

С.И.И.И.И.И.

Отд./корп

День

02.09.2024

прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
обед	закуска	422 004	Салат из свежей капусты	100	8,00	87	1	5	9
	1 блюдо	2 062 005	Суп картофельный с горохом	250	30,00	135	5	5	16
	2 блюдо	59,01	Плов с мясом	120	24,42	381	10	23	39
	гарнир								
	Напиток	372	Компот из свежих плодов	200	8,00	80	0	0	22
	хлеб бел.	1352005	Чурек	30	4,00	101	4	0	24
	ИТОГО			700	74,42	784	20	33	100

Школа

МКОУ "Чиликарская ООШ"

Отд./корп

День

03.09.2024

Прим. пищ.	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Энерг. ценност.	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор. блюдо										
		гор. напиток									
		хлеб	-								
		фрукты	-								
Завтрак 2	фрукты	-									
Обед											
		закуска		салат из свежей капусты	100	15,00	77	1	5	9	
		1 блюдо		пюре картофельное с курицей	250		288	18	19	19	
		2 блюда			120	20,00	381	21	22	25	
		гарнир									
		напиток		компот из кураги	200	5,00	101	1	0	27	
		хлеб бел.	-	Пшеничный	40	4,00	101	4	0	24	
		хлеб черн.	-								
						710	74,42	948	45	47	104

Школа

МКОУ "Чиликарская СОШ"

Отд./корп

День

04.09.2024

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	впорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	Хлеб									
Завтрак 2	Фрукты									
Обед	закуска		яблоки	100	15,00	37	0	0	10	
			Борщ из свежей капусты с картофел							
	1 блюдо	2001	Макаронны с говядино	250	15,00	146	3	5	19	
	2 блюдо									
		гарнир			120	23,42	266	12	10	26
		сладкое								
		Хлеб бел.	1	Чурек	30	17,00	85	3	0	18
		Хлеб черн.		Компот из сухофрукт						
			372	ов	200	4,00	80	0	0	22
					730	74,42	614	18	15	95

Школа

МКОУ "Чиликарская ООШ"

Отд./корп

День

05.09.2021

прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты							10	
Обед	закуска		яблоки	100	15,00		37	0	0
			Суп пшеничный с говядиной	200	30,00		232	19	9
	1 блюдо		рисовая каша по узбекски с курицей	120	20,42		599	31	37
	2 блюдо		компот	100	4,00		62	0	0
	гарнир		Пшеничный	30	5,00		39	1	0
	сладкое		ый						
	хлеб бел.						51		47
	хлеб черн.			550	74,42		969		112

Отд./корп

День

06.09.2024

прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб	-							
	фрукты	-							
Завтрак 2	фрукты	-							
Обед	закуска		яблоки	100	15,00	37	0	0	10
			Суп пшеничный с курицей	200	30,00	232	19	9	25
			2 блюда плов рисовый с курицей	120	20,42	599	31	37	52
			гарнир						
			сладкое	100	4,00	62	0	0	17
			чай						
			Пшеничный	30	5,00	39	1	0	8
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
				550	74,42	969	51	46	112

Школа

МКОУ " Чиликарская ООШ"

Отд./корт

День

09.09.2024

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	впорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	422 004	Салат из свежей капусты	100	15,00	87	1	5	9
			Суп						
			картофельный с горохом	250	28,00	135	5	5	16
	1 блюдо	2 062 005	Плов с мясом	250	28,00	135	5	5	16
	2 блюдо	2442015	Компот из свежих плодов	120	22,42	381	10	23	39
	гарнир		Чурек	700	74,42	784	20	33	100
			Хлеб черн.						

Завтрак

гор.блюдо

гор.напиток

хлеб

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

День

10.09.2024

Завтрак 2

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

фрукты

Обед

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

закуска

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

1 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

2 блюдо

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

гарнир

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб бел.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

хлеб черн.

710

74,42

948

45

46

104

25

19

27

24

27

24

24

Школа МКОУ "Чиликарская ООШ"

Отд./корп

День

11.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из свежей капусты.	100	15,00	98	1	8	8
	1 блюдо		Суп пшеничный с говядиной	250	30,00	95	0	3	15
	2 блюда		рисовая каша по узбекски с курицей	120	20,42	599	31	37	52
	гарнир		компот	100	4,00	62	0	0	17
	сладкое		Пшеничный	30	5,00	101	4	0	24
	хлеб бел.				0,00				
	хлеб черн.				74,42	955	36	48	116
				600					

Завтрак

гор.блюдо
гор.напиток
хлеб

№ рец.

Блюдо

Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

Жиры

Углеводы

День

12.09.2024

Завтрак 2

фрукты

обед

закуска

422 004

Салат из
свежей
капусты

100

8,00

87

1

5

9

1 блюдо

2 062 005

картофель
с
горохом

250

30,00

135

5

5

16

2 блюдо

59,01

Плов с
мясом

120

24,00

381

10

23

39

Напиток

372

Компот
из свежих
плодов

200

8,00

80

0

0

22

Хлеб бел.

1352005

Чурек

30

4,00

101

4

0

24

Итого

700

74,42

784

20

33

100

Школа

МКОУ "Чиликарская ООШ"

Отд./корп

День

13.09.2024

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	взорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб	-							
	фрукты	-							
Завтрак 2	фрукты	-							
Обед	закуска		салат из свежей капусты	100	15,00	77	1	5	9
	1 блюдо		рисовый суп с курицей	250		288	18	19	19
	2 блюдо		пюре картофельное с курицей	120	20,00	381	21	22	25
	гарнир								
	Напиток		компот из кураги	200	5,00	101	1	0	27
	хлеб бел.	-	Пшеничный	40	4,00	101	4	0	24
	хлеб черн.	-							
				710	74,42	948	45	47	104