|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | Отд./корп |  |  | День | 20,02,2025 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 125 | Каша пшеничная молочная с маслом | 185/4 | 330,93 | 6,57 | 11,63 | 34,52 |
|  | гор.напиток | 271 | Чай с сахаром | 150 | 135 | 3,78 | --- | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Булочка | 31 | 96,5 | 2,06 | 0,32 | 15,44 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  |  |  |  |  | **591,79** | **12,42** | **14,84** | **71,25** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | хлеб бел. |  | Пряник | 36 | 74,78 | 2,66 | 0,42 | 19,93 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | гор.напиток | 258 | Кофейный напиток | 150 | 135,00 | 3,78 | 4,32 | 21,27 |
|  |  |  |  |  | **239,14** | **6,45** | **7,63** | **41,22** |
| Обед | закуска |  | Салат из лука | 50/5 | 60,9 | 0,58 | 4,74 | 3,56 |
|  | 1 блюдо | 59 | Борщ с мясом со сметаной | 250/11 | 202,15 | 7,57 | 4,77 | 25,84 |
|  | 2 блюдо | 216 | Рыба запеченная в омлете | 70 | 112,20 | 10,15 | 5,62 | 3,85 |
|  | гарнир | 148 | Макароны отварные с маслом | 120 | 207,83 | 4,21 | 6,24 | 31,90 |
|  | напиток | 255 | Компот из кураги | 150 | 48,52 | 0,24 | --- | 12,58 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  |  |  |  |  | **724,83** | **26,32** | **22,49** | **94,23** |
| Полдник | фрукты |  | Яблоко | 120 | 59,67 | 0,52 | ----- | 14,66 |
|  | сок |  | Сок фруктовый | 200 | 226,40 | 0,9 | --- | 37,84 |
|  | пюре |  | Пюре детское фруктовое | 90 | 50,0 | 1,0 | ------ | 12,5 |
|  |  |  |  |  | **336,07** | **2,42** | **---** | **65,00** |
| Ужин | закуска |  | Помидор соленый | 60 | 6,8 | --- | ---- | 1,7 |
|  | 2 блюдо | 163 | Картофельное пюре с маслом | 125 | 281,90 | 3,99 | 9,69 | 32,29 |
|  |  | 120 | Котлета | 45 | 119,85 | 12,67 | 5,55 | 4,05 |
|  | гор.напиток | 270 | Чай с лимоном | 150 | 58,13 | 0,15 | ----- | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | Кисломол. продукт |  | Йогурт | 100 | 62 | 3,36 | 3,33 | 2,71 |
|  |  |  |  |  | **635,24** | **18,94** | **21,78** | **77,98** |
|  |  |  |  |  | **2527,07** | **66,55** | **66,74** | **349,68** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | Отд./корп |  |  | День | 21,02,2024 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 124 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 145/20 | 209,91 | 8,07 | 9,44 | 43,36 |
|  | гор.напиток | 258 | Кофейный напиток | 150 | 135,00 | 3,78 | 4,32 | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  |  |  |  |  | **451,47** | **13,98** | **16,97** | **80,59** |
| Завтрак 2 | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | гор.напиток | 243 | Какао | 150 | 135 | 3,75 | 4,35 | 21,3 |
|  | пюре |  | Пюре детское фруктовое | 90 | 50,0 | 1,0 | ------ | 12,5 |
|  |  |  |  |  | **291,56** | **9,00** | **7,56** | **49,76** |
| Обед | закуска |  | Салат из свежей капусты с морковью | 50/5 | 60,9 | 0,58 | 4,74 | 3,56 |
|  | 1 блюдо | 38 | Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной | 250\11 | 173,54 | 6,01 | 4,28 | 19,24 |
|  | 2 блюдо | 163 | Картофель тушенный с мясом | 150 | 164,78 | 10,60 | 8,91 | 18,24 |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |
|  | напиток | 255 | Компот из чернослива | 150 | 48,52 | 0,24 | --- | 12,58 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  |  |  |  |  | **524,94** | **19,55** | **18,25** | **69,56** |
| Полдник | фрукты |  | Яблоко | 125 | 55,40 | 0,27 | ----- | 13,24 |
|  | сок |  | Сок фруктовый | 200 | 226,40 | 0,9 | --- | 37,84 |
|  |  |  |  |  | **281,80** | **1,17** | **---** | **51,08** |
| Ужин | закуска |  | Салат из свеклы с яблоками | 50 | 53,04 | 0,66 | 5,04 | 2,34 |
|  | 2 блюдо | 148 | Рыба тушенная с овощами | 50 | 163,62 | 5,70 | 8,19 | 4,59 |
|  | гарнир | 196 | Каша гречневая с мясом | 150 | 215,46 | 11,44 | 11,09 | 27,29 |
|  | гор.напиток | 270 | Чай | 150 | 58,13 | 0,15 | ----- | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 45 | 124,13 | 3,42 | 0,54 | 25,62 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | кисломол.прод |  | Йогурт | 100 | 62 | 3,36 | 3,33 | 2,71 |
|  |  |  |  |  | **705,74** | **24,74** | **31,08** | **83,84** |
|  |  |  |  |  | **2,255,51** | **68,44** | **73,86** | **334,83** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | | | | Отд./корп | |  | |  | | День | | 24,02,2025 | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Прием пищи | Раздел | | № рец. | | Блюдо | | Выход, г | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | | 45 | | Суп лапша молочная с маслом | | 200\4 | | 303,19 | | 9,00 | | 10,64 | | 31,63 | |
|  | гор.напиток | | 183 | | Кисель | | 150 | | 64,70 | | 0,32 | | --- | | 16,78 | |
|  | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 35 | | 67,5 | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | масло | |  | | Масло порционное | | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | пюре | |  | | Пюре детское фруктовое | | 90 | | 50,0 | | 1,0 | | ------ | | 12,5 | |
|  |  | |  | |  | |  | | **514,75** | | **12,99** | | **13,84** | | **78,32** | |
| Завтрак 2 | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 35 | | 67,5 | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | масло | |  | | Масло порционное | | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | гор.напиток | | 243 | | Какао | | 150 | | 135 | | 3,75 | | 4,35 | | 21,3 | |
|  | сыр | |  | | Сыр порционный | | 12 | | 47,28 | | 3,24 | | 3,30 | | --- | |
|  |  | |  | |  | |  | | **279,14** | | **9,66** | | **10,85** | | **38,71** | |
| Обед | закуска | |  | | Салат из красной свеклы с изюмом | | 50 | | 60,9 | | 0,53 | | 4,74 | | 3,56 | |
|  | 1 блюдо | | 58 | | Щи с мясом со сметаной | | 250/11 | | 172,77 | | 6,48 | | 4,72 | | 19,33 | |
|  | 2 блюдо | | 181 | | Тефтели | | 50 | | 99,88 | | 11,70 | | 4,94 | | 3,76 | |
|  | гарнир | | 216 | | Картофельное пюре | | 120 | | 244,80 | | 3,97 | | 5,70 | | 32,30 | |
|  | напиток | | 255 | | Компот из кураги | | 150 | | 48,52 | | 0,24 | | --- | | 12,58 | |
|  | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 40 | | 77,2 | | 2,12 | | 0,32 | | 15,94 | |
|  |  | |  | |  | |  | | **704,07** | | **25,04** | | **23,42** | | **87,47** | |
| Полдник | фрукты | |  | | Апельсин | | 125 | | 55,40 | | 0,27 | | ----- | | 13,24 | |
|  | сок | |  | | Сок фруктовый | | 200 | | 226,40 | | 0,9 | | --- | | 37,84 | |
|  |  | |  | |  | |  | | **281,80** | | **1,17** | | **---** | | **51,08** | |
| Ужин | закуска | |  | | Салат из лука с зеленым горошком | | 50 | | 60,9 | | 0,53 | | 4,74 | | 3,56 | |
|  | 2 блюдо | | 216 | | Рыба запеченная с овощами в омлете | | 50 | | 77,96 | | 8,70 | | 6,35 | | 9,80 | |
|  | гарнир | | 196 | | Каша перловая с подливом | | 120/30 | | 175,95 | | 3,79 | | 12,05 | | 27,84 | |
