

День:
педелия.

понедельник
первая педелия

Возрастная категория:

I - II ступень

Сезон:

осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	250	Суп молочный с макаронными изделиями	200	20,00
	хлеб	111	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	9,50
I - II ступень	закуска	105	Батон нарезной	40	4,00
			ИТОГО:	380	33,50
Обед					
	1 блюдо	151	Суп картофельный с клецками	180	18,50
I - ступень	2 блюдо	253	Каша молочная вязкая	180	18,00
	Гор.напиток	429	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	4,50
		517	Йогурт	100	25,00
		100	Сыр сычужный твердый порциями	15	11,00
	хлеб	111	Батон нарезной	40	4,00
			ИТОГО:	695	81,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
Обед	1 блюдо	151	Суп картофельный с клецками	180	18,50
	2 блюдо	253	Каша молочная вязкая	180	18,00
II - ступень	Гор.напиток	429	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	4,50
		517	Йогурт	100	25,00
		100	Сыр сычужный твердый порциями	20	14,00
	хлеб	111	Батон нарезной	40	4,66
			ИТОГО:	700	84,66
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День:

вторник

Неделя:

первая неделя

Возрастная категория:

I - II ступень

Сезон:

осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	267	Каша пшеничная молочная жидкая	250	22,5
	хлеб	111	Батон нарезной	40	4,5
I - II ступень	гор.напиток	495	Чай с молоком	200	6
			ИТОГО:	490	33,00
Обед					

I - ступень	1 блюдо	134	Борщ с фасолью и картофелем	200	20,00
		345	Котлеты или биточки рыбные	70	37,00
	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	291	Макаронные изделия отварные	130	13,00
	напиток	512	Компот из плодов или ягод сушеных	180	8,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50
			ИТОГО:	635	82,50
Обед			ИТОГО за день I - ступень		115,50
	1 блюдо	134	Борщ с фасолью и картофелем	200	20,00
II - ступень	гор.блюдо	345	Котлеты или биточки рыбные	70	37,00
	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	291	Макаронные изделия отварные	130	13,00
	напиток	512	Компот из плодов или ягод сушеных	180	8,66
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	4,00
			ИТОГО:	650	84,66
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День:	среда
Неделя:	первая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша рисовая вязкая	250	25,00
	Хлеб	111	Батон нарезной	60	5,50
I - II ступень	Напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	9,50
			ИТОГО:	535	40,00
	закуска	395	Овощи натуральные (огурцы,помидоры)	35	5,00
Обед	1 блюдо	159	Суп с рыбными консервами	180	15,00
	2 блюдо	456	Жаркое по-домашнему	180	45,00
	Гор.напиток	429	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	5,00
I - ступень	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50
	сладкое	507	Печенье	25	6,50
			ИТОГО:	645	79,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
Обед	закуска	395	Овощи натуральные (огурцы,помидоры)	35	5,00
	1 блюдо	159	Суп с рыбными консервами	200	20,00
	2 блюдо	456	Жаркое по-домашнему	180	45,00
II - ступень	Гор.напиток	429	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	5,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	3,16
	сладкое	507	Кондитерские изделия	25	6,50
			Итого:	670	84,66

			ИТОГО за день II - ступень	124,66
--	--	--	-----------------------------------	---------------

День:	четверг
Неделя:	первая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	247	Каша рисовая молочная жидкая	250	25,00
	гор.напиток	111	Чай с молоком (1-й вариант)	200	5,00
I - II ступень	Хлеб	105	Батон нарезной	25	2,50
			ИТОГО:	485	32,50
Обед	салаты	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50	8,50
	1 блюдо	162	Суп-лапша домашняя	150	15,00
	гор.блюдо	412	Котлеты, биточки, шницели припущенные	70	39,00
I - ступень	соус	456	Соус красный основной	15	1,00
	Гарнир	423	Капуста тушеная	100	10,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50
	Напиток	511	Компот из крыжовника или смородины черной	150	7,00
			ИТОГО:	640	83,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
Обед	салаты	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	45	8,16
	1 блюдо	162	Суп-лапша домашняя	180	17,00
	гор.блюдо	412	Котлеты, биточки, шницели припущенные	70	39,00
I - ступень	соус	456	Соус красный основной	15	1,00
	Гарнир	423	Капуста тушеная	150	15,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50
	Напиток	511	Компот из крыжовника или смородины черной	150	7,00
			ИТОГО:	690	89,66
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День:	пятница
Неделя:	первая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	260	Каша пшеничная вязкая	220	22,00
	гор.напиток	500	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	9,00
	Хлеб	101	Батон нарезной	25	2,50
I - II ступень					
			ИТОГО:	445	33,50

