|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 11 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 302 | Каша овсяная молочная со сливочным маслом | 200 | 15-00 | 335/1110 | 6 | 9,4 | 37,1 |
|  | Гор.напиток | 638 | Компот из кураги | 200 | 9-56 | 112/469 | 2,6 | 0 | 29 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб из пшеничной муки « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  | Сыр твердый | ТК-3 | Сыр «Российский» порционный | 20 | 8-10 | 63/304 | 4,8 | 3,9 | 0,05 |
|  |  |  | Йогурт «Сливочный» | 125 | 27-00 | 162/304 | 3,9 | 2,8 | 6,5 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 12 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 297 | Каша рисовая со сливочным маслом и курятиной. | 210 | 19-80 | 432/943 | 20,9 | 12,3 | 14,1 |
|  | Гор.напиток | 648 | Кисель из концентрата | 200 | 3-20 | 162/679 | 0,2 | 0 | 42,2 |
|  | Хлеб | ТК -7 | Хлеб из пшеничной муки « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  | Овощи |  | Огурец свежий порционный | 50 | 7-50 | 43/181 | 1,4 | 0 | 8,36 |
|  |  |  | Сырок творожный глазированный | 50 | 13-00 | 125/523 | 3,74 | 6,6 | 20,4 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 13 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 366 | Запеканка из творога со сгущенкой | 100 | 34-00 | 318/1332 | 12,3 | 11 | 19,3 |
|  | Гор.напиток | 638 | Компот из изюма | 200 | 4-90 | 120/502 | 0,4 | 0 | 27,4 |
|  | Хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кондитерка |  | Рыбка песочная глазированная | 100 | 22-00 | 167/825 | 3,7 | 6,6 | 20,4 |
|  |  |  | Яйцо куриное варенное | 40 | 8-20 | 63/264 | 5,1 | 4.6 | 0,3 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 14 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 302 | Каша пшенная молочная со сливочным маслом | 200 | 15-65 | 340/1005 | 6 | 9,2 | 28,3 |
|  | Гор.напиток | 693 | Какао на молоке | 200 | 13-60 | 149/624 | 3,4 | 3,5 | 29 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб пшеничный « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  |  | 747 | Котлета в тесте | 100 | 40-00 | 265/1298 | 9,8 | 7,9 | 26,6 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 17 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 516 | Макаронные изделия отварные со сливочным маслом | 150 | 7-50 | 220/921 | 5,2 | 6,1 | 35 |
|  | Гор.напиток | 638 | Компот из изюма | 200 | 4-90 | 126/527 | 1,2 | 0 | 31,6 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб из пшеничной муки « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  |  | СТО | Котлета свиная полуфабрикат | 93 | 30-00 | 249/1043 | 16,9 | 17,3 | 11,5 |
|  | Фрукт |  | Банан | 150 | 16-00 | 123/675 | 2,3 | 0 | 18,3 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 18 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 302 | Каша рисовая молочная со сливочным маслом | 200 | 16-45 | 265/1110 | 6 | 9,4 | 27,1 |
|  | Гор.напиток | 639 | Компот с курагой | 200 | 9-50 | 126/58 | 1,2 | 0 | 31,6 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб пшеничный « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  | Сыр твердый | ТК -3 | Сыр « Российский» порционный | 20 | 8-10 | 63/304 | 4,8 | 3,9 | 0,06 |
|  | Кондитерка |  | Кекс творожный | 100 | 22-00 | 167/825 | 3,74 | 6,6 | 20,4 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 19 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 297 | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 150 | 11-80 | 240/1005 | 8,7 | 7,8 | 32,6 |
|  | Гор.напиток |  | Сок фруктовый | 200 | 8-20 | 58/243 | 0,2 | 0 | 15 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб из пшеничной муки « Тостовый» | 65 | 3-39 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  | Колбасное изделия |  | Соска молочная | 70 | 18-00 | 154/646 | 12 | 10 | 1,9 |
|  | Овощи | ТК-1 | Помидор свежий порционный | 60 | 8-30 | 45 | 1,4 | 6,1 | 8,4 |
| Завтрак 2 |  | 337 | Булочка сдобная с помадкой | 50 | 12-00 | 63/264 | 5,1 | 4,6 | 0,3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 20 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 363 | Ватрушка с творогом | 110 | 18-00 | 348/914 | 10,3 | 11 | 27 |
|  | Гор.напиток | 648 | Кофе на молоке | 200 | 15-70 | 149/624 | 3,4 | 3,5 | 29 |
|  | Хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кондитерка | 337 | Корж молочный | 75 | 18-00 | 113/473 | 7,3 | 8 | 21,1 |
|  | Фрукт |  | Апельсин | 160 | 16-00 | 183/766 | 2,3 | 0 | 22,3 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 21 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 516 | Макаронные изделия отварные со сливочным маслом | 150 | 7-50 | 220/921 | 5,2 | 6,1 | 35 |
|  | Гор.напиток | 638 | Компот из изюма | 200 | 4-90 | 120/502 | 0,4 | 0 | 27,4 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб из пшеничной муки « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  |  | ТК-3 | Тефтели свино/говяж. | 80 | 32-00 | 238/1416 | 15,5 | 11,1 | 12,3 |
|  |  |  | Йогурт « Фруктовый» | 125 | 27-00 | 162/304 | 3,9 | 2,8 | 6,5 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 24 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 302 | Каша гречневая молочная со сливочным маслом | 200 | 17-40 | 240/1005 | 6 | 9,2 | 31,8 |
|  | Гор.напиток | 638 | Кисель из концентрата | 200 | 3-20 | 126/527 | 1,2 | 0 | 31,6 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб из пшеничной муки « Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  |  |  | Сыр «Российский» порционный | 20 | 8-10 | 63/304 | 4,8 | 3,9 | 0,06 |
|  |  |  | Сосиска в тесте | 100 | 40-00 | 310/1298 | 9,8 | 7,9 | 26,6 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | - МБОУ Трыковская | | | Отд./корп |  |  |  | День | 25 мая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Гор.блюдо | 302 | Каша овсяная молочная со сливочным маслом | 200 | 15-00 | 335/1110 | 6 | 9,4 | 37,1 |
|  | Гор.напиток | 638 | Компот из кураги | 200 | 9-50 | 112/469 | 2,6 | 0 | 29 |
|  | Хлеб | ТК-7 | Хлеб из пшеничной муки «Тостовый» | 65 | 3-38 | 53/222 | 2 | 0,33 | 10,5 |
|  |  | ТК-3 | Сыр твердый «Российский» порцион. | 20 | 8-10 | 63/304 | 4,8 | 3,9 | 0.06 |
|  |  |  | Яблоко | 120 | 17-00 | 123/766 | 2,3 | 0 | 18,3 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |