

26.05.25

спектр МБОУ СОШ № 4 г. Ижевск, Ижевск
С.Б. ~~Ивашкина~~ *Иванова*

КОТОНОВЫЙ

ШКОЛА		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ									
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	отд/корп	Цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ДЕНЬ	
завтрак	гор. блюдо	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	32	295,2	13,3	6,9	43,4	1	
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1		
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4		
		13	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1		
		15	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0		
обед	закуска	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	15	52,8	1,1	2,9	5,6		
	1 блюдо	102	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	31	152,5	8,1	4,9	18,8		
	2 блюдо	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	22	179,7	5,3	2,4	34,2		
	гарнир	272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	90	65	213,3	15,0	14,0	18,0		
	сладкое	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7		
полдник	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0		
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3		
		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1		
ИТОГО					222,97						
ШКОЛА	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				ДЕНЬ	1		
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	250	39	369,0	6,0	6,1	27,8		
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1		
	хлеб	ТТК №1	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4		
		13	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	13	75,0	0,1	8,3	0,1		
		15	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0		
обед	закуска	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	19	119,0	1,9	8,9	7,7		
	1 блюдо	102	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	31	152,5	8,1	4,9	18,8		
	2 блюдо	272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100	75	237,0	13,4	9,5	12,2		
	гарнир	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	29,47	215,0	6,4	2,9	40,9		
	сладкое	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7		
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0		
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3		
		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1		
ИТОГО					251,47						

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 4 ш.ч. Новосел

24.05.25

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Коломойцев А.В.

школа	ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ			отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г					
	гор. блюдо	212	ОМЛЕТ	150	35	392,8	22,6	21,3	3,6
	гор. напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	4	49,9	0,2	0,0	12,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	14	46,0	0,8	3,0	3,9
обед	1 блюдо	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ПТИЦЕЙ	250	31	137,0	4,4	4,6	11,7
	2 блюдо	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	108	413,0	18,3	18,4	65,5
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
полдник	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
ИТОГО					222,97				
школа	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				день	2
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
	гор. блюдо	212	ОМЛЕТ	200	40	417,0	20,8	28,2	4,6
	гор. напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	4	49,9	0,2	0,0	12,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	19	82,9	1,3	5,0	6,5
обед	1 блюдо	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ПТИЦЕЙ	250	31	137,0	4,4	4,6	11,7
	2 блюдо	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	126,47	482,0	15,4	17,8	29,6
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
ИТОГО					251,47				

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 4 г. Ижевск

С.В. Зубачев

28.05.25

УТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В.

Школа			ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	32	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0				
		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3				
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1				
						222,97							
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День		3	
прием пищи			раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
завтрак	гор. блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	39	295,2	13,3	6,9	43,4				
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1				
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4				
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1				
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0				
обед	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0				
	1 блюдо	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ	250	31	170,4	5,3	4,9	26,2				
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	77	261,4	13,5	8,0	4,5				
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0				
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7				
полдник	хлеб		ХЛЕБ										

СОГЛАСОВАНО:

26.05.25

Директор МБОУ СОШ № 1 г. Ижевск, Ижевск

С.В. Зубачев

УТВЕРЖДАЮ

ИП Коломойцев А.В.

ИП КОЛОМОЙЦЕВ

Школа	раздел	№ рецепта	блюда	отд/корп	Цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
прием пищи	гор. блюдо	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	32	295,2	13,3	6,9	43,4
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
завтрак	хлеб	13	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
			МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	13	75	0,1	8,3	0,1
		15	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0
	закуска	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	15	52,8	1,1	2,9	5,6
обед	1 блюдо	102	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	31	152,5	8,1	4,9	18,8
	2 блюдо	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	22	179,7	5,3	2,4	34,2
	гарнир	272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	90	65	213,3	15,0	14,0	18,0
	салатное	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
полдник		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3
		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1
ИТОГО					222,97				
ШКОЛА			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ	отд/корп				день	1
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюда	выход, г	Цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
	гор. блюдо	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	250	39	369,0	6,0	6,1	27,8
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
завтрак	хлеб	ТТК №1	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
		13	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	13	75,0	0,1	8,3	0,1
		15	СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	9	75	2,3	2,9	0,0
	закуска	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	19	119,0	1,9	8,9	7,7
	1 блюдо	102	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	31	152,5	8,1	4,9	18,8
обед	2 блюдо	272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100	75	237,0	13,4	9,5	12,2
	гарнир	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	29,47	215,0	6,4	2,9	40,9
	салатное	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
полдник		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3
		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1
ИТОГО					251,47				

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 4 г.г. Косовка

С.В. Мухомов

29.05.25

УТВЕРЖДАЮ
ИП Колмоицев А.В.