Обед	гор.блюдо	145	Щи из свежей капусты	180	15,00
	гор.блюдо	313	Запеканка из творога	150	36,00
	соус	472	Соус фруктовый на картофельном крахмале	30	2,00
I - ступень	гор.напиток	494	Чай с сахаром	180	4,50
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный	25	2,50
	сладкое	541	Пирожки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	22,00
			ИТОГО:	625	82,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
	гор.блюдо	145	Щи из свежей капусты	200	20,00
Обед	гор.блюдо	313	Запеканка из творога	180	40,16
	соус	472	Соус фруктовый на картофельном крахмале	30	2,00
	гор.напиток	494	Чай с сахаром	180	4,50
II - ступень	Хлеб	108	Хлеб пшеничный	25	2,50
	сладкое	541	Пирожки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	22,00
			ИТОГО:	675	91,16
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День:	понедельник
Неделя:	вторая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	266	Каша «Дружба»	200	22,00
	гор.напиток	507	Чай с молоком (2-й вариант)	180	5,00
I - II ступень	хлеб	117	Батон нарезной	25	2,50
			ИТОГО:	400	29,50
Обед	закуска	106	Овощи натуральные (огурцы, помидоры)	25	4,00
I - ступень	1 блюдо	149	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	160	16,50
	гор.блюдо	395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	70	29,00
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	100	10,00
	Напиток	518	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	24,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50

			ИТОГО:	580	86,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
Обед	закуска	106	Овощи натуральные (огурцы, помидоры)	25	4,00
	1 блюдо	149	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	20,00
II - ступень	гор.блюдо	395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	70	29,00
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,00
	Напиток	518	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	24,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	3,16
			ИТОГО:	670	95,16
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День: вторник
 Неделя: вторая неделя
 Возрастная категория: I - II ступень
 Сезон: осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	272	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	200	20
	гор.напток	513	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	9
I - II ступень	хлеб	117	Батон нарезной	25	2,5
			ИТОГО:	225	31,50
Обед	1 блюдо	156	Суп картофельный с рыбой	180	18,00
	гор.блюдо	253	Каша молочная вязкая	200	20,00
I - ступень	гор.напиток	498	Какао на сгущенном молоке	200	9,00
	хлеб	111	Батон нарезной	25	2,00
	сладкое	112	Плоды свежие	250	35,00
			ИТОГО:	805	84,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
Обед	1 блюдо	156	Суп картофельный с рыбой	200	20,00
II - ступень	гор.блюдо	253	Каша молочная вязкая	220	22,00
	гор.напиток	498	Какао на сгущенном молоке	200	9,00
	хлеб	111	Батон нарезной	25	2,16
	сладкое	112	Плоды свежие	250	35,00

		105	Масло сливочное	5	5,00
			ИТОГО:	650	93,16
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День:	среда
Неделя:	вторая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена	
Завтрак	гор.блюдо	170	Суп молочный с крупой	200	20,00	
	Хлеб	506	Чай с молоком (1-й вариант)	180	5,50	
I - II ступень	Напиток	117	Батон нарезной	40	4,00	
			ИТОГО:	535	29,50	
	салат	32	Салат "Летний"	60	11,50	
Обед	1 блюдо	164	Суп с макаронными изделиями и картофелем	180	18,00	
	гор.блюдо	406	Плов из отварной птицы	180	45,00	
	напиток	507	Компот из свежих плодов или ягод	200	9,00	
I - ступень	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50	
			ИТОГО:	645	86,00	
			ИТОГО за день I - ступень		115,50	
Обед	салат	32	Салат "Летний"	60	11,50	
	1 блюдо	164	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	20,00	
	гор.блюдо	406	Плов из отварной птицы	200	50,00	
	II - ступень	напиток	507	Компот из свежих плодов или ягод	200	9,00
		хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	45	4,66
			ИТОГО:	705	95,16	
			ИТОГО за день II - ступень		124,66	

