

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | 35/2010 | Салат из свеклы с яблоком | 70 | | 75,24 | 1,04 | 3,64 | 9,57 |
| | Второе блюдо | ттк №247н | Гречка с говядиной "Батыр", | 200 | | 379,86 | 21,68 | 9,97 | 50,86 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 55,55 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|--|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 102,6 | | 42,27 | 0,41 | 0,41 | 9,23 |
| | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 310 | | 520,83 | 29,7 | 32,71 | 26,91 |
| | Напиток | ттк№-337н | Компот "Фруктово-ягодный" из облепихи | 200 | | 59,88 | | | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 44,60 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|--|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 102,6 | | 42,27 | 0,41 | 0,41 | 9,23 |
| | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 310 | | 520,83 | 29,7 | 32,71 | 26,91 |
| | Напиток | ттк№-337н | Компот "Фруктово-ягодный" из облепихи | 200 | | 59,88 | | | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 44,60 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | 35/2010 | Салат из свеклы с яблоком | 70 | | 75,24 | 1,04 | 3,64 | 9,57 |
| | Второе блюдо | ттк №247н | Гречка с говядиной "Батыр", | 200 | | 379,86 | 21,68 | 9,97 | 50,86 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 55,55 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|--|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Сладкое | | Десерт фруктовый Мандарин | 81,8 | | 63,8 | 0,08 | | 15,87 |
| | Салат | 35/2010 | Салат из свеклы с яблоком | 100 | | 107,49 | 1,49 | 5,2 | 13,68 |
| | Второе блюдо | 403/96; ттк-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 280 | | 452,04 | 24,45 | 27,48 | 26,73 |
| | Напиток | ттк№-337н | Компот "Фруктово-ягодный" из облепихи | 200 | | 59,88 | | | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 29,9 | 107,64 | 70,95 | 2,27 | 0,27 | 14,86 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|--|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Сладкое | | Десерт фруктовый Мандарин | 81,8 | | 63,8 | 0,08 | | 15,87 |
| | Салат | 35/2010 | Салат из свеклы с яблоком | 100 | | 107,49 | 1,49 | 5,2 | 13,68 |
| | Второе блюдо | 403/96; ТТК-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 280 | | 452,04 | 24,45 | 27,48 | 26,73 |
| | Напиток | ТТК№-337н | Компот "Фруктово-ягодный" из облепихи | 200 | | 59,88 | | | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 29,9 | 107,64 | 70,95 | 2,27 | 0,27 | 14,86 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------------------|---------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Сладкое | | Десерт фруктовый Мандарин | 85 | | 66,3 | 0,09 | | 16,49 |
| | Салат | 35/2010 | Салат из свеклы с яблоком | 100 | | 107,49 | 1,49 | 5,2 | 13,68 |
| | Второе блюдо | 403/96; ТТК-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 72,90 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша ячневая вязкая | 138,8 | | 125,43 | 3,03 | 3,91 | 19,52 |
| | Гор. напиток | 685/04 | Чай с сахаром | 200 | | 61,42 | 0,2 | 0,05 | 15,04 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 8,30 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 60"

Отд./корп

День 16.02.2022

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------------------|---------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Сладкое | | Десерт фруктовый Мандарин | 85 | 11,15 | 66,3 | 0,09 | | 16,49 |
| | Салат | 35/2010 | Салат из свеклы с яблоком | 100 | 6,98 | 107,49 | 1,49 | 5,2 | 13,68 |
| | Второе блюдо | 403/96; ТТК-№1021 | Плов из говядины | 250 | 57,66 | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | 0,83 | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,26 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |