Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай	Отд./корп	День	01,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	125	Творожно - морковная запеканка с изюмом с повидлом	180\20	389,16	15,57	10,54	33,82
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,78	4,32	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135,00	3,78	4,32	21,27
	Сладкое.		Печенье	33	111,37	2,03	2,74	11,05
Обед	закуска	10	Салат из моркови и яблок	50	64	0,45	5,07	4,11
	1 блюдо	36	Суп овощной с мясом со сметаной	250\11	114,37	5,45	4,72	19,33
	2 блюдо	171	Биточки с подливом	50	126,25	7,62	8,37	4,10
	гарнир	111	Макароны отварные	140	242,46	4,9	7,3	37,23
	сладкое	255	Компот из кураги	150	48,52	0,24	----	12,58
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай	Отд./корп	День	02,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	99	Каша пшенная молочная с маслом	175\4	245,00	6,0	8,0	36,0
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135,00	3,78	4,32	21,27
	хлеб		Булочка	40	57,9	1,6	0,25	14,94
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	40	57,9	1,6	0,25	14,94
			Сыр порционный	10	35,7	2,7		2,75
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор. напиток	265	Чай с молоком	150	135,00	3,78	4,32	21,27
Обед	закуска		Салат из яйца, кукурузы и лука	50	80,07	0,49	5,63	5,15
	1 блюдо	59	Борщ с мясом со сметаной	250\11	209,75	4,35	11,47	24,43
	2 блюдо	154	Рыба запеченная с овощами	70	81,36	9,93	2,78	4,7
	гарнир	216	Картофельное пюре	120	172,8	3,0	5,00	27,00
	сладкое	255	Компот из кураги	150	169,8	0,67	----	28,38
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай	Отд./корп	День	03,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	125	Зразы творожные с изюмом с повидлом	140/20	354,26	16,66	10,19	22,18
	гор.напиток	243	Какао	208	187	5,2	6,03	29,53
	хлеб		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
Завтрак 2	хлеб бел.		Булочка	40	57,9	1,6	0,25	14,94
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	200	180,00	5,04	5,76	28,36
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30
Обед	закуска	20	Салат из красной свеклы с с черносливом	50	80,07	0,49	5,63	5,15
	1 блюдо	38	Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной	250\10	178,44	11,57	3,61	30,3
	2 блюдо	162	Гуляш	50/30	139,32	17,44	15,05	6,6
	гарнир	111	Рожки отварные	120	172,8	5,15	4,02	22,8
	сладкое	255	Компот из чернослива	200	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай	Отд./корп	День	07,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	100	Каша геркулесовая молочная с маслом	175 \4	269,4	8,46	11,28	38,91
	гор.напиток	265	Чай	150	58,09	0,15		15,69
	Хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	4	29,36	0,016	2,31	0,02
Завтрак 2	Хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Сыр порционный	10	35,7	2,7	8,25	-
		243	Какао	150	135	3,78	4,32	21,27
Обед	закуска	6	Салат из свежей капусты с яблоками	50	57,03	0,6	4,6	1,86
	1 блюдо	64	Суп картофельный с рыбными консервами.	250	146,86	11	3,42	5,58
	2 блюдо	158	Бефстроганово	40	130,8	6,2	7,9	0,59
	гарнир	110	Запеканка вермишелевая	120/4	193,04	4,19	15,34	45,54
	сладкое	255	Компот из изюма	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай	Отд./корп	День	08,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	125	Пудинг из творога с рисом с повидлом	150/20	235,00	7,07	8,37	38,45
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
	хлеб		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	5	36,7	0,01	3,62	0,02
Завтрак 2	хлеб		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	5	36,7	0,01	3,62	0,02
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135	3,78	4,32	21,27
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30
Обед	закуска	20	Салат из красной свеклы с изюмом	50	63,36	0,72	5,9	4,45
	1 блюдо	38	Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной	250\11	178,44	11,57	3,61	30,3
	2 блюдо	192	Куры отварные	40	265,22	17,34	19,36	5,39