День:	четверг
Неделя:	вторая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	256	Каша манная вязкая	180	20,00
	гор.напиток	508	Какао с молоком (1-й вариант)	200	5,00
I - II ступень	Хлеб	117	Батон нарезной	20	2,50
			ИТОГО:	400	27,50
Обед	закуска	106	Овощи натуральные	25	5,00
	1 блюдо	131	Борщ из свежей капусты	180	18,00
	гор.блюдо	390	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	70	39,00
I - ступень	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	429	Картофельное пюре	100	11,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	4,00
	напиток	508	Компот из смеси сухофруктов	200	9,00
			ИТОГО:	645	88,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
Обед	закуска	106	Овощи натуральные	25	5,00
	1 блюдо	131	Борщ из свежей капусты	210	21,66
	гор.блюдо	390	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	70	39,00
I - ступень	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	429	Картофельное пюре	150	16,50
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	4,00
	напиток	508	Компот из смеси сухофруктов	200	9,00
			ИТОГО:	725	97,16
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

День:	пятница
Неделя:	вторая неделя
Возрастная категория:	I - II ступень
Сезон:	осень

Школа	МБОУ ООШ № 11 (ОВЗ)			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	260	Каша ячневая вязкая	200	20,00

	гор.напиток	500	Чай с молоком (2-й вариант)	180	6,00
	Хлеб	101	Батон нарезной	20	2,50
I - II ступень					
			ИТОГО:	445	28,50
Обед	салат	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	7,00
	1 блюдо	138	Рассольник	150	15,00
	гор.блюдо	301	Омлет натуральный	150	40,00
I - ступень	гор.напиток	493	Чай с сахаром	180	4,50
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50
	выпечка	541	Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	18,00
			ИТОГО:	615	87,00
			ИТОГО за день I - ступень		115,50
	салат	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	7,00
Обед	1 блюдо	138	Рассольник	200	20,00
	гор.блюдо	301	Омлет натуральный	160	41,50
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	5,00
II - ступень	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	45	4,56
	выпечка	541	Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	18,00
			ИТОГО:	715	96,06
			ИТОГО за день II - ступень		124,66

		День	13.09.2021
Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
5,13	4,73	17,08	131,4
2,88	2,43	14,31	71,1
1,50	0,58	10,28	52,4
24,28	36,44	122,37	254,9
0,79	1,71	5,74	41,4
8,03	12,65	47,75	338,07
0,20	0,00	15,02	58,76
5,00	3,20	8,50	87
2,60	2,62	0,00	34,25
1,90	0,20	12,30	58,75
19	20	89	618
0,79	1,71	5,74	41,4
8,03	12,65	47,75	338,07
0,20	0,00	15,02	58,76
5,00	3,20	8,50	87
5,12	5,22	0,00	68,6
1,90	0,20	12,30	58,75
21	23	89	653

		День	14.09.2021
Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
9,75	11,83	44,75	354,50
3,00	1,16	20,56	104,80
1,50	1,30	15,90	81,00
14,25	14,29	81,21	44993

2,66	3,67	9,95	83,52
10,85	2,13	6,94	87,44
0,68	0,59	3,16	20,81
5,85	5,22	35,61	212,62
0,22	0,22	20,46	83,16
1,90	0,20	12,30	58,75
22,16	12,03	88,42	546
2,96	3,97	10,42	93,2
10,85	2,13	6,94	87,44
0,68	0,59	3,16	20,81
5,85	5,22	35,61	212,62
0,22	0,22	20,46	83,16
6,40	0,40	28,00	134,2
26,96	12,53	104,59	631

		День	01.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
7,85	14,77	46,25	349,25
3,00	1,16	20,56	104,80
3,20	2,70	15,90	79,00
14,05	18,63	82,71	44973
0,20	0,03	0,62	3,5
6,64	5,20	11,56	119,7
20,72	9,82	17,12	239,04
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
1,85	2,35	18,27	101,75
36,01	17,80	90,59	656,95
0,20	0,03	0,62	3,5
7,38	5,78	12,84	133
20,72	9,82	17,12	239,04
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
1,85	2,35	18,27	101,75
36,75	18,38	91,87	670

--	--	--	--

		День	02.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
10,70	17,65	39,40	359,25
3,00	1,16	20,56	104,80
0,05	8,25	0,08	74,80
13,75	27,06	60,04	539
0,95	4,21	5,56	64,26
1,84	4,01	10,01	79,92
11,01	10,28	7,13	162,33
0,68	0,59	3,16	20,81
3,70	3,60	3,90	63
6,40	0,40	28,00	134,2
0,20	0,06	17,70	70,34
24,78	23,15	75,46	594,86
0,95	4,21	5,56	64,26
1,84	4,01	10,01	79,92
11,01	10,28	7,13	162,33
0,68	0,59	3,16	20,81
3,42	4,37	14,62	112,63
6,40	0,40	28,00	134,2
0,20	0,06	17,70	70,34
24,50	23,92	86,18	644,49