Школа		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
обед	гор. блюдо	ТТК №1	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	54	389,7	15,2	18,6	47,3
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ,	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб	52	ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	88	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	15	51,0	0,9	3,1	5,0
	1 блюдо	233	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	31	101,4	4,1	4,6	10,4
	2 блюдо	323	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	90	62	214,6	16,0	21,0	18,0
	сладкое	402	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	22	195,1	7,4	3,6	33,3
	хлеб		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7
			ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	10	124,9	4,0	2,4	26,3
ПОЛДНИК		ТТК № 6	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	12	156,0	5,6	5,0	22,0
ИТОГО			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ		222,97				4
ШКОЛА				отд/корп				день	
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
обед	гор. блюдо	ТТК №1	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	61	439,0	8,2	18,6	47,3
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	19	51,0	0,9	3,1	5,0
	1 блюдо	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	31	101,4	4,1	4,6	10,4
	2 блюдо	233	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	74	219,0	18,0	24,0	19,0
		323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	234,1	8,8	4,4	39,9
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	10	124,9	4,0	2,4	26,3
ПОЛДНИК		385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	12	122,8	5,9	6,6	9,6
ИТОГО					251,47				

30.05.25

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 4 им. Косова

С.В. Мухомов

УТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В.

ШКОЛА		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	35	383,6	15,5	16,4	41,0
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб *		БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	14	71,4	1,1	5,3	4,6
	1 блюдо	96	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	31	153,6	5,4	4,9	21,8
обед	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	90	86	213,3	15,0	14,0	18,0
	гарнир	199	ПОРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	150	22	222,9	15,9	2,8	33,3
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
ПОЛДНИК									
ИТОГО			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ	отд/корп	222,97				5
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	40	383,6	9,5	6,4	41,0
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
обед	закуска		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	19	71,4	1,1	5,3	4,6
	1 блюдо	96	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	31	153,6	5,4	4,9	21,8
	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	100	99	237,0	13,4	9,5	12,2
	гарнир	199	ПОРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	27,47	277,0	19,1	3,5	40,0
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
ПОЛДНИК	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
ИТОГО					251,47				

02.06.25

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 4 им. Кавказа

С.В. Зубов

УТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В.

012/109/25

Школа		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп		ДЕНЬ		АНАТОЛ 6	
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	32	276,8	14,9	10,7	39,6
	гор. напиток	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4	75,0	0,1	8,3	0,1
	гор. напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	3	49,9	0,2	0,0	12,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	8	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	7	75	2,3	2,9	0,0
обед	закуска	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	15	49,2	1,0	3,0	4,1
	1 блюдо	83	СВЕКОЛЬНИК	250	31	113,3	4,3	10,6	20,4
	2 блюдо	ТТК № 7	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	90	72	245,7	13,9	15,2	4,1
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	22	225,8	4,5	2,4	46,7
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7
полдник	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1
школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ		222,97				
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	39	347,0	6,2	7,2	24,1
	гор. напиток	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4	75,0	0,1	8,3	0,1
	гор. напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	3	49,9	0,2	0,0	12,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	8	78,6	2,3	0,9	15,4
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	7	75	2,3	2,9	0,0
обед	закуска	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	19	81,8	1,8	5,1	6,9
	1 блюдо	83	СВЕКОЛЬНИК	250	31	113,3	4,3	4,6	13,4
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	84	261,4	13,5	8,0	4,5
	гарнир	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27,47	270,9	5,3	2,9	56,0
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3
ИТОГО		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	10	84,0	0,8	0,8	20,1
					251,47				

СОГЛАСОВАНО:

04.06.25

Директор МБОУ СОШ № 4 *И.И.И.И.И.**С.В. Зубачев*УТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В. *А.В. Коломойцев*

