

Школа	ГБОУ школа-интернат с.Малый Толкай			Отд./корп	День			05,04,2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	125	Зразы творожные с изюмом со сгущенным молоком.	150/20	294,44	8,17	9,57	43,91	
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3	
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39	
	масло		Масло порционное	5	36,70	0,02	3,62	0,025	
						533,64	14,60	17,85	82,63
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
	гор.напиток	265	Чай с сахаром	150	135,00	3,78	4,32	21,27	
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30	
						275,86	9,05	11,02	38,98
Обед	закуска	20	Салат из красной свеклы с черносливом	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		Гуляш	30/20	94,13	11,78	10,17	4,46	
	гарнир	111	Рожки отварные	120	172,8	5,15	4,02	22,8	
	сладкое	255	Компот из кураги	150	169,8	0,67	----	28,38	
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94	
	хлеб черн.					755,73	32,01	24,02	106,33
Полдник	сладкое		Яблоко	140	79,56	0,34	---	10,55	
	сок		Сок фруктовый	200	226,4	1,1	---	37,84	
						305,96	1,44	---	48,39
Ужин	закуска		Икра кабачковая	50	54,0	-----	3,78	3,78	
	2 блюдо	154	Рыба запеченная с овощами	50	89,93	7,85	5,22	2,89	
	гарнир	83	Овощное рагу с мясом	130	113,31	3,65	4,20	17,50	
	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		Масло порционное	5	36,70	0,02	3,62	0,025	
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71	
						491,23	17,15	20,47	58,54
						2362,42	74,65	73,36	334,87

Школа

ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай

Отд./корп

День

09,04,2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	106	Омлет с маслом	140\4	184,04	5,28	6,99	24,26	
	гор.напиток	261	Чай	150	58,13	0,12	-----	11,71	
	хлеб бел.		Булочка	40	206,3	7,85	6,12	8,12	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
						477,83	13,26	16,00	44,11
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39	
	сыр		Сыр порционный	10	35,75	4,8	2,75	-	
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3	
	сладкое		Печенье	50	91,13	1,66	2,25	9,05	
						329,38	12,87	9,66	47,74
Обед	закуска		Зеленый горошек	50	60,9	0,58	4,74	3,56	
	1 блюдо	35	Суп рисовый с мясом со сметаной	250\6	105,54	4,30	8,16	12,80	
	2 блюдо	273	Блины со сметанным соусом	120\15	257,04	4,19	7,34	45,54	
	гарнир								
	сладкое	255	Компот из чернослива	150	48,52	0,24	---	12,58	
	хлеб бел.		Хлеб	45	77,2	2,13	0,33	15,94	
						549,20	11,44	20,57	90,42
Полдник	фрукты		Яблоко	100	47,42	0,23	-----	7,29	
	сок		Сок фруктовый	200	226,4	1,1	---	37,84	
						273,82	1,33	45,13	
Ужин	закуска		Соленый огурец	50	14,00	-----	-----	3,50	
	2 блюдо	83	Овощное рагу с мясом	140	188,93	2,72	6,08	29,54	
		154	Рыба запеченная с овощами	45	140,39	8,67	4,09	2,92	
	гор.напиток	261	Чай с сахаром	150	135	3,78	4,32	21,27	
	хлеб бел.		Хлеб	45	77,2	2,13	0,33	15,94	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71	
						646,88	20,67	21,04	75,90
						2277,11	59,57	67,27	303,30

Школа

ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай

Отд./корп

День

10,04,2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	125	Творожно – морковная запеканка со сгущенным молоком.	150\20	183,67	7,06	8,27	37,95	
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3	
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
	сыр		Сыр порционный	10	35,75	4,8	2,75	---	
						451,28	18,28	18,57	82,07
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39	
	масло		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	
						231,86	6,45	7,52	38,68
Обед	закуска	20	Салат из свеклы с черносливом	50	60,9	0,58	4,74	3,56	
	1 блюдо	58	Щи с мясом со сметаной	250\11	113,04	3,95	4,45	13,44	
	2 блюдо	174	Плов с мясом	170	260,23	14,58	13,90	34,72	
	гарнир								
	напиток	255	Компот из изюма	150	48,52	0,24	---	12,58	
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94	
						559,89	21,47	23,41	80,24
Полдник	фрукты		Яблоко	100	47,42	0,23	-----	7,29	
	сок		Сок фруктовый	200	226,4	1,1	---	37,84	
						273,82	1,33	45,13	
Ужин	закуска		Салат из свежей капусты с яблоком	50	60,9	0,58	4,74	3,56	
	2 блюдо	163	Картофель тушеный с мясом	150	197,52	13,52	12,87	28,51	
	гор.напиток	270	Чай с сахаром	150	135	3,78	4,32	21,27	
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
						499,98	20,01	25,14	69,30
						2016,83	67,54	74,64	315,42

Школа

ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай

Отд./корп

День

11,04,2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	125	Каша пшеничная молочная с маслом	175/4	266,15	8,10	9,48	43,55	
	гор.напиток	271	Чай с сахаром	150	135	3,78	---	21,27	
	хлеб бел.		Булочка	40	96,5	2,66	0,42	19,93	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
						527,01	14,55	12,79	84,77
Завтрак 2	хлеб бел.		Булочка плюшка	40	96,5	2,66	0,42	19,93	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
	гор.напиток	183	Кисель	150	64,70	0,32		16,78	
						190,56	2,99	3,31	36,73
Обед	закуска		Салат из лука	50/5	60,9	0,58	4,74	3,56	
	1 блюдо	59	Борщ с мясом со сметаной	250/11	202,15	7,57	4,77	25,84	
	2 блюдо	216	Рыба запеченная в омлете	60	96,17	8,7	4,81	3,31	
	гарнир	148	Макароны отварные с маслом	120	207,83	4,21	6,24	31,90	
	напиток	255	Компот из кураги	150	48,52	0,24	---	12,58	
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94	
						567,05	24,87	21,69	93,68
Полдник	фрукты		Яблоко	100	47,42	0,23	-----	7,29	
	сок		Сок фруктовый	200	226,4	1,1	---	37,84	
						273,82	1,33	45,13	
Ужин	закуска		Помидор соленый	50	6,8	-	-	1,7	
	2 блюдо	216	Картофельное пюре с маслом	120	234,91	3,32	8,08	26,91	
		120	Котлета	50	119,84	12,67	8,94	6,53	
	гор.напиток	270	Чай	150	58,13	0,15	-----	21,27	
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94	
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019	
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71	
						588,24	21,63	23,56	75,08
						2146,68	65,37	61,35	335,39

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай			Отд./корп	День			12,04,2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	124	Запеканка из творога с изюмом с повидлом	140/20	209,91	8,07	9,44	43,36
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135,00	3,78	4,32	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
Завтрак 2					441,77	14,52	16,96	82,04
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
	сладкое		Печенье	50	45,57	0,83	1,13	4,53
					277,43	7,25	8,68	43,24
Обед	закуска		Помидор соленый	50	6,8	-	-	1,7
	1 блюдо	38	Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной	250\11	178,44	11,57	3,61	30,3
	2 блюдо	163	Картофель тушеный с мясом	170	164,78	11,31	9,52	19,46
	гарнир							
	напиток	255	Компот из кураги	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
					475,74	25,24	13,45	79,98
Полдник	фрукты		Апельсин	100	59,67	0,26	-----	8,17
	сок		Сок фруктовый	200	226,4	1,1	---	37,84
	пюре		Пюре детское фруктовое	90	50	1	-----	12,5
					336,07	2,36	---	58,51
Ужин	закуска		Салат из свежей капусты с луком	50	53,04	0,66	5,04	2,34
	2 блюдо	148	Рыба тушеная с овощами	50	163,62	5,70	8,19	4,59
	гарнир	196	Каша перловая с мясом	120	215,46	11,44	11,09	27,29
	гор.напиток	270	Чай с лимоном	150	58,13	0,15	-----	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71
					658,81	23,44	30,86	74,16
				2189,82	72,81	69,95	337,93	