|  | гор.напиток | | 265 | | Чай с шиповником | | 150 | | 58,13 | | 0,15 | | ----- | | 21,27 | |
|  | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 40 | | 77,2 | | 2,12 | | 0,32 | | 15,94 | |
|  | масло | |  | | Масло порционное | | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | Кисломол.прод | |  | | Йогурт | | 100 | | 62 | | 3,36 | | 3,33 | | 2,71 | |
|  |  | |  | |  | |  | | **541,50** | | **18,66** | | **29,68** | | **81,14** | |
|  |  | |  | |  | |  | | **67,52** | | **69,58** | | **77,79** | | **336,72** | |
| Школа | | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | | | | Отд./корп | |  | |  | | День | | 25,02,2025 | |
|  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Прием пищи | | Раздел | | № рец. | | Блюдо | | Выход, г | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | | гор.блюдо | | 44 | | Суп рисовый молочный с маслом | | 200/4 | | 189,18 | | 9,41 | | 13,34 | | 52,41 | |
|  | | гор.напиток | | 265 | | Чай | | 150 | | 135 | | 3,78 | | --- | | 21,27 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Булочка | | 40 | | 106,5 | | 4,03 | | 6,11 | | 19,93 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | |  | |  | |  | |  | | **460,04** | | **17,23** | | **22,34** | | **93,63** | |
|  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Завтрак 2 | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 35 | | 67,5 | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | | яйцо | |  | | Яйцо вареное | | 1шт | | 104,0 | | 13,1 | | 11,5 | | 0,9 | |
|  | | гор.напиток | | 258 | | Кофейный напиток | | 150 | | 135,00 | | 3,78 | | 4,32 | | 21,27 | |
|  | |  | |  | |  | |  | | **306,50** | | **19,54** | | **16,13** | | **39,56** | |
| Обед | | закуска | |  | | Кукуруза консервированная | | 50 | | 60,9 | | 0,58 | | ---- | | 3,56 | |
|  | | 1 блюдо | | 37 | | Суп гороховый с мясом | | 250/25 | | 230,75 | | 12,91 | | 4,96 | | 32,32 | |
|  | | 2 блюдо | | 170 | | Котлета с подливом | | 40/15 | | 81,20 | | 9,51 | | 4,12 | | 3,06 | |
|  | | гарнир | | 11 | | Вермишель отварная с маслом | | 150/4 | | 193,58 | | 4,22 | | 6,25 | | 16,93 | |
|  | | напиток | | 255 | | Компот из изюма | | 150 | | 48,52 | | 0,24 | | --- | | 12,58 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 40 | | 77,2 | | 2,12 | | 0,32 | | 15,94 | |
|  | |  | |  | |  | |  | | **692,15** | | **30,44** | | **20,68** | | **79,50** | |
| Полдник | | фрукты | |  | | Апельсин | | 125 | | 55,40 | | 0,27 | | ----- | | 13,24 | |
|  | | сок | |  | | Сок фруктовый | | 200 | | 226,40 | | 0,9 | | --- | | 37,84 | |
|  | | пюре | |  | | Пюре детское фруктовое | | 90 | | 50,0 | | 1,0 | | ------ | | 12,5 | |
|  | |  | |  | |  | |  | | **331,80** | | **2,17** | | **---** | | **63,58** | |
|  | | закуска | |  | | Икра кабачковая | | 50 | | 54,0 | | ------ | | 3,78 | | 3,78 | |
|  | | 2 блюдо | | 163 | | Жаркое по домашнему с мясом | | 140 | | 161,93 | | 12,13 | | 10,11 | | 20,67 | |
|  | | гарнир | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | гор.напиток | | 265 | | Чай с сахаром с шиповником | | 150 | | 135 | | 3,78 | | --- | | 21,27 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | 40 | | 110,34 | | 3,04 | | 0,48 | | 22,77 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | |  | |  | | Йогурт | | 100 | | 62 | | 3,36 | | 3,33 | | 2,71 | |
|  | |  | |  | |  | |  | | **552,63** | | **21,40** | | **20,43** | | **64,39** | |
|  | |  | |  | |  | |  | | **2348,12** | | **90,78** | | **79,58** | | **378,16** | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | Отд./корп |  |  | День | 26,02,2025 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 124 | Запеканка из творога с изюмом с повидлом | 170\20 | 213,54 | 12,09 | 7,29 | 23,00 |
|  | гор.напиток | 265 | Чай | 150 | 58,13 | 0,15 | ----- | 21,27 | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Булочка | 40 | 96,5 | 2,66 | 0,42 | 19,93 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  |  |  |  |  | **397,53** | **14,91** | **10,60** | **64,22** |
| Завтрак 2 | хлеб бел. |  | Хлеб | 35 | 67,5 | 2,66 | 0,31 | 17,39 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | сладкое |  | Конфеты | 22 | 38,72 | 2,29 | 3,08 | 0,26 |
|  | гор.напиток | 243 | Какао | 150 | 135 | 3,75 | 4,35 | 21,3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **270,58** | **8,71** | **10,63** | **38,97** |
| Обед | закуска | 3 | Салат из свежей капусты и яблок | 50 | 60,9 | 0,58 | 4,74 | 3,56 |
|  | 1 блюдо | 36 | Суп овощной с мясом со сметаной | 250\11 | 156,78 | 7,7 | 3,95 | 19,33 |
|  | 2 блюдо | 158 | Бефстроганово | 40 | 111,46 | 13,95 | 12,04 | 5,28 |
|  | гарнир | 216 | Картофельное пюре | 130 | 289,31 | 4,69 | 4,56 | 25,84 |
|  | напиток | 183 | Кисель | 150 | 64,70 | 0,32 |  | 16,78 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб пшеничный | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  |  |  |  |  | **760,35** | **29,36** | **25,61** | **86,73** |
| Полдник | фрукты |  | Апельсин | 125 | 55,40 | 0,27 | ----- | 13,24 |
|  | сок |  | Сок фруктовый | 200 | 226,40 | 0,9 | --- | 37,84 |
|  | пюре |  | Пюре детское фруктовое | 90 | 50,0 | 1,0 | ------ | 12,5 |
|  |  |  |  |  | **331,80** | **2,17** | **---** | **63,58** |
| Ужин | закуска |  | Салат из квашеной капусты с луком | 50 | 60,9 | 0,53 | 4,74 | 3,56 |
|  | 2 блюдо | 163 | Каша гречневая с мясом с маслом | 140 | 192,91 | 2,48 | 4,71 | 24,53 |
|  | гарнир |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гор.напиток | 265 | Чай с сахаром | 150 | 58,13 | 0,15 | ----- | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | кисломол. прод |  | Йогурт | 100 | 62 | 3,36 | 3,33 | 2,71 |
|  | сыр |  | Сыр порционный | 12 | 47,28 | 3,24 | 3,30 | --- |
|  |  |  |  |  | **527,78** | **11,89** | **19,29** | **68,02** |
|  |  |  |  |  | **2288,04** | **67,04** | **66,13** | **321,52** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | | | Отд./корп | |  | |  | | День | | 27,02,2025 | |
|  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| Прием пищи | | Раздел | | № рец. | | Блюдо | Выход, г | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | | гор.блюдо | | 93 | | Каша дружба молочная с маслом | 185/4 | | 197,59 | | 5,37 | | 6,83 | | 28,72 | |
|  | | гор.напиток | | 265 | | Чай | 150 | | 58,13 | | 0,15 | | ----- | | 21,27 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | 35 | | 67,5 | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | | яйцо | |  | | Яйцо вареное | 1шт | | 104,0 | | 13,1 | | 11,5 | | 0,9 | |
|  | |  | |  | |  |  | | **456,58** | | **21,29** | | **21,53** | | **68,3** | |
| Завтрак 2 | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | 35 | | 67,5 | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | 4 | | 29,36 | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | | гор.напиток | | 258 | | Кофейный напиток | 150 | | 135,00 | | 3,78 | | 4,32 | | 21,27 | |
|  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сладкое | |  | | Конфеты | 22 | | 38,72 | | 2,29 | | 3,08 | | 0,26 | |
|  | |  | |  | |  |  | | **270,58** | | **8,74** | | **10,60** | | **38,94** | |
| Обед | | закуска | |  | | Салат из лука с зеленым горошком | 50 | | 60,9 | | 0,58 | | 4,74 | | 3,56 | |
|  | | 1 блюдо | | 42 | | Уха из с\м филе горбуши | 250 | | 96,85 | | 11,00 | | 3,42 | | 5,3 | |
|  | | 2 блюдо | | 296 | | Оладьи с повидлом | 100\20 | | 330,47 | | 7,02 | | 6,47 | | 61,04 | |
|  | | гарнир | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | напиток | | 255 | | Компот из изюма | 150 | | 169,8 | | 0,67 | | ---- | | 28,38 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | 40 | | 77,2 | | 2,13 | | 0,33 | | 19,92 | |
|  | |  | |  | |  |  | | **735,22** | | **21,40** | | **14,96** | | **118,20** | |
| Полдник | | фрукты | |  | | Апельсин | 125 | | 55,40 | | 0,27 | | ----- | | 13,24 | |
|  | | сок | |  | | Сок фруктовый | 200 | | 226,40 | | 0,9 | | --- | | 37,84 | |
|  | | пюре | |  | | Пюре детское фруктовое | 90 | | 50,0 | | 1,0 | | ------ | | 12,5 | |
|  | |  | |  | |  |  | | **331,80** | | **2,17** | | **---** | | **63,58** | |
| Ужин | | закуска | |  | | Салат из яйца, кукурузы, и лука | 50 | | 60,9 | | 0,58 | | 4,74 | | 3,56 | |
|  | | 2 блюдо | | 154 | | Жаркое по домашнему с мясом кур | 130, | | 139,35 | | 9,56 | | 8,04 | | 16,45 | |
|  | | гор.напиток | | 265 | | Чай с сахаром с шиповником | 150 | | 135 | | 3,78 | | --- | | 21,27 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | 40 | | 110,34 | | 3,04 | | 0,48 | | 22,77 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | 5 | | 36,7 | | 0,02 | | 3,62 | | 0,025 | |
|  | | кисломол. прод | |  | | Йогурт | 100 | | 62 | | 3,36 | | 3,33 | | 2,71 | |
|  | |  | |  | |  |  | | **544,29** | | **20,34** | | **20,21** | | **66,78** | |
|  | |  | |  | |  |  | | **2338,47** | | **73,94** | | **67,35** | | **355,80** | |
| Школа | | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | | | | | Отд./корп | |  | |  | | День | | 28,02,2025 | |
|  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Прием пищи | | Раздел | | № рец. | | Блюдо | | | Выход, г | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | | гор.блюдо | | 128 | | Зразы творожные с изюмом со сгущенным молоком | | | 140\20 | | 354,26 | | 16,66 | | 10,19 | | 22,19 | |
|  | | гор.напиток | | 265 | | Чай с лимоном | | | 150/5 | | 77,5 | | 0,20 | | --- | | 20,00 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | | 40 | | 199,80 | | 4,25 | | 2,90 | | 39,93 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | | | 5 | | 36,70 | | 0,02 | | 3,62 | | 0,025 | |
|  | | сладкое | |  | | Конфеты | | | 22 | | 38,72 | | 2,29 | | 3,08 | | 0,26 | |
|  | |  | |  | |  | | |  | | **668,26** | | **21,13** | | **16,71** | | **82,15** | |
| Завтрак 2 | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | | 35 | | 67,5 | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | | гор.напиток | | 243 | | Какао | | | 150 | | 135 | | 3,75 | | 4,35 | | 21,3 | |
|  | | сыр | |  | | Сыр порционный | | | 12 | | 47,28 | | 3,24 | | 3,30 | | --- | |
|  | |  | |  | |  | | |  | | **249,78** | | **9,65** | | **7,96** | | **38,69** | |
| Обед | | закуска | |  | | Икра кабачковая | | | 50 | | 54,0 | | ------ | | 3,78 | | 3,78 | |
|  | | 1 блюдо | | 53 | | Щи с мясом со сметаной | | | 250/5 | | 133,45 | | 6,2 | | 4,5 | | 18,52 | |
|  | | 2 блюдо | | 143 | | Котлета рыбная | | | 50 | | 96,5 | | 2,66 | | 0,42 | | 19,93 | |
|  | | гарнир | | 214 | | Картофель отварной с маслом | | | 100/5 | | 179,52 | | 1,72 | | 6,76 | | 20,32 | |
|  | | напиток | | 255 | | Компот из чернослива | | | 150 | | 169,8 | | 0,67 | | ---- | | 28,38 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | | 40 | | 77,2 | | 2,12 | | 0,32 | | 15,94 | |
|  | |  | |  | |  | | |  | | **710,47** | | **13,37** | | **15,78** | | **106,87** | |
| Полдник | |  | |  | | Апельсин | | | 125 | | 55,40 | | 0,27 | | ----- | | 13,24 | |
|  | |  | |  | | Сок фруктовый | | | 200 | | 226,40 | | 0,9 | | --- | | 37,84 | |
|  | |  | |  | | Пюре детское фруктовое | | | 90 | | 50,0 | | 1,0 | | ------ | | 12,5 | |
|  | |  | |  | |  | | |  | | **331,80** | | **2,17** | | **---** | | **63,58** | |
|  | | закуска | |  | | Салат из красной свеклы | | | 50 | | 60,9 | | 0,58 | | 4,74 | | 3,56 | |
| Ужин | |
|  | | 2 блюдо | | 111 | | Вермишель отварная с маслом | | | 120 | | 184,73 | | 3,74 | | 4,30 | | 28,36 | |
|  | |  | | 158 | | Бефстроганово | | | 45 | | 188,31 | | 17,43 | | 10,85 | | 5,24 | |
|  | | гор.напиток | | 270 | | Чай с сахаром | | | 150 | | 135 | | 3,78 | | 4,32 | | 21,27 | |
|  | | хлеб бел. | |  | | Хлеб | | | 40 | | 77,2 | | 2,12 | | 0,32 | | 15,94 | |
|  | | масло | |  | | Масло порционное | | | 6 | | 88,08 | | 0,02 | | 8,7 | | 0,03 | |
|  | |  | |  | | Йогурт | | | 100 | | 62 | | 3,36 | | 3,33 | | 2,71 | |
|  | |  | |  | |  | | |  | | **796,22** | | **31,03** | | **36,56** | | **77,11** | |
|  | |  | |  | |  | | |  | | **2756,53** | | **77,35** | | **77,01** | | **368,40** | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | Отд./корп |  |  | День | 03,03,2024 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 106 | Каша ячневая молочная с маслом | 185\4 | 222,28 | 7,06 | 9,32 | 32,09 |
|  | гор.напиток | 261 | Чай с молоком | 150 | 135 | 3,78 | 4,32 | 21,27 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 35 | 67,5 | 2,66 | 0,31 | 17,39 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  |  |  |  |  | **454,14** | **13,51** | **16,84** | **70,76** |
| Завтрак 2 | хлеб бел. |  | Хлеб | 35 | 67,5 | 2,66 | 0,31 | 17,39 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  | гор.напиток | 243 | Какао | 150 | 135 | 3,75 | 4,35 | 21,3 |
|  | сладкое |  | Конфеты | 22 | 38,72 | 2,29 | 3,08 | 0,26 |
|  |  |  |  |  | **270,58** | **8,71** | **10,63** | **38,97** |
| Обед | закуска |  | Салат из моркови с курагой | 50 | 60,9 | 0,58 | 4,74 | 3,56 |
|  | 1 блюдо | 35 | Свекольник с мясом со сметаной | 250\5 | 138,74 | 4,85 | 3,77 | 14,14 |
|  | 2 блюдо | 148 | Рыба тушенная с овощами в сметанном соусе | 40/6 | 83,60 | 9,45 | 6,42 | 3,44 |
|  | гарнир | 213 | Картофель тушенный с мясом | 120 | 122,76 | 8,86 | 7,45 | 15,25 |
|  | сладкое | 255 | Компот из кураги | 150 | 48,52 | 0,24 | ---- | 12,58 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 90,4 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
|  |  |  |  |  | **544,92** | **27,02** | **22,74** | **68,85** |
| Полдник | фрукты |  | Апельсин | 125 | 55,40 | 0,27 | ----- | 13,24 |
|  | сок |  | Сок фруктовый | 200 | 226,40 | 0,9 | --- | 37,84 |
|  | пюре |  | Пюре детское фруктовое | 90 | 50,0 | 1,0 | --- | 12,5 |
|  |  |  |  |  | **331,80** | **2,17** | **---** | **63,58** |
|  | закуска |  | Икра кабачковая | 50 | 73,67 | 0,74 | 4,74 | 6,68 |
| Ужин |
|  | 2 блюдо | 256 | Капуста тушенная с мясом | 180 | 129,31 | 14,34 | 13,91 | 19,47 |
|  | гор.напиток | 265 | Чай с сахаром | 150 | 58,09 | 0,15 |  | 15,69 |
|  | хлеб бел. |  | Хлеб | 40 | 77,2 | 2,12 | 0,32 | 15,94 |
|  | масло |  | Масло порционное | 4 | 29,36 | 0,01 | 2,89 | 0,019 |
|  |  |  | Йогурт | 100 | 62 | 3,36 | 3,33 | 2,71 |
|  | яйцо |  | Яйцо вареное | 1шт | 104 | 13,1 | 11,5 | 0,9 |
|  |  |  |  |  | **533,63** | **33,82** | **36,69** | **61,41** |
|  |  |  |  |  | **2135,07** | **85,23** | **86,90** | **303,57** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | | | | | Отд./корп | |  |  | | День | | 04,03,2025 | |
|  | |  |  | | |  | | |  | |  |  | |  | |  | |
| Прием пищи | | Раздел | № рец. | | | Блюдо | | | Выход, г | | Калорийность | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | | гор.блюдо | 106 | | | Макаронная запеканка с маслом | | | 180\4 | | 236,62 | 6,74 | | 8,93 | | 30,99 | |
|  | | гор.напиток | 261 | | | Чай | | | 150 | | 58,13 | 0,12 | | ----- | | 11,71 | |
|  | | хлеб бел. |  | | | Хлеб | | | 40 | | 77,2 | 2,13 | | 0,33 | | 15,94 | |
|  | | масло |  | | | Масло порционное | | | 4 | | 29,36 | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | |  |  | | |  | | |  | | **401,31** | **14,76** | | **17,98** | | **51,01** | |
| Завтрак 2 | | хлеб бел. |  | | | Хлеб | | | 35 | | 67,5 | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 | |
|  | | гор.напиток | 243 | | | Какао | | | 150 | | 135 | 3,75 | | 4,35 | | 21,3 | |
|  | | сыр |  | | | Сыр порционный | | | 12 | | 42,87 | 3,24 | | 3,30 | | --- | |
|  | | пюре |  | | | Пюре детское фруктовое | | | 90 | | 50 | 1 | | ---- | | 12,5 | |
|  | |  |  | | |  | | |  | | **295,37** | **10,65** | | **7,96** | | **51,19** | |
| Обед | | закуска |  | | | Салат из свежей капусты с яблоками | | | 50 | | 60,9 | 0,58 | | 4,74 | | 3,56 | |
|  | | 1 блюдо | 35 | | | Суп рисовый с мясом со сметаной | | | 250\5 | | 105.54 | 4,30 | | 8,16 | | 12,80 | |
|  | | 2 блюдо | 273 | | | Блины со сметанным соусом | | | 120\20 | | 249,90 | 4,07 | | 7,14 | | 44,27 | |
|  | | гарнир |  | | |  | | |  | |  |  | |  | |  | |
|  | | сладкое | 255 | | | Компот из чернослива | | | 150 | | 48,52 | 0,24 | | --- | | 12,58 | |
|  | | хлеб бел. |  | | | Хлеб | | | 40 | | 77,2 | 2,13 | | 0,33 | | 15,94 | |
|  | |  |  | | |  | | |  | | **542,06** | **11,32** | | **20,37** | | **89,15** | |
| Полдник | | фрукты |  | | | Пряник | | | 72 | | 35,80 | 0,15 | | ----- | | 4,90 | |
|  | | сок |  | | | Сок фруктовый | | | 200 | | 226,4 | 0,9 | | --- | | 37,84 | |
|  | |
|  | |  |  | | |  | | |  | | **262,20** | **1,05** | | **---** | | **42,74** | |
|  | | закуска |  | | | Соленый помидор | | | 61 | | 14,00 | ----- | | ---------- | | 3,50 | |
| Ужин | |
|  | | 2 блюдо | 148 | | | Рыба запеченная с овощами | | | 45/15 | | 83,60 | 9,45 | | 6,42 | | 3,44 | |
|  | | гарнир | 83 | | | Овощное рагу с мясом со сметаной | | | 140/5 | | 164,57 | 2,37 | | 5,29 | | 25,73 | |
|  | | гор.напиток | 261 | | | Чай с сахаром | | | 150 | | 135 | 3,78 | | 4,32 | | 21,27 | |
