

Школа №22/2 ОБЗ 5-11 класс

Отд./корп

День 22.09.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|------------|--------|--------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
|            |            |        | завтрак                                    |          |        |              |       |       |          |
| Завтрак    | прочие     |        | Баранка сдобная                            | 40       | 5,63   | 2.8          | 0.07  | 0.06  | 0.48     |
|            | Гор.блюда  | 99     | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 300      | 17,13  | 356.4        | 11.15 | 11.02 | 52.9     |
|            | Гор.напитк | 267    | Чай с молоком                              | 200      | 7,24   | 96           | 2.72  | 2.3   | 18.7     |
|            |            |        |                                            |          | 30,00  | 455          | 14    | 13    | 72       |
|            |            |        | Обед                                       |          |        |              |       |       |          |
| Обед       | Закуска    | 66     | Салат картофельный с огурцом и луком       | 100      | 12,91  | 160          | 2.83  | 8.83  | 17.5     |
|            | 1блюдо     | 142    | Щи из св.капусты с картоф со сметаной      | 250      | 16,06  | 83           | 1.75  | 5     | 7.78     |
|            | 2блюдо     | разр   | Котлета "Рябушка "                         | 100      | 50,75  | 229          | 13    | 14    | 12       |
|            | гарнир     | 263    | Каша гречневая вязкая                      | 180      | 12,73  | 303.6        | 10.26 | 9.42  | 44.4     |
|            | сладкое    | разр   | Напиток лимонный                           | 200      | 7,48   | 60           | 0.1   | 0     | 15       |
|            | хлеббел.   | 108    | Хлеб пшеничный                             | 20       | 1,47   | 47.2         | 1.52  | 0.16  | 9.84     |
|            | хлебчерн.  | 110    | Хлеб Дарницкий                             | 20       | 1,49   | 36           | 1.32  | 0.24  | 6.8      |
|            |            |        |                                            |          | 102,89 | 919          | 31    | 38    | 113      |
| ИТОГО      |            |        |                                            |          | 132,89 |              |       |       |          |

Руководитель

Морозова О.А.

Зав.производством

Оборина Е.В.

Калькулятор

Благиных О.И.

