|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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. |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |