

Школа

71 Отд./корп

День

17.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	204СМ/1	Макароны отварные с сыром	155	24.31	213.15	5.97	5.28	26.65
		ТТК 280С/15	Фрикадельки мясные в соусе	105	31.68	146.97	7.62	8.74	8.8
	гор.напиток	ТК 348/15	Компот из кураги	200	17.3	114.8	0.78	0.04	27.63
	хлеб	ТК 1/15/2	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
		ТК 52/15	Салат из свеклы отварной	35	4.91	32.48	0.49	2.1	2.89
Обед	закуска	ТК 52/15	Салат из свеклы отварной	60	8.23	55.68	0.84	3.61	4.96
	1 блюдо	К 157/04	Суп Солянка сборная мясная	200	42.83	223.2	7.49	6.96	28.32
	2 блюдо	К 280С/15	Фрикадельки мясные в соусе	105	31.68	146.97	7.62	8.74	8.8
	гарнир	К 203СМ/15	Макароны отварные	150	16.06	196	4.65	3.95	26.65
	напиток	ТК 348/15	Компот из кураги	200	17.3	114.8	0.78	0.04	27.63
	хлеб бел.	ТТК 1/15	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.	ТТК 1/15	Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
	итого			755	81.00	830,05	24.22	23.7	115.22

Школа

71 Отд./корп

День

20.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	К 174/15	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	42.17	268	5.9	7.2	52.83
		ТТК271С/15	Котлета мясная домашняя	50	27.61	127.48	8.02	8.81	4.77
	гор.напиток	ТК 377/15	Чай с лимоном и сахаром	222	6.72	62	0.13	0.02	15.2
	хлеб	ТК 1/15/2	Батон подмосковный	20	4.5	46	1.5	0.52	10.12
	закуска								
					502	81.00	503,48	15.55	16.55
Обед	закуска	ТК 45/15	Салат из белокочанной капусты	75	9	45.3	0.98	2.44	4.85
	1 блюдо	ТК103/15	Суп картофельный с макарон. издел. и окорочком	260	22.01	161.81	8.51	5.06	17.5
	2 блюдо	К 268К/15	Шницель "Новинка"	90	43.74	209.08	9.36	13.69	12
	гарнир	ТК305/15	Рис припущенный	150	19.9	199.95	3.64	4.3	36.67
	напиток	ТТК9/22	Напиток из сока (нектара) 100/100	200	21.45	87.92	0	0	21.98
	хлеб бел.	ТТК 1/15	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.	ТТК 1/15	Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
					815	121.50	797,46	25.33	25.89

Школа

71 Отд./корп

День

21.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	ТК 303/15	Каша гречневая вязкая	150	15.35	146	4.58	5.01	20.52
		ТТК 278К/15	Тефтели Ароматные в соусе сметанном	90	33.13	178.13	10.08	10.21	11.34
	гор.напиток	ТК 388/15	Напиток из плодов шиповника	200	13.9	88.2	0.68	0.27	20.76
	хлеб	ТК 1/15/2	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
		ТТК 08/08/	Салат "Сказка"	60	15.82	131.61	0.51	8	13.94
				520	81.00	596,14	17.37	23.67	75.94
Обед	закуска		Салат "Сказка"	60	15.82	131.61	0.51	8	13.94
	1 блюдо		Суп картофельный с бобовыми и окорочком	260	22.2	191.81	11.31	7.49	16.58
	2 блюдо		Гуляш из свинины	100	55.35	202.4	15.51	11.1	3.5
	гарнир		Каша гречневая вязкая	150	15.35	146	4.58	5.01	20.52
	напиток		Компот из смеси сухофруктов	200	7.38	131.8	0.9	0.1	34
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.		Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
				810	121.50	897,02	35.65	32.1	107.4

Школа

71 Отд./корп

День

22.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	К 210/15/	Омлет натуральный	65	30.2	118.95	5.11	9.75	1.58
		ТТК 174/15/	Каша вязкая молочная из ячневой крупы	220	27.1	269.5	7.8	11.24	42.08
	гор.напиток	ТК 382/15/	Какао с молоком	200	19.2	118.6	4.08	3.54	17.58
	хлеб	ТК 1/15/2	Батон подмосковный	20	4.5	46	1.5	0.52	10.12
				505	81.00	563,05	18.49	25.05	71.36
Обед	закуска	ГТК 37/24	Салат из крабовых палочек с кукурузой	60	19.62	125.4	2.7	9.3	7.44
	1 блюдо	К 113/15/	Суп лапша домашняя с окорочком	260	17.74	159.31	8.39	7.76	11.66
	2 блюдо	К 324/96/	Котлеты рыбные из минтая	90	31.56	171	11.63	7.38	14.26
	гарнир	ТК 312/15/	Пюре картофельное	150	28.32	137.25	3.06	4.8	20.44
	напиток	К 344/15/	Компот из слив	200	18.86	118.6	0.4	0.2	28.6
	хлеб бел.	ТТК 1/15/	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.	ТТК 1/15/	Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
				800	121.50	804,96	29.02	29.84	101.26

Школа

71 Отд./корп

День

23.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	203СМ/1	Макароны отварные	150	16.06	196	4.65	3.95	26.65
		ТТК 234С/04	Биточки мясные "Ёжик" в соусе	90	46.97	173.53	9.64	13.43	4.92
	гор.напиток	К 156/08	Напиток из лимонов	200	10.32	93	0.1	0	24.2
	хлеб	ТК 1/15/2	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
		ТК 45/15	Салат из белокочанной капусты	40	4.85	24.16	0.52	1.3	2.59
				500	81.00	538,89	16.43	18.86	67.74
Обед	закуска		Салат из квашеной капусты	60	17.18	54.55	1.08	3.04	27.97
	1 блюдо		Суп Пуштые шyd с окорочком	210	25.57	147.32	8.71	5.4	13.59
	2 блюдо		Биточки мясные "Ёжик" в соусе	90	46.97	173.53	9.64	13.43	4.92
	гарнир		Макароны отварные	150	16.06	196	4.65	3.95	26.65
	напиток		Напиток из лимонов	200	10.32	93	0.1	0	24.2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.		Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
				750	121.50	757,8	27.02	26.22	116.19

Школа

71 Отд./корп

День

24.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	К 173/15/	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	210	28.27	287.6	8.8	7.84	45.38
		ТТК 294/15/	Котлеты рубленые из филе куриного	55	38.69	190.3	9.78	11.75	11.4
	гор.напиток	ТК 378/15/	Чай с молоком и сахаром	215	9.54	81	1.52	1.35	15.9
	хлеб	ТК 1/15/2	Батон подмосковный	20	4.5	46	1.5	0.52	10.12
				500	81.00	604,9	21.6	21.46	82.8
Обед	закуска	ТК 52/15/	Салат из свеклы отварной	65	9.4	60.32	0.92	3.91	5.37
	1 блюдо	ТК 88/15/	Щи из свежей капусты с картофелем	250	13.18	89.75	1.77	4.95	7.9
	2 блюдо	К 295Ш/1/	Котлеты из филе окорочков	90	66.69	339.27	18.73	19.07	13.86
	гарнир	ТК 199/15/2	Гороховое пюре	150	16.95	231.65	13.16	5	33.83
	напиток	К 349/15/	Компот из изюма и кураги	200	9.88	100.2	0.49	0.07	24.13
	хлеб бел.	ТТК 1/15/	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.	ТТК 1/15/	Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
			795	121.50	914,59	37.91	33.4	103.95	