

Согласовано нач. лаг.:  О.В. Ворончихина

Директор школы № 101 В.А. Васильев

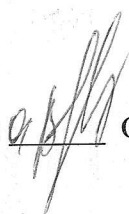


24.06.2025

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет						
№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Сырники творожные запеченные	160	15,36	16,43	45,12	448,43
	Фрукт свежий (апельсин)	150	0,90	0,20	9,50	23,40
пп	Молоко сгущенное с сахаром	50	1,78	1,25	22,75	73,55
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		560	21,491	21,65	90,65	645,62
			25	25	25	25
ОБЕД						
	конфеты	50	0,2	0	38	146,5
39/2008г	Борщ с капустой и картофелем с мя	200	5,22	8,32	11,12	175,10
ттк	Запеканка картофельная с отварным мясом (говядина)	240	18,086	21,6	29,07	355,2
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	29,42	30,68	129,55	912,764
			35	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			50,91	52,33	220,20	1558,3807

60 60 60 60

Согласовано нач. лаг.:  О.В. Ворончихина

Директор школы:  В.А. Васильев



Возрастная категория: 12-18лет

24.06.2025

Возрастная категория: 12-16 лет						
№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Сырники творожные запеченные	200	19,20	20,53	56,40	560,53
	Фрукт свежий (апельсин)	150	0,90	0,20	9,50	23,40
пп	Молоко сгущенное с сахаром	55	1,95	1,375	25,03	80,905
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		605	25,509	25,88	104,21	765,08
			26	26	25	26
ОБЕД						
	конфеты	60	0,24	0	45,6	154
39/2008г	Борщ с капустой и картофелем с мя	250	6,52	10,40	13,90	218,88
ттк	Запеканка картофельная с отварным мясом (говядина)	250	21,4	24,5	31,28	420
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ОБЕД:		860	35,51	35,85	151,48	1073,63
			36	35	36	36
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			61,02	61,73	255,69	1838,7083

62 61 61 61