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай			Отд./корп	День			15,04,2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	45	Суп лапша молочная с маслом	200\4	303,19	9,00	10,64	31,63
	гор.напиток	183	Кисель	150	64,70	0,32		16,78
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	пюре		Пюре детское фруктовое	90	50	1	-----	12,5
						514,75	12,99	13,84
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
	сыр		Сыр порционный	12	35,75	4,8	2,75	---
						267,61	11,22	10,30
Обед	закуска		Салат из красной свеклы с черносливом	50	60,9	0,53	4,74	3,56
	1 блюдо	58	Щи с мясом со сметаной	250/11	172,77	6,48	4,72	19,33
	2 блюдо	181	Тефтели	65	79,90	9,36	3,95	3,01
	гарнир	216	Картофельное пюре	120	265,20	4,30	6,18	37,91
	напиток	255	Компот из изюма	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
						704,49	23,03	19,91
Полдник	фрукты		Апельсин	115	59,67	0,26	-----	8,17
	сок		Сок фруктовый	200	226,40	1,1	---	37,84
						286,07	1,36	---
Ужин	закуска		Салат из лука с зеленым горошком	50	60,9	0,53	4,74	3,56
	2 блюдо	216	Рыба запеченная с овощами в омлете	57	89,99	9,93	7,24	11,20
	гарнир	196	Каша перловая с подливом	120/30	175,95	3,79	12,05	27,84
	гор.напиток	265	Чай с сахаром	150	58,13	0,15	-----	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
			Кефир	100	62	3,36	3,33	2,71
						553,53	19,89	30,57
					2326,45	68,47	74,62	337,91

Школа

ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай

Отд./корп

День

16,04,2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	44	Суп рисовый молочный с маслом	200\4	192,88	12,0	17,0	66,68
	гор.напиток	265	Чай	150	135	3,78	---	21,27
	хлеб бел.		Булочка	40	96,5	2,66	0,42	19,93
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
						453,74	18,45	20,31
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	сыр		Сыр порционный	12	35,75	4,8	2,75	---
	гор.напиток	258	Кофейный напиток	150	135,00	3,78	4,32	21,27
						238,25	11,24	7,38
Обед	закуска		Салат из свежей капусты с кукурузой	50/5	60,9	0,58	4,74	3,56
	1 блюдо	37	Суп гороховый с мясом	250	227,26	12,72	4,9	31,83
	2 блюдо	170	Котлета с подливом	40/15	88,9	10,42	4,52	3,35
	гарнир	11	Вермишель отварная с маслом	120/4	154,63	3,37	4,5	13,52
	напиток	255	Компот из чернослива	150	48,52	0,24	---	12,58
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
						657,41	29,45	18,98
Полдник	фрукты		Яблоко	100	49,72	0,22	-----	6,81
	сок		Сок фруктовый	200	226,40	1,1	---	37,84
						276,12	1,32	44,65
	закуска		Икра кабачковая	50	54,0	-----	3,78	3,78
	2 блюдо	163	Картофель тушеный с мясом	120	138,80	10,40	8,66	17,72
	гарнир							
	гор.напиток	265	Чай	150	135	3,78	---	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71
						496,36	19,67	20,43
					1964,05	91,15	67,10	336,38

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	124	Запеканка морковная с творогом с изюмом повидлом.	140\20	166,66	9,43	5,69	17,96
	гор.напиток	265	Чай	150	135	3,78	---	21,27
	хлеб бел.		Булочка	40	96,5	2,66	0,42	19,93
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	пюре		Пюре детское фруктовое	90	50	1	-----	12,5
					477,52	16,88	9,00	71,68
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
						275,86	9,02	11,05
Обед	закуска	3	Салат из моркови и яблок	50	30,35	0,45	5,08	3,12
	1 блюдо	36	Суп овощной с мясом со сметаной	250\11	156,78	7,7	3,95	19,33
	2 блюдо	158	Бефстроганово	40	111,46	13,95	12,04	5,28
	гарнир	216	Картофельное пюре	130	289,31	4,69	4,56	25,84
	напиток	183	Кисель	150	64,70	0,32		16,78
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	77,2	2,12	0,32	15,94
						729,80	29,23	25,95
Полдник	фрукты		Яблоко	100	49,72	0,22	-----	6,81
	сок		Сок фруктовый	200	226,40	1,1	---	37,84
						276,12	1,32	44,65
Ужин	закуска		Салат из лука	50	60,9	0,53	4,74	3,56
	2 блюдо	154	Рыба запеченная с овощами	60	118,74	4,95	0,87	6,53
	гарнир	163	Каша гречневая с мясом с маслом	140	175,37	2,77	5,25	31,55
	гор.напиток	265	Чай с сахаром	150	135	3,78	---	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019
			Йогурт	100	124	6,72	6,66	5,42
						720,57	20,88	20,73
					2479,87	77,13	66,73	325,92

Школа	ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай			Отд./корп	День	18.04,2024				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	93	Каша дружба молочная с маслом	185/3	221,12	6,00	7,64	32,18		
	гор.напиток	183	Кисель	150	64,70	0,32		16,78		
	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39		
	масло		Масло порционное	4	29,36	0,01	2,89	0,019		
	яйцо		Яйцо вареное	1шт	104,0	13,1	11,5	0,9		
						486,68	22,09	22,34	67,27	
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39		
	масло		Масло порционное	5	36,7	0,02	3,62	0,025		
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3		
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30		
						283,20	9,06	11,75	38,99	
Обед	закуска		Салат из лука с зеленым горошком	50	60,9	0,58	4,74	3,56		
	1 блюдо	42	Уха из филе минтая	250	96,85	11,00	3,42	5,3		
	2 блюдо	296	Оладьи с повидлом	100\20	330,47	7,02	6,47	61,04		
	гарнир									
	напиток	255	Компот из изюма	150	169,8	0,67	----	28,38		
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,13	0,33	19,92		
						735,22	21,40	14,96	118,20	
Полдник	фрукты		Яблоко	100	49,72	0,22	-----	6,81		
	сок		Сок фруктовый	200	226,40	1,1	---	37,84		
					276,12	1,32	---	44,65		
Ужин	закуска		Салат из яйца, лука, и кукурузы	50	60,9	0,58	4,74	3,56		
	2 блюдо	154	Жаркое по домашнему с мясом кур	160	171,50	11,77	9,9	20,25		
	гор.напиток	265	Чай с сахаром шиповником	150	135	3,78	---	21,27		
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,13	0,33	19,92		
	масло		Масло порционное	5	36,7	0,02	3,62	0,025		
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71		
						543,30	21,64	21,92	67,74	
						2324,52	75,51	70,97	336,85	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	128	Зразы творожные с изюмом со сгущенным молоком	140\20	354,26	16,66	10,19	22,19
	гор.напиток	265	Чай с лимоном	150	77,5	0,20	---	20,00
	хлеб бел.		Булочка	40	199,80	4,25	2,90	39,93
	масло		Масло порционное	5	36,70	0,02	3,62	0,025
	сладкое		Конфеты	16	44,00	2,60	3,50	0,30
						712,26	23,73	20,21
Завтрак 2	хлеб бел.		Хлеб	35	67,5	2,66	0,31	17,39
	гор.напиток	243	Какао	150	135	3,75	4,35	21,3
	сыр		Сыр порционный	10	35,75	4,8	2,75	---
						238,25	11,21	7,41
Обед	закуска		Икра кабачковая	50	54,0	-----	3,78	3,78
	1 блюдо	53	Щи с мясом со сметаной	250/5	133,45	6,2	4,5	18,52
	2 блюдо	143	Котлета рыбная	50	96,5	2,66	0,42	19,93
	гарнир	214	Картофель отварной с маслом	100/5	179,52	1,72	6,76	20,32
	напиток	255	Компот из чернослива	150	169,8	0,67	----	28,38
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
						710,47	13,37	15,78
Полдник	фрукты		апельсин	120	57,62	0,28	-----	13,07
	сок		Сок фруктовый	200	226,40	1,1	---	37,84
						284,02	1,38	---
Ужин	закуска		Салат из красной свеклы	50/5	60,9	0,58	4,74	3,56
	2 блюдо	111	Вермишель отварная с маслом	120	184,73	3,74	4,30	28,36
	гарнир	158	Бефстроганово	50	307,91	19,63	10,73	6,0
	гор.напиток	270	Чай с шиповником	150	135	3,78	4,32	21,27
	хлеб бел.		Хлеб	40	77,2	2,12	0,32	15,94
	масло		Масло порционное	6	88,08	0,02	8,7	0,03
			Йогурт	100	62	3,36	3,33	2,71
						915,82	33,23	36,44
					2860,82	82,92	79,84	356,79