

СТОЛОВАЯ

ООО "Алгоритмический центр-интернет "Сфера" г. Пермь

20.02.2023 (понедельник)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
205	Каша манная молочная жидкая	Ккал-209, Б-6, Ж-6, У-31
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90/120	Хлеб пшеничный	Ккал-213/283, Б-6/10, Ж-2/3, У-42/60
Итого за Завтрак		Ккал-461/531, Б-12/16, Ж-8/9, У-83/101
Обед		
60/100	Салат из белокочанной капусты	Ккал-79/131, Б-1/2; Ж-6/10, У-5/8
200/250	Рассольник «Дамасский»	Ккал-107/134, Б-2/3, Ж-5/7, У-14/16
120/150	Каша гречневая рассыпчатая	Ккал-197/252, Б-7/9, Ж-5/7, У-31,5/39,5
30/30	Соус томатный	Ккал-18/18, Б-0,3/0,3, Ж-1/1, У-2/2
90/100	Суфле из кур	Ккал-537/598, Б-33/37, Ж-40/45, У-9/11
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-1221/1416; Б-49/55, Ж-58/70, У-94/110
Полдник		
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукты	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор  Г.И. Крутикова Директор


СТОЛОВАЯ

МБОУ "Административная школа-интернат "Ступени" г. Пермь

21.02.2023 (вторник)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150/200	Омлет натуральный	Ккал-113/150, Б-2/3, Ж-9/12, У-3/4
200/10	Чай с сахаром	Ккал-83, Б-1, Ж-1, У-17
70/90	Хлеб пшеничный	Ккал-165/212, Б-6/7, Ж-1/1, У-33/43
Итого за Завтрак		Ккал-361/445, Б-9/11, Ж-11/14, У-53/64
<u>Обед</u>		
200/250	Суп пюре из разных овощей	Ккал-86/108, Б-2/3, Ж-4/5, У-10/13
220/250	Жаркое по-домашнему	Ккал-354/402, Б-21/24, Ж-19/22, У-13/15
60/100	Салат из моркови и яблок	Ккал-77/128, Б-1/2, Ж-6/10, У-5/8
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-731/852, Б-29/34, Ж-25/37, У-78/86
<u>Полдник</u>		
40	Булочка молочная	Ккал-124, Б-4, Ж-2, У-18
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-179, Б-4, Ж-2, У-38

Исполнитель: 
Директор

Дипломированный специалист

СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

22.02.2023 (среда)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак


205	Каша молочная пшеничная	Ккал-242, Б-9, Ж-7, У-38
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90/120	Хлеб пшеничный	Ккал-213/283, Б-6/10, Ж-2/3, У-42/60
Итого за Завтрак		Ккал-494/564, Б-14/19, Ж-9/10, У-90/108

Обед

60/100	Салат из свеклы с чесноком	Ккал-80/134, Б-1/1, Ж-5/9, У-4/8
200/250	Суп из овощей со сметаной	Ккал-101/125, Б-4/5, Ж-4/5, У-12/14
150/180	Макаронные изделия отварные	Ккал-210/250, Б-6/8, Ж-5/6, У-36/43
70/70	Рыба, тушенная в томате с овощами	Ккал-155, Б-12, Ж-7, У-5
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-760/878, Б-28/31, Ж-21/27, У-107/120

Полдник

1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор  Крутикова

Диетсестра _____



СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Пермь

27.02.2023 (понедельник)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Суп молочный с крупой	Ккал-179, Б-6, Ж-6, У-23
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-431, Б-12, Ж-8, У-75
<u>Обед</u>		
200	Свекольник	Ккал-103, Б-2, Ж-4, У-7
90	Суфле из кур	Ккал-383, Б-28, Ж-28, У-4
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-218, Б-5, Ж-5, У-22
60	Икра кабачковая	Ккал-54, Ж-4, У-4
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-972, Б-40, Ж-41, У-87
<u>Полдник (доп)</u>		
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор  Т.Н. Крутикова

Диетсестра _____

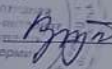
СТОЛОВАЯ

МАОУ "Адаптивная школа-интернат "Ступени" г. Перми

28.02.2023 (вторник)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
205	Каша "Дружба"	Ккал-191, Б-5, Ж-7, У-27
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-14
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42
Итого за Завтрак		Ккал-443, Б-11, Ж-9, У-83
Обед		
60	Салат из свеклы с сол. огурцом	Ккал-77, Б-1, Ж-5, У-4
200	Суп картофельный с бобовыми	Ккал-118, Б-4, Ж-4, У-18
200	Картофельная запеканка с мясом	Ккал-235, Б-3, Ж-12, У-27
30	Соус томатный	Ккал-18, Б-0, Ж-1, У-2
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
Итого за Обед		Ккал-662, Б-13, Ж-72, У-101
Полдник		
40	Булочка молочная	Ккал-124, Б-4, Ж-2, У-18
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
Итого за Полдник		Ккал-133, Б-4, Ж-2, У-20

Директор  Т.Н. Крутикова

Диетестра _____

