

День:	понедельник				
неделя:	первая неделя				
Возрастная категория:	с 7 до 11 лет				
Сезон:	осень				
Школа	МБОУ "ООШ № 11 "			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша молочная вязкая	220	22,00
	гор.напиток	500	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	9,50
		517	Йогурт	100	25,00
		100	Сыр сычужный твердый порциями	20	14,00
	хлеб	111	Батон нарезной	50	5,00
			ИТОГО:	590	75,50
День:	вторник				
Неделя:	первая неделя				
Возрастная категория:	с 7 до 11 лет				
Сезон:	осень				
Школа	МБОУ "ООШ № 11 "			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	салаты	31	Салат сезонный	60	10
	гор.блюдо	345	Котлеты или биточки рыбные	70	37,00
	соус	456	Соус красный основной	30	2,00
	гарнир	291	Макаронные изделия отварные	150	13,50
	напиток	512	Компот из плодов или ягод сушеных	200	9,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	4,00
			ИТОГО:	550	75,50
День:	среда				
Неделя:	первая неделя				
Возрастная категория:	с 7 до 11 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	200	55,00
	Гор.напиток	429	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	5,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	4,00
	сладкое	507	Кондитерские изделия	25	6,50

				ИТОГО:	500	75,50	
День:	четверг						
Неделя:	первая неделя						
Возрастная категория:	с 7 до 11 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	50	9,00		
	гор.блюдо	412	Котлеты, биточки, шницели припущенные	70	39,00		
	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	200	9,00		
			ИТОГО:	510	75,50		

День:	пятница						
Неделя:	первая неделя						
Возрастная категория:	с 7 до 11 лет						
Сезон:	осень						
Школа	МБОУ " СОШ № 11 "				Отд./корп		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена		
Завтрак	гор.блюдо	313	Запеканка из творога	180	44,00		
	соус	472	Соус фруктовый на картофельном крахмале	30	2,00		
	гор.напиток	494	Чай с лимоном	200	5,00		
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный	25	2,50		
	сладкое	541	Пирожки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	22,00		
			ИТОГО:	535	75,50		

День:	понедельник						
Неделя:	вторая неделя						
Возрастная категория:	с 7 до 11 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)	25	4,00		

	гор.блюдо	395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	70	29,00
	соус	456	Соус красный основной	15	1,00
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,00
	Напиток	518	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	24,00
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	2,50
			ИТОГО:	505	75,50

День:	вторник		
Неделя:	вторая неделя		
Возрастная категория:	с 7 до 11 лет		
Сезон:	осень		

Школа	МБОУ "ООШ № 11"			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша молочная вязкая	220	22,50
		105	Масло сливочное	5	5,00
	гор.напток	498	Какао на сгущеном молоке	200	9,00
	хлеб	111	Батон нарезной	35	4,00
	сладкое	112	Плоды свежие	250	35,00
			ИТОГО:	550	75,50

День:	среда		
Неделя:	вторая неделя		
Возрастная категория:	с 7 до 11 лет		
Сезон:	осень		

Школа	МБОУ "ООШ № 11"			Отд./корп	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	салат	32	Салат "Летний"	60	11,50
	гор.блюдо	406	Плов из отварной птицы	200	50,00
	напиток	507	Компот из свежих плодов или ягод	200	9,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	5,00
			ИТОГО:	575	75,50

День:	четверг		
Неделя:	вторая неделя		
Возрастная категория:	с 7 до 11 лет		
Сезон:	осень		

Школа	МБОУ "ООШ № 11"			Отд./корп	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена
Завтрак	закуска	106	Овощи натуральные	25	5,00
	гор.блюдо	390	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	70	39,00
	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:	575	75,50
День:	пятница				
Неделя:	вторая неделя				
Возрастная категория:	с 7 до 11 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	50	7,00
	гор.блюдо	301	Омлет натуральный	160	41,50
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	5,00
	хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	4,00
	выпечка	541	Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	60	18,00
			ИТОГО:	575	75,50

		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
3,75	1,45	25,70	131
25,48	26,64	104,91	768,27

		День	14.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,98	6,16	5,23	80,77
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
24,98	14,72	99,40	619

		День	01.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,20	0,03	0,62	3,5
22,72	10,82	18,12	261,04
0,20	0,00	15,02	58,76
6,40	0,40	28,00	134,2
1,85	2,35	18,27	101,75

31,37	13,60	80,03	559

		День	02.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,95	4,21	5,56	64,26
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
22,66	19,91	76,17	565

--	--	--	--

		День	03.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
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

--	--	--	--

		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
8,70	6,40	38,91	248,59
1,00	0,00	20,20	84,44
6,40	0,40	28,00	134,2
25,66	21,00	90,89	655

		День	07.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
8,03	12,65	47,75	338,07
0,02	4,12	0,04	37,4
3,58	4,12	22,96	143,6
3,00	1,16	20,56	104,8
3,75	1,25	52,50	240
18,38	23,30	143,81	863,87

		День	08.09.2021
Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
1,42	4,41	4,24	62,26
27,42	34,10	36,12	559,74
0,44	0,16	19,22	77,64
6,40	0,40	28,00	134,2
35,68	39,07	87,58	833,84

		День	09.09.2021

Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,15	0,05	1,05	4,97
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
24,28	36,44	122,37	541,22

		День	10.09.2021
--	--	------	-------------------

Белки	Жиры	Углеводь	Ккалории
0,82	5,04	4,82	67,93
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
24,28	36,44	122,37	704,13

