,90	11,20
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,10	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		коф напиток	200,00	3,30	184,50	5,30	5,40	28,70
					60,50				



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

16.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	230,00	37,33	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	60,00	5,22	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	3,40	26,80	0,20	0,00	6,40
	фрукт		апельсин	110,00	21,60	39	0,90	0,20	8,30
	овз		печенье	40	7,30	122,10	6,30	20,10	1,30
					80,77				
завтрак									
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	250,00	42,10	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	80,00	7,10	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,10	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	3,40	26,80	0,20	0,00	6,40
						56,70			



Школа

Отд./корп

День

17.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			хлеб пшеничный	70,00	3,50	164,10	5,30	0,60	34,40
	гор блюдо		каша гречневая с тефтелькой	210,00	41,10	366,80	16,90	15,10	40,80
	гор напиток		коф напиток с молоком	200,00	6,10	86,00	3,90	2,90	11,20
	фрукты		яблоко	100,00	22,10	44	0,40	0,40	9,80
	овз		пряник	40	8,16	122,10	7,60	6,20	9,80
			ИТОГО		80,96				
старшие классы завтрак									
Завтрак	гор.блюдо		каша гречневая с котлетой	280,00	45,20	196,80	5,30	4,90	32,80
			салат из огурцов и помидоров	50,00	6,63	133,10	8,70	8,80	4,90
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	3,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		компот из кураги	200,00	3,90	81,30	0,50	0,20	19,40
					59,23				



Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп

День

18.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картоф пюре с рыбой	220	41,44	280	14	14	24
	гор.напиток		чай с лимоном и сахаром	200	3,10	28	0	0	7
	хлеб		хлеб пшеничный	70	3,50	164	5	1	34
			салат из свежих огурцов и помидоров	60	7,21	38	1	3	2
	фрукты		банан	100	17,70	95	2	1	21
	овз		печенье	40	10,12	123	23	8	6
			итого		83,07				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		картоф пюре с рыбой	250	43,21	280	14	14	24
	гор.напиток		чай с лимоном и сахаром	200	5,10	28	0	0	7
	хлеб		хлеб пшеничный	100	5,30	164	5	1	34
			салат из свежих огурцов и помидоров	60	9,96	38	1	3	2
						63,57			



Школа	Залесовская ООШ			Отд./корп		День			19.09.24
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с котлетой куриной	235,00	34,80	345,30	16,10	13,40	39,90
			салат из капусты с овощами	60,00	4,01	50	1,70	4,00	1,70
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	3,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		сок яблочный	100,00	6,15	43,30	0,50	0,10	10,10
	фрукт		мандарин	100,00	25,60	35,00	0,80	0,20	7,50
			пряник	40,00	7,16	116	8,60	6,30	4,30
					81,22				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	250,00	44,90	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	80,00	7,10	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,30	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	5,10	26,80	0,20	0,00	6,40
					62,40				



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

20.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша дружба	200,00	23,60	168,90	5,00	5,90	24,00
			сыр порц	30,00	29,25	107,50	7,00	8,90	0,00
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		какао с молоком	200,00	3,10	100,40	4,70	3,50	12,50
	фрукт		апельсин	100,00	20,60	37,80	0,90	0,20	8,10
	овз		печенье	40	10,28	126,00	9,30	6,50	4,30
			итого		90,33				
Завтрак стар классы	гор.блюдо		каша дружба	250,00	23,40	168,90	5,00	5,90	24,00
			сыр порц	40,00	29,25	107,50	7,00	8,90	0,00
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,10	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		какао с молоком	200,00	5,20	100,40	4,70	3,50	12,50
			итого		62,95				



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

23..09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		жаркое по домашнему	180,00	33,80	352,90	17,30	19,60	26,90
			салат из моркови с яблоками	60,00	14,99	74,30	0,50	5,60	15,80
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		чай с сахаром	200,00	3,20	26,80	0,20	0,00	6,40
	фрукт		банан	100,00	15,70	94,50	1,50	0,50	21,00
	овз		сок	200	21,00	3,60	0,00	0,00	0,00
			итого		92,19				
завтрак старшие классы									
	гор.блюдо		жаркое по домашнему	250,00	49,60	352,90	17,30	19,60	26,90
			салат из моркови с яблоками	60,00	14,99	74,30	0,50	5,60	15,80
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,60	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		чай с сахаром	200,00	5,20	26,80	0,20	0,00	6,40
						75,39			



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

24.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		плов с курицей	180,00	33,20	283,20	1,40	6,60	2,10
			салат из белок капусты с помид и огурцами	60,00	8,60	74	1,40	6,60	2,10
			чай с сахаром	200,00	3,10	26,80	0,20	0,00	6,40
			хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
	фрукты		яблоко	100,00	23,30	44	0,40	0,40	9,80
	овз		пряник	40	10,36	112,30	6,60	4,30	6,50
			итого		82,06				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		плов с курицей	250,00	53,30	283,20	1,40	6,60	2,10
			салат из белок капусты с помид и огурцами	60,00	9,50	74	1,40	6,60	2,10
			чай с сахаром	200,00	3,10	26,80	0,20	0,00	6,40
			хлеб пшеничный	100,00	3,50	234,40	7,60	0,80	49,20
						69,40			



Школа

Залесовская ООШ

Отд./корп

День

25.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		картоф пюре с гуляшом	260	36,20	325	17	18	23
	гор.напиток		компот из смеси с\ф	200	4,18	81	1	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	60	3,10	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	60	9,10	50	2	4	2
	фрукты		апельсин	100	21,30	141	1	0	8
	овз		сок	200	23,00	2	0	0	0
					96,88				
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		картоф пюре с гуляшом	280	44,40	325	17	18	23
	гор.напиток		компот из смеси с\ф	200	6,10	81	1	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	60	5,20	141	5	1	30
			салат из капусты с овощами	80	8,10	50	2	4	2
						63,80			



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

26.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		масло слив порц	10,00	7,50	66,10	0,10	7,30	0,10
	горяч блюдо		каша рисовая молочная	200,00	39,00	86	3,90	2,90	11,20
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,10	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		коф напиток	200,00	3,30	184,50	5,30	5,40	28,70
	фрукт		груша	100,00	21,00	46	0,40	0,30	10,30
	овз		сок	200	23,00	2,30	0,00	0,00	0,00
					98,90				
Завтрак старшие классы	закуска		масло слив порц	15,00	8,10	66,10	0,10	7,30	0,10
	горяч блюдо		каша рисовая м олочная	250,00	43,00	86	3,90	2,90	11,20
	хлеб		хлеб пшеничный	100,00	5,10	234,40	7,60	0,80	49,20
	гор напиток		коф напиток	200,00	3,30	184,50	5,30	5,40	28,70
					60,50				



Школа

МБОУ "Залесовская ООШ"

Отд./корп

День

30.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	230,00	37,33	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	60,00	5,22	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,50	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	3,40	26,80	0,20	0,00	6,40
	фрукт		апельсин	110,00	21,60	39	0,90	0,20	8,30
	овз		печенье	40	7,30	122,10	6,30	20,10	1,30
					80,77				
завтрак									
Завтрак старшие классы	гор.блюдо		макароны отварные с курицей	250,00	42,10	167,20	3,70	6,40	23,80
			салат из моркови	80,00	7,10	147	13,90	7,40	6,30
	хлеб		хлеб пшеничный	60,00	5,10	140,60	4,60	0,50	29,50
	гор напиток		кисель	200,00	3,40	26,80	0,20	0,00	6,40
						56,70			