Школа №22/2 Абонементы

Отд./корп

День 22.09.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|------------|--------|--------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
|            |            |        | Комплекс 1 - 30,00 руб                     |          |        |              |       |       |          |
| Компле     | 1блюдо     | 142    | Щи из св.капусты с картоф со сметаной      | 250      | 17,42  | 83           | 1.75  | 5     | 7.78     |
|            | сладкое    | разр   | Напиток лимонный                           | 200      | 7,48   | 60           | 0.1   | 0     | 15       |
|            | хлеббел.   | 108    | Хлеб пшеничный                             | 35       | 2,56   | 82.6         | 2.66  | 0.28  | 17.22    |
|            | хлебчерн.  | 110    | Хлеб Дарницкий                             | 35       | 2,54   | 63           | 2.31  | 0.42  | 11.9     |
|            |            |        |                                            |          | 30,00  | 289          | 7     | 6     | 52       |
|            |            |        | Комплекс 2 - 35,00 руб                     |          |        |              |       |       |          |
| Компле     | прочие     |        | Баранка сдобная                            | 40       | 5,63   | 2.8          | 0.07  | 0.06  | 0.48     |
|            | Гор.блюда  | 99     | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 300      | 22,13  | 356.4        | 11.15 | 11.02 | 52.9     |
|            | Гор.напитк | 267    | Чай с молоком                              | 200      | 7,24   | 96           | 2.72  | 2.3   | 18.7     |
|            |            |        |                                            |          | 35,00  | 455          | 14    | 13    | 72       |
|            |            |        | Комплекс 3 - 95,00 руб                     |          |        |              |       |       |          |
| Компле     | Закуска    | 66     | Салат картофельный с огурцом и луком       | 70       | 10,15  | 112          | 1.98  | 6.18  | 12.25    |
|            | 1блюдо     | 142    | Щи из св.капусты с картоф со сметаной      | 200      | 14,07  | 66.4         | 1.4   | 4     | 6.22     |
|            | 2блюдо     | разр   | Котлета "Рябушка"                          | 90       | 45,68  | 206.1        | 11.7  | 12.6  | 10.8     |
|            | гарнир     | 263    | Каша гречневая вязкая                      | 180      | 13,26  | 303.6        | 10.26 | 9.42  | 44.4     |
|            | сладкое    | разр   | Напиток лимонный                           | 200      | 7,48   | 60           | 0.1   | 0     | 15       |
|            | хлеббел.   | 108    | Хлеб пшеничный                             | 30       | 2,20   | 85.2         | 2.74  | 0.29  | 17.71    |
|            | хлебчерн.  | 110    | Хлеб Дарницкий                             | 30       | 2,16   | 54           | 1.98  | 0.36  | 10.2     |
|            |            |        |                                            |          | 95,00  | 887          | 30    | 33    | 117      |
|            |            |        | Комплекс 4 - 100,00 руб                    |          |        |              |       |       |          |
| Компле     | Закуска    | 66     | Салат картофельный с огурцом и луком       | 50       | 6,71   | 80           | 1.42  | 4.42  | 8.75     |
|            | 2блюдо     | разр   | Котлета "Рябушка"                          | 90       | 45,68  | 206.1        | 11.7  | 12.6  | 10.8     |
|            | гарнир     | 263    | Каша гречневая вязкая                      | 170      | 12,44  | 286.73       | 9.69  | 8.9   | 41.93    |
|            | сладкое    | разр   | Напиток лимонный                           | 200      | 7,48   | 60           | 0.1   | 0     | 15       |
|            | фрукты     | 112    | Яблоко свежее                              | 150      | 24,75  | 47           | 0.4   | 0.4   | 9.8      |
|            | хлеббел.   | 108    | Хлеб пшеничный                             | 20       | 1,47   | 47.2         | 1.52  | 0.16  | 9.84     |
|            | хлебчерн.  | 110    | Хлеб Дарницкий                             | 20       | 1,47   | 36           | 1.32  | 0.24  | 6.8      |
|            |            |        |                                            |          | 100,00 | 763          | 26    | 27    | 103      |
| ИТОГО      |            |        |                                            |          |        |              |       |       |          |

Руководитель

Морозова О.А.

Зав.производством

Оборина Е.В.

Калькулятор

Благиных О.И.

Школа №22/2 ОБЗ 1-4 класс

Отд./корп

День 22.09.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|--------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
|            |            |        | завтрак                                    |          |        |              |       |      |          |
| Завтрак    | прочие     |        | Баранка сдобная                            | 40       | 5,63   | 2.8          | 0.07  | 0.06 | 0.48     |
|            | Гор.блюда  | 99     | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 260      | 17,13  | 308.88       | 9.66  | 9.55 | 45.84    |
|            | Гор.напитк | 267    | Чай с молоком                              | 200      | 7,24   | 96           | 2.72  | 2.3  | 18.7     |
|            |            |        |                                            |          | 30,00  | 408          | 12    | 12   | 65       |
|            |            |        | Обед                                       |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | Закуска    | 66     | Салат картофельный с огурцом и луком       | 60       | 8,68   | 96           | 1.7   | 5.3  | 10.5     |
|            | 1блюдо     | 142    | Щи из св.капусты с картоф со сметаной      | 200      | 14,07  | 66.4         | 1.4   | 4    | 6.22     |
|            | 2блюдо     | разр   | Котлета "Рябушка "                         | 90       | 45,68  | 206.1        | 11.7  | 12.6 | 10.8     |
|            | гарнир     | 263    | Каша гречневая вязкая                      | 150      | 11,45  | 253          | 8.55  | 7.85 | 37       |
|            | сладкое    | разр   | Напиток лимонный                           | 200      | 7,48   | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | хлеббел.   | 108    | Хлеб пшеничный                             | 30       | 2,20   | 70.8         | 2.28  | 0.24 | 14.76    |
|            | хлебчерн.  | 110    | Хлеб Дарницкий                             | 30       | 2,20   | 54           | 1.98  | 0.36 | 10.2     |
|            |            |        |                                            |          | 91,76  | 806          | 28    | 30   | 104      |
| ИТОГО      |            |        |                                            |          | 121,76 |              |       |      |          |

Руководитель

Морозова О.А.

Зав. производством

Оборина Е.В.

Калькулятор

Благодатных О.И.

Школа №22/2 б/обед 5-11 класс

Отд./корп

День 22.09.2023

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|---------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
|            |           |        | Обед                                  |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | Закуска   | 66     | Салат картофельный с огурцом и луком  | 100      | 12,91  | 160          | 2.83  | 8.83 | 17.5     |
|            | 1блюдо    | 142    | Щи из св.капусты с картоф со сметаной | 250      | 16,06  | 83           | 1.75  | 5    | 7.78     |
|            | 2блюдо    | разр   | Котлета "Рябушка "                    | 100      | 50,75  | 229          | 13    | 14   | 12       |
|            | гарнир    | 263    | Каша гречневая вязкая                 | 180      | 12,73  | 303.6        | 10.26 | 9.42 | 44.4     |
|            | сладкое   | разр   | Напиток лимонный                      | 200      | 7,48   | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | хлеббел.  | 108    | Хлеб пшеничный                        | 20       | 1,47   | 47.2         | 1.52  | 0.16 | 9.84     |
|            | хлебчерн. | 110    | Хлеб Дарницкий                        | 20       | 1,49   | 36           | 1.32  | 0.24 | 6.8      |
|            |           |        |                                       |          | 102,89 | 919          | 31    | 38   | 113      |
| ИТОГО      |           |        |                                       |          | 102,89 |              |       |      |          |

Руководитель

Морозова О.А.

Зав.производством

Оборина Е.В.

Калькулятор

Благиных О.И.

Школа №22/2 6/обед 1-4 класс

Отд./корп

День 22.09.2023

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            |           |        | Обед                                  |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак    | прочие    |        | Баранка сдобная                       | 40       | 5,63  | 2.8          | 0.07  | 0.06 | 0.48     |
|            | 2блюдо    | разр   | Котлета "Рябушка "                    | 90       | 45,68 | 206.1        | 11.7  | 12.6 | 10.8     |
|            | гарнир    | 263    | Каша гречневая вязкая                 | 150      | 11,45 | 253          | 8.55  | 7.85 | 37       |
|            | сладкое   | разр   | Напиток лимонный                      | 200      | 7,48  | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | сладкое   |        | Сок фруктовый 1/200                   | 200      | 19,69 | 96           | 0     | 0    | 24       |
|            | хлеббел.  | 108    | Хлеб пшеничный                        | 25       | 1,83  | 71           | 2.28  | 0.24 | 14.76    |
|            |           |        |                                       |          | 91,76 | 689          | 23    | 21   | 102      |
|            |           |        | Обед                                  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | Закуска   | 66     | Салат картофельный с огурцом и луком  | 60       | 8,68  | 96           | 1.7   | 5.3  | 10.5     |
|            | 1блюдо    | 142    | Щи из св.капусты с картоф со сметаной | 200      | 14,07 | 66.4         | 1.4   | 4    | 6.22     |
|            | 2блюдо    | разр   | Котлета "Рябушка "                    | 90       | 45,68 | 206.1        | 11.7  | 12.6 | 10.8     |
|            | гарнир    | 263    | Каша гречневая вязкая                 | 150      | 11,45 | 253          | 8.55  | 7.85 | 37       |
|            | сладкое   | разр   | Напиток лимонный                      | 200      | 7,48  | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | хлеббел.  | 108    | Хлеб пшеничный                        | 30       | 2,20  | 70.8         | 2.28  | 0.24 | 14.76    |
|            | хлебчерн. | 110    | Хлеб Дарницкий                        | 30       | 2,20  | 54           | 1.98  | 0.36 | 10.2     |
|            |           |        |                                       |          | 91,76 | 806          | 28    | 30   | 104      |
| ИТОГО      |           |        |                                       |          |       |              |       |      |          |

Руководитель

Морозова О.А.

Зав.производством

Оборина Е.В.

Калькулятор

Благиных О.И.