

| Наименование блюд и продуктов                                      | Химический состав |              |              |               |                    | Цена за блюдо        |
|--|-------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|----------------------|
|  | Выход (г)         | Белки (г)    | Жиры (г)     | Угле - воды   | энерг. цен. (ккал) |                      |
| 1  | 2                 | 3            | 4            | 5             | 6                  | 7                    |
| <b>9.03.2021 год</b>   |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Завтрак</b>   |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Каша вязкая на овсяных хлопьях</b>                              | 150               | 4,5          | 8,4          | 19,8          | 178,5              | 11,11                |
| технологическая карта № 302<br>сборник Хлебпродинформ, 2004        |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Бутерброд с сыром</b>   | 15/15/5           | 4,7          | 7,9          | 7,3           | 123                | 11,19                |
| технологическая карта № 3 сборник<br>Хлебпродинформ, 2004          |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Компот из свежих плодов яблок</b>                               | 200               | 0,2          | 0            | 35,8          | 142                | 8,88                 |
| технологическая карта № 631<br>сборник Хлебпродинформ, 2004        |                   |              |              |               |                    |                      |
| Хлеб пшеничный   | 50                | 3,8          | 0,4          | 24,3          | 119                | 2,45                 |
| <b>Итого энергетической ценности за завтрак:</b>                   |                   | <b>13,2</b>  | <b>16,7</b>  | <b>87,2</b>   | <b>562,5</b>       |                      |
| <b>Обед</b>  |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Салат из красной фасоли</b>                                     | 100               | 3,2          | 2,83         | 8,63          | 125                | 6,96                 |
| технологическая карта № 57<br>сборник Хлебпродинформ, 2004         |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне</b> | 250               | 5,96         | 4,16         | 10            | 102,5              | 9,45                 |
| технологическая карта № 143<br>сборник Хлебпродинформ, 2004        |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Птица, тушенная в сметанном соусе</b>                           | 65/35             | 19,7         | 15,75        | 2,35          | 231                | 26,58                |
| технологическая карта № 493<br>сборник Хлебпродинформ, 2004        |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Картофель и овощи, тушенные в соусе</b>                         | 200               | 5,1          | 16,7         | 39,75         | 328,5              | 17,8                 |
| технологическая карта № 217<br>сборник Хлебпродинформ, 2004        |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах</b>    | 200               | 0            | 0            | 42,2          | 162                | 3,85                 |
| технологическая карта № 648<br>сборник Хлебпродинформ, 2004        |                   |              |              |               |                    |                      |
| <b>хлеб ржаной</b>   | 35                | 2,42         | 0,42         | 14,8          | 74,9               | 2,07                 |
| <b>хлеб пшеничный</b>  | 50                | 3,95         | 0,5          | 24            | 119,5              | 2,45                 |
| <b>итого энергетической ценности за обед:</b>                      |                   | <b>40,33</b> | <b>40,36</b> | <b>141,73</b> | <b>1143,4</b>      |                      |
| <b>итого энергетической ценности:</b>                              |                   | <b>53,53</b> | <b>57,06</b> | <b>228,93</b> | <b>1705,9</b>      | <b>Итого: 102,79</b> |

