

МАУ КШПТ 12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25.г.г.

Отд./корп

День

1.0 понед.

Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-дг	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	312,00	11,00	12,00	48,00
	гор.блюдо	252	Колбаса отварная	100,00	211,00	8,00	7,00	19,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200,00	60,00	0,00	0,00	12,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	40,00	64,00	2,00	0,00	13,00
	кисломол	14	Масло порцион\сыр в нарезке	10\10	112,00	0,00	0,00	13,00
Завтрак 2	фрукты	674	Яблоки печеные	75,00	122,00	0,00	0,00	40,00
				635,00	881,00			
Обед	закуска	61	Салат из моркови с ябл.и курагой	100,00	80,00	2,00	3,00	7,00
	гор.блюдо	139	Суп картофельный с горохом	250,00	168,00	6,00	8,00	24,00
	гор.блюдо	293	Птица запечен.	100,00	213,00	12,00	10,00	16,00
	гор.блюдо	54-7г	Рис припущенный	200,00	298,00	3,00	7,00	33,00
	напиток	377	Чай с лимоном	200,00	64,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	2,00	0,00	8,00
				900,00	926,00			
					1807,00			

Школа

МАУ КШП 12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25.г.г.

Отд./корп

День

2.0 вторн.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол.из ман.кр.	250,00	222,00	5,00	8,00	31,00
	кисломол.	14	Масло сливочн.	20,00	154,00	0,00	8,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	2,00	0,00	13,00
	напиток	383	Какао	200,00	187,00	5,00	2,00	31,00
	Бл.из яиц	209	Яйцо вареное	40,00	63,00	5,00	3,00	0,00
Завтрак2	кондит		Кондит.изд-ие	20,00	15,00			
				580,00	744,00			
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	100,00	123,00	2,00	8,00	7,00
	гор.блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250,00	135,00	4,00	5,00	20,00
	гор.блюдо	255	Печень по-строгановски	100,00	254,00	16,00	13,00	14,00
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	200,00	219,00	5,00	7,00	27,00
	напиток	377	Чай с лимоном	200,00	64,00	0,00	0,00	35,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,00	0,00	8,00
				900,00	898,00			
					1642,00			

МАУ КШП 12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25 г. г.

Отд./корп

День

3.0 среда

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол. из пшен.кр.	250,00	340,00	10,00	13,00	41,00
	кисломол.	14	Масло сливочн.	20,00	154,00	0,00	16,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	2,00	0,00	13,00
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200,00	124,00	0,00	0,00	31,00
Завтрак2	фр.свежие		Фрукты свежие	150,00	66,00	0,00	0,00	9,00
				620,00	787,00			
Обед	закуска	45	Салат из б\к капусты	100,00	137,00	2,00	8,00	10,00
	гор.блюдо	138	Суп картофельный с крупой	250,00	133,00	5,00	3,00	15,00
	гор.блюдо	278	Тефтели с соусом томатным	100\50	310,00	26,00	25,00	35,00
	гарнир	54-1г	Макаронны отварные	200,00	276,00	7,00	7,00	39,00
	напиток	648	Кисель витаминизированный	180,00	79,00	1,00	0,00	35,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	13,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,00	0,00	8,00
	кондит.		Кондит.изд-ие	20,00	15,00			
			950,00	1053,00				
				1840,00				

Школа

МАУ КШП 12 лет и старше: Осенне-зимний период 24-25 г.г.

Отд./корп

ЛТО

День

4.0 четв.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-12м	Плов с курицей (Филе)	300,00	472,00	33,00	11,00	40,00
	кисломол.	54-1з	Сыр в нарезке	10,00	35,00	2,00	3,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	2,00	0,00	13,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200,00	60,00	0,00	0,00	12,00
	кондит.		Кондит.изд-ие	30,00	36,00	0,00	0,00	11,00
Завтрак 2				590,00	706,00			
Обед	закуска	61	Салат из морк с ябл и курагой	100,00	93,00	2,00	3,00	8,00
	гор.блюдо	82	Борщ из св. капусты с карт.	250,00	206,00	3,00	4,00	15,00
	гор.блюдо	385	Минтай запеченый	100,00	180,00	11,00	6,00	11,00
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпч.	200,00	312,00	11,00	8,00	48,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200,00	60,00	0,00	0,00	12,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	13,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	2,00	0,00	8,00
					1660,00			

Школа

МАУ КШП 12 лет и старше: Осенне-зимний период 24-25.г.г.

Отд./корп

День

5.0 ПЯТН.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка из творога со сг.мол.	250\40	605,00	18,00	13,00	21,00
	кисломол.	14	Масло сливочное порцион.	10,00	77,00	0,00	8,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	60,00	103,00	2,00	0,00	20,00
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200,00	99,00	0,00	0,00	23,00
				560,00	884,00			
Завтрак 2								
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	100,00	93,00	2,00	5,00	8,00
	гор.блюдо	88	Щи из свежей капусты с картоф.	250,00	200,00	3,00	8,00	18,00
	гор.блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	100,00	204,00	13,00	10,00	16,00
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	180,00	197,00	5,00	10,00	14,00
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200,00	124,00	1,00	0,00	31,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,00	0,00	8,00
				880,00	921,00			
					1805,00			

Школа

МАУ КШПТ12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25г.г.

Отд./корп

День

6.0 понед.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	312,00	11,00	8,00	48,00
	гор.блюдо	293	Птица запечен.	100,00	208,00	13,00	10,00	17,00
	кондит		Кондит.изд-ие	20,00	30,00	0,00	0,00	15,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	2,00	1,00	20,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200,00	60,00	0,00	0,00	12,00
Завтрак2				570,00	713,00			
Обед	закуска	515	Кукуруза консервиров.	100,00	75,00	3,00	0,00	6,00
	гор.блюдо	139	Суп картофельный с горохом	250,00	193,00	8,00	8,00	24,00
	гор.блюдо	268	Котлета рубленая мясная	100,00	203,00	11,00	10,00	16,00
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	200,00	276,00	7,00	7,00	44,00
	напиток	648	Кисель витаминизированный	200,00	88,00	0,00	0,00	35,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,00	0,00	8,00
				900,00	938,00			
					1651,00			

Школа

МАУ КШПТ12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25.г.г.

Отд./корп

День

7.0 вторн.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол.из пшен.кр.	250,00	343,00	8,00	10,00	33,00
	кисломол.	14	Масло сливочное\сыр	20\20	154\70	5,00	5,00	6,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	0,00	0,00	20,00
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200,00	99,00	0,00	0,00	23,00
	кондит.		Кондит.изд-ие	20,00	15,00			
Завтрак2				560,00	784,00			
Обед	закуска	54-133	Свекла из свеклы отварной	100,00	77,00	2,00	5,00	8,00
	гор.блюдо	96	Рассольник ленинградский	250,00	173,00	4,00	5,00	20,00
	гор.блюдо	294	Котлета рубл.из птицы с масл.	100\10	204\77	13,00	11,00	17,00
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	180,00	167,00	4,00	10,00	23,00
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200,00	124,00	0,00	0,00	31,00
	Хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	2,00	0,00	8,00
				890,00	925,00			
					1709,00			

Школа

МАУ КШП 12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25г.г.

Отд./корп

День

8.0 ср.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	198	Бобовые отварные с маслом	200,00	286,00	20,00	8,00	47,00
	гор.блюдо	258	Котлета рубл. мясн.с соусом том	100\50	222,00	13,00	16,00	20,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	2,00	0,00	12,00
	напиток	379	Кофейный напиток	200,00	186,00	2,00	4,00	19,00
	кондит.	2	Повидло	10,00	24,00	0,00	0,00	8,00
			Сок в индивиду. Упаковке	610,00	821,00			
Обед	закуска	61	Салат из морк. с яблоком и курагой	100,00	77,00	2,00	3,00	9,00
	гор.блюдо	54-24с	Суп картофельный с макарон.	250,00	151,00	6,00	3,00	19,00
	гор.блюдо	278	Тефтели с соусом сметанным	100,00	241,00	16,00	17,00	16,00
	гарнир	214	Капуста тушеная	200,00	155,00	4,00	7,00	45,00
	напиток	638	Компот из кураги	200,00	126,00	2,00	0,00	33,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,95	0,30	8,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,40	0,40	12,00
				900,00	853,00			
					1674,00			

Школа

МАУ КШП 12 лет и старше. Осенне-зимний период 24-25г.г.

Отд./корп

День

9.0 чт.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-30	Омлет с морковью	250,00	386,00	7,00	30,00	8,00
	кисломол.	14	Масло сливочное порцион.	20,00	154,00	0,00	16,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	60,00	103,00	0,00	0,00	20,00
	напиток	648	Кисель витаминизированный	200,00	98,00	0,00	0,00	35,00
	кондит.		Кондит.изд-ие	30,00	20,00	0,00	0,00	13,00
Завтрак2				560,00	761,00			
Обед	закуска	54-163	Винегрет овощной	100,00	112,00	2,00	8,00	7,00
	гор.блюдо	82	Борщ из св.кап. с картофелем	250,00	206,00	3,00	5,00	15,00
	гор.блюдо	293	Птица запечен.	100,00	209,00	13,00	10,00	17,00
	гарнир	54-7г	Рис припущенный	200,00	298,00	5,00	7,00	33,00
	напиток	376	Чай с сахаром	200,00	60,00	0,00	0,00	12,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	13,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	2,00	0,00	8,00
				900,00	988,00			
					1749,00			