ШКОЛА		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ			отд/корп				день		8	
прием пищи		раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	гор.блюдо	ТТК № 5	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	54	428,0	6,6	7,5	41,9		
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ		250	4	141,1	3,8	3,0	24,5		
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН		40	3	78,6	2,3	0,9	15,4		
	закуска	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		60	15	51,0	0,9	3,1	5,0		
	1 блюдо	88	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		250	31	101,4	4,1	10,6	30,4		
обед	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ		90	62	213,3	15,0	14,0	18,0		
	гарнир	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		150	22	179,7	5,3	2,4	34,2		
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7		
	хлеб		ХЛЕБ		40	3	81,6	2,6	0,4	17,0		
полдник		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ		60	10	124,9	4,0	2,4	26,3		
		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		200	12	84,0	0,8	0,8	20,1		
ИТОГО						222,97						
ШКОЛА	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ				отд/корп				день	8		
прием пищи		раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	гор.блюдо	ТТК № 5	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	65	439,0	8,1	9,2	51,2		
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ		250	4	141,1	3,8	3,0	24,5		
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН		40	3	78,6	2,3	0,9	15,4		
	закуска	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	19	85,9	1,5	5,1	8,3		
	1 блюдо	88	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		250	31	101,4	4,1	4,6	10,4		
обед	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ		100	70	237,0	13,4	9,5	12,2		
	гарнир	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		180	27,47	215,0	6,4	2,9	40,9		
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	7	42,6	0,0	0,0	10,7		
	хлеб		ХЛЕБ		50	3	81,6	2,6	0,4	17,0		
полдник		421	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ		60	10	124,9	4,0	2,4	26,3		
		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		200	12	84,0	0,8	0,8	20,1		
ИТОГО						251,47						

05.06.25

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 4 им. Косова

С.В. Мухомов

УТВЕРЖДАЮ

ИП Мухомовцев А.В.

Школа		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ						ДЕНЬ	
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	32	274,4	12,6	8,4	39,4
	гор. напиток	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4	75,0	0,1	8,3	0,1
	гор. напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	3	49,9	0,2	0,0	12,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	8	78,6	2,3	0,9	15,4
обед		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	7	75	2,3	2,9	0,0
	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0
	1 блюдо	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	31	168,0	5,6	2,2	45,3
	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	82	261,4	13,5	8,0	4,5
	гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	27,47	289,0	3,8	3,6	25,6
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3
полдник		385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	12	122,8	5,9	6,6	9,6
ИТОГО					222,97				
Школа	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп			день	9	
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	250	39	346,0	4,6	5,4	19,4
		13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4	75,0	0,1	8,3	0,1
	гор. напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	3	49,9	0,2	0,0	12,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	8	78,6	2,3	0,9	15,4
		15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	7	75	2,3	2,9	0,0
	закуска	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	19	76,7	1,5	5,1	6,0
	1 блюдо	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	31	168,0	5,6	2,2	45,3
обед	2 блюдо	255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ	100	82	261,4	13,5	8,0	4,5
	гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	27,47	289,0	3,8	3,6	25,6
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
полдник	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
		421	БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	9	124,9	4,0	2,4	26,3
		385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	12	122,8	5,9	6,6	9,6
ИТОГО					251,47				

СОГЛАСОВАНО:

06.06.25

Директор МБОУ СОШ № 4 им. Ковалева
С.В. ЗубачевУТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В.

Школа		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп		День		10	
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
обед	гор. блюдо	ТТК №11	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	54	389,7	15,2	18,6	47,3
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	141,1	3,8	3,0	24,5
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	14	46,0	0,8	3,0	3,9
	1 блюдо	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНАМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	31	168,0	5,6	2,2	15,3
	2 блюдо	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	89	387,4	16,1	17,4	30,7
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,97	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО				222,97				
Школа	ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ			отд/корп				День	10
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
обед	гор. блюдо	ТТК №11	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	65	439,0	8,2	18,6	47,3
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	141,1	3,8	3,0	24,5
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	закуска	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	19	81,7	1,3	5,0	6,5
	1 блюдо	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНАМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	31	168,0	5,6	2,2	15,3
	2 блюдо	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	101,47	452,0	18,8	14,8	35,8
	сладкое	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО				251,47				