| Наименование блюд и продуктов                               | Химический состав |           |          |             |                    | цена за блюдо    |
|---|-------------------|-----------|----------|-------------|--------------------|------------------|
|   | Выход (г)         | Белки (г) | Жиры (г) | Угле - воды | энерг. цен. (ккал) |                  |
| 1   | 2                 | 3         | 4        | 5           | 6                  | 7                |
| <b>10.03.2021 год</b>                                       |                   |           |          |             |                    |                  |
| <b>Завтрак</b>  |                   |           |          |             |                    |                  |
| Суп молочный с макаронными изделиями                        | 250               | 7         | 7,9      | 24,7        | 141                | 7,10             |
| технологическая карта № 160<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| Оладьи с изюмом (сметана)                                   | 100               | 5,6       | 7,5      | 40,1        | 252                | 12,28            |
| технологическая карта № 734<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| Чай с лимоном   | 207               | 0,3       | 0        | 15,2        | 60                 | 3,79             |
| технологическая карта № 686<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| <b>Итого энергетической ценности за завтрак:</b>            |                   | 12,9      | 15,4     | 80          | 453                |                  |
| <b>Обед</b>   |                   |           |          |             |                    |                  |
| Салат из свеклы с сыром                                     | 100               | 1,3       | 3        | 8,4         | 67                 | 13,9             |
| технологическая карта № 50<br>сборник Хлебпродинформ, 2004  |                   |           |          |             |                    |                  |
| Суп из овощей на говядине                                   | 250               | 11,2      | 12,14    | 12,4        | 205,8              | 23,33            |
| технологическая карта № 135<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| Минтай, тушеный в томате с овощами                          | 50/30             | 8,48      | 4,08     | 4,48        | 89,6               | 17,32            |
| технологическая карта № 374<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| Рис отварной  | 150               | 3,6       | 9        | 35,7        | 244,5              | 9,09             |
| технологическая карта № 511<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| Какао с молоком   | 200               | 4,9       | 5        | 32,5        | 190                | 8,18             |
| технологическая карта № 693<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |           |          |             |                    |                  |
| хлеб ржаной   | 35                | 2,42      | 0,42     | 14,8        | 74,9               | 2,07             |
| хлеб пшеничный  | 50                | 3,95      | 0,5      | 24          | 119,5              | 2,45             |
| яблоки  | 220               | 0,8       | 0,4      | 19,6        | 80                 | 23,10            |
| <b>итого энергетической ценности за обед:</b>               |                   | 36,65     | 34,54    | 151,88      | 1071,3             |                  |
| <b>итого энергетической ценности:</b>                       |                   | 49,55     | 49,94    | 231,88      | 1524,3             | Итого:<br>122,61 |

| Наименование блюд и продуктов  | Химический состав |              |              |                |                    |                          |
|--|-------------------|--------------|--------------|----------------|--------------------|--------------------------|
|  | Выход<br>(г)      | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г)  | Угле -<br>воды | энерг. цен. (ккал) | цена<br>блюдо            |
| 1  | 2                 | 3            | 4            | 5              | 6                  | 7                        |
| <b>11.03.2021 год</b>  |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Завтрак</b>   |                   |              |              |                |                    |                          |
| Каша "Боярская"(из пшена с изюмом)<br>технологическая карта № 304<br>сборник Хлебпродинформ,2004 | 150               | 3            | 0,7          | 20,6           | 102                | 16,66                    |
| <b>Бутерброд горячий с колбасой<br/>вареной и сыром</b>  | 30/20/10          | 7,91         | 15,72        | 14,98          | 235                | 13,87                    |
| технологическая карта № 11<br>сборник Хлебпродинформ,2004  |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Чай с сахаром</b>   | 200               | 0,2          | 0            | 15             | 58                 | 2,67                     |
| технологическая карта № 685<br>сборник Хлебпродинформ,2004                                       |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Итого энергетической ценности<br/>за завтрак:</b>   |                   | <b>11,11</b> | <b>16,42</b> | <b>50,58</b>   | <b>395</b>         |                          |
| <b>Обед</b>  |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Винегрет овощной</b>  | 100               | 1,4          | 10,1         | 6,8            | 124                | 8,57                     |
| технологическая карта № 71<br>сборник Хлебпродинформ,2004  |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Борщ сибирский на к/б</b>   | 250               | 3,9          | 4,3          | 16             | 118                | 14,63                    |
| технологическая карта № 111<br>сборник Хлебпродинформ,2004                                       |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Рулет картофельный с говядиной</b>  | 150               | 15           | 14,7         | 24,75          | 297                | 48,33                    |
| технологическая карта № 478<br>сборник Хлебпродинформ,2004                                       |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>Компот из смеси сухофруктов</b>   | 200               | 0,6          | 0            | 31,4           | 124                | 3,89                     |
| технологическая карта № 639<br>сборник Хлебпродинформ,2004                                       |                   |              |              |                |                    |                          |
| <b>хлеб ржаной</b>   | 35                | 2,42         | 0,42         | 14,8           | 74,9               | 2,07                     |
| <b>хлеб пшеничный</b>  | 50                | 3,95         | 0,5          | 24             | 119,5              | 2,45                     |
| <b>Апельсин</b>  | 200               | 18           | 0,53         | 21,6           | 106,6              | 25,00                    |
| <b>Итого энергетической ценности<br/>за обед:</b>  |                   | <b>45,27</b> | <b>30,55</b> | <b>139,35</b>  | <b>964</b>         |                          |
| <b>Итого энергетической ценности:</b>  |                   | <b>56,38</b> | <b>46,97</b> | <b>189,93</b>  | <b>1359</b>        | <b>Итого:<br/>138,14</b> |