	гарнир	213	Картофель запеченный в духовке	120	309,41	4,09	16,74	35,40
	сладкое	255	Компот из изюма	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай	Отд./корп	День	09,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	45	Суп лапша молочная с маслом	200/4	154,62	4,61	5,45	16,01
	гор.напиток	247	Кисель	150	48,52	0,24		12,58
	булочка		Булочка	40	57,9	1,6	0,25	14,94
			Масло порционное	4	36,7	0,02	3,62	0,025
Завтрак 2	хлеб бел		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Сыр порционный	10	35,7	2,7	8,25	
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
			Пряник	70	145,37	13,78	3,57	14,43
Обед	закуска	48	Салат из моркови и кукурузы	50	63,36	0,72	5,9	4,45
	1 блюдо	53	Щи из капусты с мясом со сметаной	250\11	178,44	11,57	3,61	30,3
	2 блюдо	196	Каша гречневая с мясом	180	277,84	14,75	14,31	35,30
	гарнир							
	сладкое	255	Компот из чернослива	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай	Отд./корп	День	10,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	132	Лапшевник с творогом со сгущенным молоком.	160/20	310,78	8,62	10,09	41,59
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135	3,75	4,35	21,3
	хлеб		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	4	36,7	0,02	3,62	0,025
Завтрак 2	хлеб		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Сыр порционный	10	35,75	4,8	2,75	
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
			Масло порционное	5	36,7	0,01	3,62	0,02
Обед	закуска		Помидор соленый	50	6,8	--	--	1,7
	1 блюдо	42	Суп картофельный с рыбой.	250	142,48	5,18	6,84	15,32
	2 блюдо	160	Ленивые голубцы с подливом	60	79,65	4,92	5,01	3,69
	гарнир	216	Картофельное пюре	120	281,90	3,99	9,69	32,29
	сладкое	255	Компот из чернослива	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай	Отд./корп	День	13.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	117	Омлет с маслом	140\5	261,52	12,63	11,72	2,03
	гор.напиток	183	Кисель	150	48,52	0,24		12,58
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	5	36,7	0,01	3,62	0,02
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
Обед	закуска		Салат из яйца с кукурузой	50	64	0,45	5,07	4,11
	1 блюдо	39	Суп лапша с мясом кур со сметаной	250\11	202,15	7,61	4,72	25,84
	2 блюдо	181	Тефтели	50	99,88	11,70	4,94	3,76
	гарнир	216	Картофельное пюре	140	190,40	3,08	4,43	25,12
	сладкое	255	Компот из изюма	150	48,52	0,24	----	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай	Отд./корп	День	14,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	94	Каша пшенная молочная с маслом с изюмом	150\4	194,15	5,30	6,75	28,44
	гор.напиток	265	Чай с лимоном	150	58,09	0,15		15,69
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
			Масло порционное	5	36,70	0,02	3,62	0,025
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135,00	3,78	4,32	21,27
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30
Обед	закуска		Огурец соленый	50	12	___	__	3,0
	1 блюдо	43	Суп гречневый с мясом кур	250\35	209,75	4,35	11,47	24,43
	2 блюдо	296	Оладьи со сгущенным молоком	100\20	285,14	6,05	5,58	52,66
	гарнир							
	сладкое	255	Компот из чернослива	150	169,8	0,67	----	28,38
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							

Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай	Отд./корп	День	15,11,2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	125	Зразы творожные с изюмом с повидлом	150\20	339,28	13,57	9,19	31,22
	гор.напиток	265	Чай с лимоном	150	58,09	0,15		15,69
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
			Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
			Яйцо варенное	1	104	13,1	11,5	0,9
Обед	закуска	10	Салат из моркови и яблок	50	64	0,45	5,07	4,11
	1 блюдо	36	Суп овощной с мясом со сметаной	250\11	172,77	6,48	4,72	19,33
	2 блюдо	171	Биточки с подливом	50\15	127,67	7,71	8,46	4,14
	гарнир	111	Макароны отварные	140	242,46	4,9	7,3	37,23
	сладкое	255	Компот из кураги	150	48,52	0,24	----	12,58
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	хлеб черн.							