

Школа: МАОУ "Экономическая школа № 145" г. Перми

Отд./Корп.

Дата: 04.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодные закуски	4/2013	САЛАТ ИЗ БЕЛОК.КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 100	4/2013	100	135,84	1,64	10,08	9,63
	1-е блюда	144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	144/2013	250	148,20	6,16	4,22	21,38
	2-е блюда	192	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70/40	261,48	19,05	17,54	6,85
	Гарнир	237/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180		180	309,37	10,50	8,65	47,38
	Напитки	518/2013	СОК		200	187,60	2,00	0,40	44,00
	Хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60		60	141,00	4,56	0,48	29,52
	Хлеб	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60		60	104,40	3,96	0,72	20,04
	Сумма:					108,00			

Школа: **МАОУ "Экономическая школа № 145" г. Перми**

Отд./Корп.

Дата: **05.04.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодные закуски	50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100		84,95	1,43	5,09	8,36
	1-е блюда	143/2016	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ 250	250		105,26	2,55	5,82	10,66
	2-е блюда	412/2013	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ ПРИПУЩ.(КУРА) 100 412/203	100		236,12	15,73	14,68	10,05
	Гарниры	294/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180 291/2013	180		260,89	6,86	6,72	43,25
	Напитки	509/2013	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 200 509/2013	200		102,92	0,27	0,20	25,00
	Хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	60		141,00	4,56	0,48	29,52
	Хлеб	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	60		104,40	3,96	0,72	20,04
	Сумма:					108,00			

Школа: МАОУ "Экономическая школа № 145" г. Перми

Отд./Корп.

Дата: 06.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Холодные закуски	246/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	100		21,80	1,13	0,21	3,86		
	1-е блюда	155/2013	СУП С КРУПОЙ 250 155/2013	250		136,84	2,46	7,26	15,42		
	2-е блюда	494/2013	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50		216,64	16,35	15,32	3,33		
	Гарниры	429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 429/2013	180		185,64	3,87	7,34	26,02		
	Напитки	519/2013	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200 519/2013	200		103,76	0,68	0,28	24,63		
	Хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	50		117,50	3,80	0,40	24,60		
	Хлеб	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	60		104,40	3,96	0,72	20,04		
	Сумма:					108,00					

Школа: МАОУ "Экономическая школа № 145" г. Перми

Отд./Корп.

Дата: 08.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодные закуски	106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	100		14,08	0,88	0,14	2,34
	1-е блюда	154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 250 154/2013	250		118,19	2,44	5,89	13,86
	2-е блюда	390	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ /ЕЖИКИ/390/2013	70/30		193,61	9,65	12,87	9,79
	Соус	436	СОУС МОЛОЧНЫЙ /2/ 436/2013	30		34,43	0,88	2,20	2,78
	Гарниры	239	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 426/2013*	180		190,24	3,62	6,58	29,12
	Напитки	508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200 508/2013	200		59,88			14,97
	Хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	60		141,00	4,56	0,48	29,52
	Хлеб	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	60		104,40	3,96	0,72	20,04
					Сумма:	108,00			

Школа: МАОУ "Экономическая школа № 145" г. Перми

Отд./Корп.

Дата: 07.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Холодные закуски		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50		244,75	2,00	13,15	29,60
	1-е блюдо	128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 250 128/2013	250		111,21	2,06	5,80	12,70
	2-е блюдо	161	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 100	100		454,74	36,90	29,30	10,63
Обед	Гарниры	414/2013	РИС ОТВАРНОЙ 414/2013	180		239,20	4,56	3,22	48,00
	Напитки	513/2013	КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК 200 513/2013	200		90,05	0,09	0,09	22,21
	Хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	60		141,00	4,56	0,48	29,52
	Хлеб	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	60		104,40	3,96	0,72	20,04
Сумма:					108,00				

Школа: МАОУ "Экономическая школа № 145" г. Перми

Отд./Корп.

Дата: 09.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	Холодные закуски	31	САЛАТ КАРТОФ.С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100		152,20	2,92	11,38	9,52	
	1-е блюда	142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	250		98,24	2,11	5,83	9,34	
	2-е блюда	404/2013	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 404/2013	100		341,38	26,03	26,28	0,19	
	Гарниры	291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180 291/2013	180		260,89	6,86	6,72	43,25	
	Напитки		ЗОЛОТОЙ ШАР 200	200		69,60			17,40	
	Хлеб	108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	60		141,00	4,56	0,48	29,52	
	Хлеб	109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	60		104,40	3,96	0,72	20,04	
	Сумма:					108,00				