| Наименование блюд и продуктов                               | Химический состав |              |              |               |               | энерг. цен. (ккал)   | цена за блюдо |
|---|-------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------------|---------------|
|   | Выход (г)         | Белки (г)    | Жиры (г)     | Угле - воды   |               |                      |               |
| 1   | 2                 | 3            | 4            | 5             | 6             | 7                    |               |
| <b>12.03.2021 год</b>                                       |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Затрак</b>   |                   |              |              |               |               |                      |               |
| Каша вязкая с манной крупой                                 | 150               | 3,6          | 6,15         | 22,8          | 166,5         | 9,75                 |               |
| технологическая карта № 302<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>хлеб пшеничный</b>                                       | 50                | 3,95         | 0,5          | 24            | 119,5         | 2,45                 |               |
| <b>Булочка дорожная</b>                                     | 50                | 3,55         | 7,4          | 28,05         | 194           | 2,70                 |               |
| технологическая карта № 770<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Молоко (кипяченое)</b>                                   | 200               | 5,9          | 6,8          | 9,9           | 123           | 8,20                 |               |
| <b>Итого энергетической ценности за завтрак:</b>            |                   | <b>16,85</b> | <b>20,75</b> | <b>85,05</b>  | <b>602,5</b>  |                      |               |
| <b>Обед</b>   |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Салат мясной с черносливом</b>                           | 100               | 8,3          | 19,7         | 6,2           | 241           | 27,56                |               |
| технологическая карта № 70<br>сборник Хлебпродинформ, 2004  |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Рассольник «ленинградский» на к/б</b>                    | 250               | 8,04         | 9,6          | 20,1          | 201           | 14,08                |               |
| технологическая карта № 132<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Котлета в томатном соусе</b>                             | 80/50             | 15,62        | 8,72         | 17            | 212           | 25,39                |               |
| технологическая карта № 587<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Каша рассыпчатая на гречневой крупе</b>                  | 150               | 8,4          | 10,8         | 41,25         | 303           | 9,19                 |               |
| технологическая карта № 297<br>сборник Хлебпродинформ, 2004 |                   |              |              |               |               |                      |               |
| <b>Сок яблочный</b>   | 200               | 1            | 0            | 21,2          | 88            | 11,00                |               |
| <b>хлеб ржаной</b>  | 35                | 2,42         | 0,42         | 14,8          | 74,9          | 2,07                 |               |
| <b>хлеб пшеничный</b>                                       | 50                | 3,95         | 0,5          | 24            | 119,5         | 2,45                 |               |
| <b>Итого энергетической ценности за обед:</b>               |                   | <b>47,75</b> | <b>49,74</b> | <b>144,55</b> | <b>1239,4</b> |                      |               |
| <b>Итого энергетической ценности:</b>                       |                   | <b>64,6</b>  | <b>70,49</b> | <b>229,6</b>  | <b>1841,9</b> | <b>Итого: 114,84</b> |               |

Директор школы  
Зав столовой



Петрушкевич Н.В.  
Савва Е.Д