|  | | хлеб бел. |  | | | Хлеб | | | 40 | | 77,2 | 2,13 | | 0,33 | | 15,94 | |
|  | | масло |  | | | Масло порционное | | | 4 | | 29,36 | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 | |
|  | |  |  | | | Йогурт | | | 100 | | 62 | 3,36 | | 3,33 | | 2,71 | |
|  | |  |  | | |  | | |  | | **565,73** | **11,55** | | **15,95** | | **68,14** | |
|  | |  |  | | |  | | |  | | **2066,67** | **49,73** | | **62,26** | | **302,23** | |
| Школа | | ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай | | | | | | Отд./корп | |  | | |  | | День | | 05,03,2025 |
|  | |  | | |  | |  |  | |  | | |  | |  | |  |
| Прием пищи | Раздел | | | № рец. | | | Блюдо | Выход, г | | Калорийность | | | Белки | | Жиры | | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | | | 125 | | | Творожно-морковная запеканка со сгущенным молоком | 150\20 | | 236,15 | | | 9,08 | | 10,63 | | 48,79 |
|  | гор.напиток | | | 243 | | | Какао | 150 | | 135 | | | 3,75 | | 4,35 | | 21,3 |
|  | хлеб бел. | | |  | | | Хлеб | 35 | | 67,5 | | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 |
|  | масло | | |  | | | Масло порционное | 4 | | 29,36 | | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 |
|  | сыр | | |  | | | Сыр порционный | 12 | | 47,28 | | | 3,24 | | 3,30 | | --- |
|  |  | | |  | | |  |  | | **515,29** | | | **18,74** | | **21,48** | | **87,50** |
| Завтрак 2 | хлеб бел. | | |  | | | Хлеб | 35 | | 67,5 | | | 2,66 | | 0,31 | | 17,39 |
|  | масло | | |  | | | Масло порционное | 5 | | 29,36 | | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 |
|  | гор.напиток | | | 258 | | | Кофейный напиток | 150 | | 135,00 | | | 3,78 | | 4,32 | | 21,27 |
|  |  | | |  | | |  |  | | **231,86** | | | **6,45** | | **7,52** | | **38,68** |
| Обед | закуска | | | 20 | | | Салат из свеклы с черносливом | 50 | | 60,9 | | | 0,58 | | 4,74 | | 3,56 |
|  | 1 блюдо | | | 58 | | | Щи с мясом со сметаной | 250\11 | | 117,96 | | | 3,95 | | 4,45 | | 13,44 |
|  | 2 блюдо | | | 174 | | | Плов с мясом | 150 | | 260,23 | | | 14,58 | | 13,90 | | 34,72 |
|  | напиток | | | 255 | | | Компот из изюма | 150 | | 48,52 | | | 0,24 | | --- | | 12,58 |
|  | хлеб бел. | | |  | | | Хлеб | 40 | | 77,2 | | | 2,12 | | 0,32 | | 15,94 |
|  |  | | |  | | |  |  | | **564,81** | | | **21,47** | | **23,41** | | **80,24** |
| Полдник | фрукты | | |  | | | Апельсин | 125 | | 55,40 | | | 0,27 | | ----- | | 13,24 |
|  | сок | | |  | | | Сок фруктовый | 200 | | 226,4 | | | 0,9 | | --- | |  |
| 37,84 |
|  | пюре | | |  | | | Пюре детское фруктовое | 90 | | 50 | | | 1 | | ---- | | 12,5 |
|  |  | | |  | | |  |  | | **331,80** | | | **2,17** | | **---** | | **63,58** |
|  | закуска | | |  | | | Салат из свежей капусты с яблоками | 50 | | 60,9 | | | 0,58 | | 4,74 | | 3,56 |
| Ужин |
|  | 2 блюдо | | | 163 | | | Картофель тушеный с мясом | 120 | | 143,92 | | | 8,86 | | 8,43 | | 18,69 |
|  | гор.напиток | | | 270 | | | Чай с сахаром с лимоном | 150 | | 135 | | | 3,78 | | 4,32 | | 21,27 |
|  | хлеб бел. | | |  | | | Хлеб | 40 | | 110,34 | | | 3,04 | | 0,48 | | 22,78 |
|  | масло | | |  | | | Масло порционное | 4 | | 29,36 | | | 0,01 | | 2,89 | | 0,019 |
|  | яйцо | | |  | | | Яйцо вареное | 1шт | | 104,0 | | | 13,1 | | 11,5 | | 0,9 |
|  |  | | |  | | |  |  | | **583,52** | | | **29,37** | | **32,36** | | **67,21** |
|  |  | | |  | | |  |  | | **2227,28** | | | **78,20** | | **84,77** | | **337,21** |