

День:	понедельник				
неделя:	первая неделя				
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет				
Сезон:	осень				
Школа	МБОУ " ООШ № 11 "			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша молочная вязкая	250	25,00
	гор.напиток	500	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	9,50
		517	Йогурт	100	25,00
		100	Сыр сычужный твердый порциями	22	14,66
	хлеб	105	Масло сливочное	5	5,00
	хлеб	111	Батон нарезной	50	5,00
			ИТОГО:	627	84,16
День:	вторник				
Неделя:	первая неделя				
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет				
Сезон:	осень				
Школа	МБОУ " ООШ № 11 "			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	салаты	31	Салат сезонный	80	14
	гор.блюдо	345	Котлеты или биточки рыбные	70	37,00
	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	291	Макаронные изделия отварные	180	18,00
	напиток	512	Компот из плодов или ягод сушеных	200	9,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	45	4,66
			ИТОГО:	550	84,66
День:	среда				
Неделя:	первая неделя				
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет				
Сезон:	осень				
Школа	МБОУ " СОШ № 11 "			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	закуска	395	Овощи натуральные (огурцы,помидоры)	35	5,00
	гор.блюдо	456	Жаркое по-домашнему	220	57,00
	Гор.напиток	429	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	5,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	45	4,66
	сладкое	507	Кондитерские изделия	50	13,00

				ИТОГО:	525	84,66	
День:	четверг						
Неделя:	первая неделя						
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет						
Сезон:	осень						
Школа	МБОУ " СОШ № 11 "				Отд./корп		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена		
Завтрак	салаты	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	80	14,00		
	гор.блюдо	412	Котлеты, биточки, шницели припущенные	70	39,00		
	соус	456	Соус красный основной	15	1,00		
	Гарнир	423	Капуста тушеная	180	18,00		
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35	3,66		
	Напиток	511	Компот из крыжовника или смородины черной	200	9,00		
			ИТОГО:	580	84,66		

День:	пятница						
Неделя:	первая неделя						
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет						
Сезон:	осень						
Школа	МБОУ " СОШ № 11 "				Отд./корп		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена		
Завтрак	гор.блюдо	313	Запеканка из творога	200	48,00		
	соус	472	Соус фруктовый на картофельном крахмале	50	4,66		
	гор.напиток	494	Чай с лимоном	200	5,00		
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	5,00		
	сладкое	541	Пирожки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	22,00		
			ИТОГО:	535	84,66		

День:	понедельник						
Неделя:	вторая неделя						
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет						
Сезон:	осень						
Школа	МБОУ СОШ № 11 (начальная школа)				Отд./корп		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена		
Завтрак	закуска	106	Овощи натуральные (огурцы,помидоры)	40	6,00		

	гор.блюдо	395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	70	29,00
	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,00
	Напиток	518	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	24,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	5,66
			ИТОГО:	505	84,66

День:	вторник		
Неделя:	вторая неделя		
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет		
Сезон:	осень		

Школа	МБОУ "ООШ № 11"			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша молочная вязкая	250	25,00
		100	Сыр сычужный твердый порциями	15	11,00
	гор.напток	498	Какао на сгущеном молоке	200	9,00
	хлеб	111	Батон нарезной	40	4,66
	сладкое	112	Плоды свежие	250	35,00
			ИТОГО:	750	84,66

День:	среда		
Неделя:	вторая неделя		
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет		
Сезон:	осень		

Школа	МБОУ "ООШ № 11"			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	салат	32	Салат "Летний"	80	15,00
	гор.блюдо	406	Плов из отварной птицы	210	53,00
	соус	456	Соус красный основной	35	2,66
	напиток	507	Компот из свежих плодов или ягод	200	9,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	5,00
			ИТОГО:	565	84,66

День:	четверг		
Неделя:	вторая неделя		
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет		
Сезон:	осень		

Школа	МБОУ "ООШ № 11"			Отд./корп	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	закуска	106	Овощи натуральные	45	7,00
	гор.блюдо	390	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	80	42,00
	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	429	Картофельное пюре	180	19,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	5,66
	напиток	508	Компот из смеси сухофруктов	200	9,00
			ИТОГО:	585	84,66
День:	пятница				
Неделя:	вторая неделя				
Возрастная категория:	с 11 до 17 лет				
Сезон:	осень				
Школа	МБОУ "ООШ № 11 "			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	салат	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	11,00
	гор.блюдо	301	Омлет натуральный	180	45,00
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	5,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	5,66
	выпечка	541	Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	18,00
			ИТОГО:	570	84,66

		День	13.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
8,03	12,65	47,75	338,07
3,58	4,12	22,96	143,6
5,00	3,20	8,50	87
5,12	5,22	0,00	68,6
0,02	4,12	0,04	37,4
3,75	1,45	25,70	131
25,50	30,76	104,95	805,67

		День	14.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
1,31	8,22	6,97	107,69
10,85	2,13	6,94	87,44
0,68	0,59	3,16	20,81
7,02	6,26	42,73	255,15
0,22	0,22	20,46	83,16
6,40	0,40	28,00	134,2
26,48	17,82	108,26	688,45

		День	01.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,20	0,03	0,62	3,5
24,99	11,90	19,93	287,14
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
3,70	4,70	36,54	203,5

35,49	17,03	100,11	687

		День	02.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
1,26	5,61	7,42	85,68
11,01	10,28	7,13	162,33
0,68	0,59	3,16	20,81
4,10	5,24	17,55	135,16
6,40	0,40	28,00	134,2
0,20	0,06	17,70	70,34
23,65	22,18	80,96	609

		День	03.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
32,09	201,34	28,95	428,12
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
43,62	205,33	103,85	806

		День	06.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,20	0,03	0,62	3,5

8,68	13,58	0,00	163,1
0,68	0,59	3,16	20,81
10,44	7,69	46,69	298,31
1,00	0,00	20,20	84,44
6,40	0,40	28,00	134,2
27,40	22,29	98,67	704

		День	07.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
8,03	12,65	47,75	338,07
2,60	2,62	0,00	34,25
3,58	4,12	22,96	143,6
3,00	1,16	20,56	104,8
3,75	1,25	52,50	240
20,96	21,80	143,77	860,72

		День	08.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
1,89	5,88	5,66	83,01
27,42	34,10	36,12	559,74
0,68	0,59	3,16	20,81
0,44	0,16	19,22	77,64
6,40	0,40	28,00	134,2
36,83	41,13	92,16	875,4

		День	09.09.2021

Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,21	0,07	1,47	6,96
8,93	11,02	9,85	178,71
0,68	0,59	3,16	20,81
3,91	6,44	26,05	178,47
6,40	0,40	28,00	134,2
0,10	0,00	19,40	73,8
24,28	36,44	122,37	592,95
		День	10.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,98	6,05	5,78	81,52
16,25	23,47	4,27	293,9
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
9,25	3,76	27,79	181,99
24,28	36,44	122,37	750,37

