

Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День

20 05 2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		2010/6	Масло сливочное порциями	20	9,99	149,6	0,2	16,6	0,2
	гор.блюдо	2011/21 2	Омлет с сосисками	75/5	12,52	178	14,27	22,16	2,65
	гор.напиток	2011/21 0	Чай с молоком сахаром	200	3,56	87	1,6	1,6	17,3
	Хлеб		Хлеб ржаной	40	1,76	231,35	5,08	0,87	53,8
	Хлеб		Хлеб пшеничный	55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
Обед	Фрукты	2011/36 8	Груша	150	16,5	69	0,6	0,45	15,45
	Салат	2015/56	Салат овощной с яблоками	60	4,08	124	3,5	6,11	9,9
		2004/12	Фрикадельки мясные к 1 блюду	20	7,9	53,1	4,5	3,9	0,2
	1 блюдо	2004/15 5	Суп картофельный с клецками	250	5,21	202,3	2,47	2,21	16,4
	2 блюдо	2015/29 5	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	80	19,44	159	10,24	5,37	19,36
	гарнир	2015/31 2	Пюре картофельное	150	6,59	172	3,09	8,282	22
	Напиток	2004/63 8	Компот из кураги	200	2,84	123	1	0	33
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	65	2,78	504,83	16,46	1,3	113,3
Полдник	Напиток	2011/40 0	Молоко кипяченое 2,5%	200	11,2	116	5,6	6,4	9,4
			Печенье	45	2,42	237	7,6	0,8	48,5

Директор школы:  
 Главный бухгалтер:  
 Заведующая столовой:

М.З. Ямашева

Д.Р. Залялова

Г.В. Маннанова



Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День

21.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		2007/27	Сыр порционный	18	10,13	64,8	4,11	5,2	0
		2015/34	Биточки рыбные(горбуша)	80	42,35	116	6,45	4,24	7,49
	гор.блюдо	2004/30 2	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	10/160	10,34	196,4	4,44	10,32	20,87
	гор.напиток	2004/68 5	Чай с конфетой	200/40	5,43	58	2	0	15
	Хлеб		Хлеб ржаной	40	1,76	231,35	5,08	0,7	53,8
	Хлеб		Хлеб пшеничный	55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
Обед	Фрукты	2011/36 8	Апельсины	200	18,92	66	0,63	0,14	15,65
	Салат	2015/59	Салат из моркови с яблоками	60	2,25	14	0,66	0,12	2,28
		2004/11 2	Фрикадельки мясные к 1блюда	20	7,9	53,1	4,48	3,83	0,2
	1 блюдо	2004/41 1	Борщ с картофелем со свежей капустой со сметаной	10/260	6,56	201	1,75	6,5	10,05
	2 блюдо	2015/26 8	Котлеты	80	21,33	182	9,66	12,412	9,45
	гарнир	2015/30 4	Рис отварной	150	5,88	210	3,834	5,434	29,6
	Напиток	2004/70 7	Сок фруктовый	200	4,38	140	0,6	0	35,4
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	65	2,78	504,83	16,46	1,3	113,3
	Полдник	Напиток	2007/11 9	Кефир 2,5%	200	15,58	120	5,8	6,4
		2004/76 6	Сосиска в тесте	50/100	26,58	212,7	10,21	7,41	30,7

Директор школы:

М.З. Ямашева

Главный бухгалтер:

Д.Р. Залялова

Заведующая столовой:

Г.В. Маннанова

Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День

24 05 2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		2007/27	Сыр порционный	18	10,13	63	5,1	4,6	0,3
		2015/34	Биточки рыбные(горбуша)	80	42,35	116	6,45	4,24	7,49
	гор.блюдо	2004/24 6	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	10/160	10,74	246	3,17	11,07	32,7
	гор.напиток	2004/69 3	Какао с молоком	200	6,68	160	4,6	4,6	27
	Хлеб		Хлеб ржаной	40	1,76	231,35	5,08	0,7	53,8
	Хлеб		Хлеб пшеничный	55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
Обед	Фрукты	2011/36 8	Апельсины	200	18,92	66	0,63	0,14	15,65
	Салат	2015/33 8	Салат из белокочанной капусты	60	1,38	36	0,78	1,94	3,87
		2004/11 2	Фрикадельки мясные к 1 блюду	20	7,9	53,1	4,48	3,83	0,2
	1 блюдо	2004/14 0	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,86	95,52	2,47	2,21	16,4
	2 блюдо	2015/28 0	Фрикадельки в соусе	75/50	16,34	175	8,33	7,743	3,194
	гарнир	2015/17 1	Каша рассыпчатая(гречневая)	150	4,72	6,662	9,024	34	37,352
	Напиток	2004/70 7	Сок фруктовый	200	4,38	140	0,6	0	35,4
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	65	2,78	504,83	16,46	1,3	113,3
	Полдник	Напиток	2007/11 9	Ряженка 2,5%	200	16,18	120	5,8	6,4
			Вафли	45	3,95	78,6	2,26	0,88	15,42

Директор школы:

Главный бухгалтер:

Заведующая столовой:

М.З. Ямашева

Д.Р. Залялова

Г.В. Маннанова

Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День

25 05 2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		2010/6	Масло сливочное порциями	20	9,99	149,6	0,2	16,6	0,2
	гор.блюдо	2004/36	Пудинг творожный с курагой со сгущенным молоком	30/230	52,85	379,6	24,48	18,88	27,84
		2							
	гор.напиток	2004/69	Кофейный напиток с молоком	200	7,15	103,3	1,4	1,6	20,3
	Хлеб		Хлеб ржаной	40	1,76	231,35	5,08	0,7	53,8
	Хлеб		Хлеб пшеничный	55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
Обед	Фрукты	2011/36	Яблоко	200	12	88	0,8	0,8	19,6
	Салат	2015/52	Салат из свеклы отварной	60	1,55	56	0,855	3,653	11,58
		2004/12	Фрикадельки мясные к 1 блюду	20	7,9	53,1	4,5	3,9	0,2
	1 блюдо	2004/13	Рассольник Ленинградский с крупой перловой с картофелем и сметаной	10/260	6,89	148	2,75	7	26,32
	2 блюдо	2015/29	Плов из птицы	50/150	17,12	364	14,51	14,71	28,34
	Напиток	2010/37	Напиток из компотной смеси	200	1,84	50	0,2	0	12,4
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	65	2,78	504,83	16,46	1,3	113,3
Полдник	Напиток	2011/40	Молоко кипяченое 2,5%	200	11,2	116	5,6	6,4	9,4
		0							
		2004/76	Булочка Домашняя	50	5,32	78,6	2,26	0,88	15,42
		9							

Директор школы:

М.З. Ямашева

Главный бухгалтер:

Д.Р. Залялова

Заведующая столовой:

Г.В. Маннанова

Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День

26.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		2010/6	Масло сливочное порциями	20	9,99	149,6	0,2	16,6	0,2	
	гор.блюдо	2011/21	Омлет натуральный	53/5	8,5	267,9	14,27	22,16	2,65	
		0								
	гор.напиток		2011/21	Чай с молоком	200	3,54	293,9	6,42	11,61	40,88
	Хлеб			Хлеб ржаной	40	1,76	231,35	5,08	0,7	53,8
	Хлеб			Хлеб пшеничный	55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
Обед	Фрукты	2015/47	Салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	3,06	56	2,6	5,058	4,944	
	Салат	2011/36	Груша	150	16,5	69	0,6	0,45	15,45	
		8								
			2004/11	Фрикадельки мясные к 1блюдю	20	7,9	53,1	4,48	3,83	0,2
	1 блюдо		2004/41							
			2015/23	Биточки рыбные(горбуша)	80	42,35	116	6,45	4,24	7,49
	2 блюдо		2015/31							
	Гарнир		2004/70	Пюре картофельное	150	6,59	172	3,09	8,282	22
	Напиток		2004/70	Сок фруктовый	200	4,38	140	0,6	0	35,4
	хлеб черн.			Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
хлеб бел.			Хлеб пшеничный	65	2,77	504,83	16,46	1,3	113,3	
Полдник	Напиток	2007/11	Кефир 2,5%	200	15,58	120	5,8	6,4	9,4	
		9								
			2004/73	Ватрушка с творогом	75	11,62	212,7	10,21	7,41	30,7
		6								

Директор школы:

Главный бухгалтер:

Заведующая столовой:

М.З. Ямашева

Д.Р. Залялова

Г.В. Маннанова

Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День 27 05 2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		2011/20 9	Яйцо вареное	40	6,7	66	501	4,6	0,3
		2011/24 7	Рыба тушеная с овощами(минтай)	80	8,08	74	7,66	3,85	2,2
	гор.блюдо	2015/30 3	Каша гречневая вязкая	150	5,04	170	6,662	9,024	34
	гор.напиток	2004/68 5	Чай с конфетой	200/40	5,43	58	2	0	15
	Хлеб		Хлеб ржаной	40	1,76	231,35	5,08	0,7	53,8
	Хлеб		Хлеб пшеничный	55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
Обед	Фрукты	2011/36 8	Банан	150	10,62	69	0,6	0,45	15,45
	Салат	2015/62	Салат из моркови с сахаром	60	1,33	50	0,516	2,132	4,45
		2004/12	Фрикадельки мясные к 1 блюду	20	7,9	53,5	4,5	3,9	0,2
	1 блюдо	2004/12 4	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	10/260	6,13	113	2,25	6,8	10,3
	2 блюдо	2015/20 3	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	4,25	187	5,1	4,47	28,5
	Гарнир	2015/24 3	Сосиски отварные	100	14,7	108	7,4	10,9	0,8
	Напиток	2004/63 8	Компот из кураги	200	2,84	123	1	0	33
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	65	2,77	504,83	16,46	1,3	113,3
	Полдник	Напиток	2011/40 0	Молоко кипяченое 2,5%	200	11,2	116	5,6	6,4
			Печенье	45	2,42	237	7,6	0,8	48,5

Директор школы:

Главный бухгалтер:

Заведующая столовой:

М.З. Ямашева

Д.Р. Залялова

Г.В. Маннанова

Школа

ГБОУ НИЖНЕКАМСКАЯ ШКОЛА № 18

Отд./корп

День 28 05 2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		2007/27	Сыр порционный						
		2015/26		18	10,13	64,8	4,11	5,2	0
		6	Бифштекс рубленый						
	гор.блюдо	1996/41	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	80	35,31	200	8,32	7,15	0
	гор.напиток	2004/68		10/160	9,99	244,9	4,72	11,56	29,73
	5	Чай с конфетой							
			Хлеб ржаной	200/40	5,43	58	2	0	15
			Хлеб пшеничный	40	1,76	231,35	5,08	0,7	53,8
Обед				55	2,35	427,16	13,9	1,1	95,88
	Фрукты	2011/36	Апельсины						
		8		200	18,92	66	0,63	0,14	15,65
	Салат	2015/52	Салат из свеклы отварной						
		2004/11		60	1,55	56	0,855	3,653	11,58
		2	Фрикадельки мясные к 1 блюду						
		20		20	7,9	53,1	4,48	3,83	0,2
	1 блюдо	2004/13	Суп крестьянский с крупой геркулес с картофелем с свежей капустой со сметаной						
		4		10/260	5,82	115,2	2,31	7,07	10,85
	2 блюдо	2015/29	Птица тушеная в соусе						
	0		50/50	15,82	164	11,65	10,76	11,63	
Гарнир	2015/30	Рис отварной							
	4		150	5,88	3,834	5,434	29,6	85,185	
Напиток	2004/70	Сок фруктовый							
	7		200	4,38	140	0,6	0	35,4	
хлеб черн.			Хлеб ржаной	50	2,19	289,18	6,35	0,7	67,29
хлеб бел.			Хлеб пшеничный	65	2,77	504,83	16,46	1,3	113,3
Полдник	Напиток	2007/11	Кефир 2,5%						
		9		200	15,58	120	5,8	6,4	9,4
		2004/74	Ватрушка с повидлом						
	1			75	4,74	212,7	10,21	7,41	30,7

Директор школы:

Главный бухгалтер:

Заведующая столовой:

М.З. Ямашева

Д.Р. Залялова

Г.В. Маннанова