Школа	МБОУ СОШ № 11	Отд./корп		День	13.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром.	Икра кабачковая	60	19,20	46,8	0,72	2,82	4,62
	1 блюдо	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	24,01	119,6	5,16	2,78	18,5
	2 блюдо	54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	180	34,42	305,46	18,89	19,71	11,88
	гарнир								
	напиток	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	10,74	91,5	0,15	0,14	9,93
	хлеб бел.	пром.	Хлеб пшеничный	50	4,60	137	3,33	2,26	24,77
	хлеб черн.	пром.	Хлеб ржаной	20	1,88	51,8	1,7	0,66	8,5

Школа	МБОУ СОШ № 11	Отд./корп		День	14.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-7з	Салат из белокачанной капусты	60	8,29	85,7	1,6	6,1	6,2
	1 блюдо	54-3с	Рассольник Ленинградский	200	31,27	125,52	4,74	5,8	13,62
	2 блюдо	54-3р	Котлета рыбная (минтай)	90	43,94	102,78	12,78	2,34	7,74
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150	27,49	139,4	3,2	5,2	19,8
	напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	7,54	98	0,5	0	19,8
	хлеб бел.	пром.	Хлеб пшеничный	50	4,60	137	3,33	2,26	24,77
	хлеб черн.	пром.	Хлеб ржаной	20	1,88	51,8	1,7	0,66	8,5
		54-1соус	Соус сметанный	20	6,68	18,58	0,30	1,64	0,64

Школа	МБОУ СОШ № 11	Отд./корп		День	15.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром.	Огурцы соленые	60	25,11	27,8	0,48	0,06	1,02
	1 блюдо	54-18с	Свекольник со сметаной	200	27,32	158,3	1,8	4,28	10,66
	2 блюдо	54-12м	Плов с курицей	180	40,74	283,14	21,54	7,29	29,88
	гарнир								
	напиток	пром.	Бионапиток ягодный	200	15,59	100,38	0,42	0,08	25,18
	хлеб бел.	пром.	Хлеб пшеничный	50	4,60	137	3,33	2,26	24,77
	хлеб черн.	пром.	Хлеб ржаной	20	1,88	51,8	1,7	0,66	8,5

Школа	МБОУ СОШ № 11	Отд./корп		День	16.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	60	5,53	45,6	0,8	2,7	4,6
	1 блюдо	54-8с	Суп гороховый	200	21,80	133,14	6,68	4,6	16,28
	2 блюдо	54-18м	Печень говяжья по-строгановски	90	55,19	212,85	15,07	14,14	5,95
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,38	233,7	8,3	6,3	36
	напиток	54-3хн	Компот из чернослива	200	14,24	81,3	0,5	0,2	19,5
	хлеб бел.	пром.	Хлеб пшеничный	50	4,60	137	3,33	2,26	24,77
	хлеб черн.	пром.	Хлеб ржаной	20	1,88	51,8	1,7	0,66	8,5

Школа	МБОУ СОШ № 11	Отд./корп		День	17.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-20з	Горошек зеленый	60	26,04	22,1	1,7	0,1	3,5
	1 блюдо	54-12с	Суп с рыбными консервами	200	34,01	115,66	7,9	3,84	12,44
	2 блюдо	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	90	62,28	199,65	13,05	13,2	7,2
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	15,16	196,8	5,4	4,9	32,8
	напиток	54-33хн	Напиток апельсиновый	200	9,88	33	0,2	0	8
	хлеб бел.	пром.	Хлеб пшеничный	50	4,60	137	3,33	2,26	24,77
	хлеб черн.	пром.	Хлеб ржаной	20	1,88	51,8	1,7	0,66	8,5
		54-5соус	Соус молочный натуральный	20	5,22	23,84	0,72	1,48	1,92