		День	03.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
6,58	14,57	31,32	282,75
2,90	2,00	20,90	113,00
3,96	3,96	0,30	52,80
13,44	20,53	52,52	449

1,15	3,46	4,48	54,54
31,09	20,34	27,95	415,12
0,12	0,03	19,59	76,18
0,26	0,00	15,22	61,16
1,90	0,20	12,30	58,75
9,25	3,76	27,79	181,99
43,77	27,79	107,33	847,74
1,28	3,84	4,98	60,6
31,09	20,34	27,95	415,12
0,12	0,03	19,59	76,18
0,26	0,00	15,22	61,16
1,90	0,20	12,30	58,75
9,25	3,76	27,79	181,99
42,62	24,33	102,85	793,20

		День	06.09.2021
Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
5,26	11,66	25,06	226,2
1,35	1,17	15,66	78,3
1,88	0,73	12,85	65,5
24,28	36,44	122,37	44815
0,20	0,03	0,62	3,5
1,66	3,06	10,89	77,76
8,68	13,58	0,00	163,1
4,58	6,44	16,30	141,5
1,00	0,00	20,20	84,44
6,40	0,40	28,00	134,2

22,52	23,51	76,01	604,5
0,20	0,03	0,62	3,5
1,84	3,40	12,10	86,4
8,68	13,58	0,00	163,1
8,70	6,40	38,91	248,59
1,00	0,00	20,20	84,44
6,40	0,40	28,00	134,2
26,82	23,81	99,83	720,23

		День	07.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
6,44	8,46	25,92	205,56
2,88	2,43	14,31	71,1
1,50	0,58	10,28	52,4
10,82	11,47	50,51	44775
7,09	3,47	10,91	103,32
8,03	12,65	47,75	338,07
3,58	4,12	22,96	143,6
3,00	1,16	20,56	104,8
3,75	1,25	52,50	240
25,45	22,65	154,68	929,79
7,09	3,47	10,91	103,32
8,03	12,65	47,75	338,07
3,58	4,12	22,96	143,6
3,00	1,16	20,56	104,8
3,75	1,25	52,50	240

0,02	4,12	0,04	37,4
25,47	26,77	154,72	967

		День	08.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
4,34	4,64	14,87	118,62
1,35	1,17	14,31	72,9
1,50	0,58	10,28	52,4
7,19	6,39	39,46	44691
1,42	4,41	4,24	62,26
1,85	2,00	13,36	78,84
27,42	34,10	36,12	559,74
0,44	0,16	19,22	77,64
6,40	0,40	28,00	134,2
37,53	41,07	100,94	912,68
1,42	4,41	4,24	62,26
2,06	2,22	14,84	87,6
27,42	34,10	36,12	559,74
0,44	0,16	19,22	77,64
6,40	0,40	28,00	134,2
37,74	41,29	102,42	921

		День	09.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
7,74	11,82	35,54	279,4
3,24	2,97	22,50	129,6
1,50	0,58	10,28	52,4
12,48	15,37	68,32	461
0,15	0,05	1,05	4,97
1,19	3,49	5,04	56,34
7,93	10,02	9,05	158,71
0,68	0,59	3,16	20,81
3,26	5,37	21,71	148,73
6,40	0,40	28,00	134,2
0,10	0,00	19,40	73,8
19,71	19,92	87,41	597,56
0,15	0,05	1,05	4,97
1,19	3,49	5,04	56,34
7,93	10,02	9,05	158,71
0,68	0,59	3,16	20,81
3,26	5,37	21,71	148,73
6,40	0,40	28,00	134,2
0,10	0,00	19,40	73,8
19,71	19,92	87,41	597,56

		День	10.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
5,76	10,26	32,18	244,08

1,35	1,17	15,66	78,3
1,50	0,58	10,28	52,4
8,61	12,01	58,12	375
0,82	5,04	4,82	67,93
1,33	3,65	10,15	78,84
14,45	20,86	3,79	261,25
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
9,25	3,76	27,79	181,99
32,45	33,71	89,57	782,97
0,82	5,04	4,82	67,93
1,33	3,65	10,15	78,84
14,45	20,86	3,79	261,25
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
9,25	3,76	27,79	181,99
31,63	28,67	84,75	715,04