Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/1/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	208	Суп рассольник	1\250	8.22	153	3	8	24
	2 блюдо	288	Куриная грудка с соусом	1\15\50	26.07	276	18	21	3
	гарнир	443	Макароны отварные	1\150	5.14	256	8	11	25
	сладкое	1009	Чай с сахаром	1\200	2.65	56	0		14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.55	218	6	2	43
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/2/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	221	Суп картофельный с фасолью	200		193	10	6	19
	2 блюдо	519	Рыба припущенная	100		146	19	8	1
	гарнир	759	Пюре картофельное	150		237	11	5	35
	сладкое		Вафли	30		165	1	10	18
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		94	3	0	19
	хлеб черн.								
		924	Компот из сухофруктов	200		136	2	10	10

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/5/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп фасолевый	1\250	12.60	130	6	1	27
	2 блюдо		Куриное филе с соусом	1\130	37.00	180	18	18	1
	гарнир		Макароны отварные	1\150	3.14	125	3	1	25
	сладкое		Кисель фруктовый	1\250	5.00	118	0	0	30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.50	120	6	23	42
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/6/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	208	Суп рассольник	1\250	8.22	153	3	8	24
	2 блюдо	288	Куриная грудка с соусом	1\15\50	26.07	276	18	21	3
	гарнир	443	Макароны отварные	1\150	5.14	256	8	11	25
	сладкое	1009	Чай с сахаром	1\200	2.65	56	0		14
	хлеб бел.		МОУ "СОШ" с.Терскол	1\80	3.55	218	6	2	43
	хлеб черн.								
								·	

Школа	МОУ "СОШ" (	с.Терскол		Отд./корп				День	2/7/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	208	Суп рассольник	1\250	8.22	153	3	8	24
	2 блюдо	288	Куриная грудка с соусом	1\15\50	26.07	276	18	21	3
	гарнир	443	Макароны отварные	1\150	5.14	256	8	11	25
	сладкое	1009	Чай с сахаром	1\200	2.65	56	0		14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.55	218	6	2	43
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/8/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	658	Биточки мясные с соусом	0		181	9	14	10
	гарнир	746	Каша перловая с маслом	0		293	13	8	43
	сладкое	924	Компот со смеси сухофруктов	0		126	1		13
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	0		137	4	1	27
	хлеб черн.		Конфеты	0					

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/9/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	187	Щи из свежей капусты	1 250	8.40	88	2	12	2
	2 блюдо	453	Яйца отварные	1шт	10.00	193	10	13	5
	гарнир								
	сладкое	1009	Чай с сахаром	1 200	2.65	56	0	0	14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1 80	3.55	188	7	1	41
	хлеб черн.								
			Бананы	1   100	12.50	89	2	0	22

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/12/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	221	Суп картоф.с бобов.со сметаной	0		194	10	6	19
	2 блюдо	таб.27	Рыба жареная "Хек" б/гол.	0		217	23	11	6
	гарнир	751	Картофель отвар.с маслом	0		116	2	4	10
	сладкое	1009	Чай с сахаром	0		56	0		14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	0		137	4	1	27
	хлеб черн.		Шоколад "Аленка"	0		83	1	5	8

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/13/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп фасолевый	1\250	12.60	130	6	1	27
	2 блюдо		Куриное филе с соусом	1\130	37.00	180	18	18	1
	гарнир		Макароны отварные	1\150	3.14	125	3	1	25
	сладкое		Кисель фруктовый	1\250	5.00	118	0	0	30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.50	120	6	23	42
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/14/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп фасолевый	1\250	12.60	130	6	1	27
	2 блюдо		Куриное филе с соусом	1\130	37.00	180	18	18	1
	гарнир		Макароны отварные	1\150	3.14	125	3	1	25
	сладкое		Кисель фруктовый	1\250	5.00	118	0	0	30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.50	120	6	23	42
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/15/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп фасолевый	1\250	12.60	130	6	1	27
	2 блюдо		Куриное филе с соусом	1\130	37.00	180	18	18	1
	гарнир		Макароны отварные	1\150	3.14	125	3	1	25
	сладкое		Кисель фруктовый	1\250	5.00	118	0	0	30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.50	120	6	23	42
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/16/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	221	Суп картоф.с бобов.со сметаной	0		194	10	6	19
	2 блюдо	таб.27	Рыба жареная "Хек" б/гол.	0		217	23	11	6
	гарнир	751	Картофель отвар.с маслом	0		116	2	4	10
	сладкое	1009	Чай с сахаром	0		56	0		14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	0		137	4	1	27
	хлеб черн.		Шоколад "Аленка"	0		83	1	5	8

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/19/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	642	Плов с мясом	1/50/200		462	21	18	52
	гарнир		Сок фруктовый	0		36	2	0	6
	сладкое		Хлеб пшеничный	0		137	4	1	27
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/20/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп фасолевый	1\250	12.60	130	6	1	27
	2 блюдо		Куриное филе с соусом	1\130	37.00	180	18	18	1
	гарнир		Макароны отварные	1\150	3.14	125	3	1	25
	сладкое		Кисель фруктовый	1\250	5.00	118	0	0	30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.50	120	6	23	42
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/21/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	96	Суп гороховый	1 250	8.36	148	5	3	17
	2 блюдо	243	Сосиски отварные	1   100	14.11	262	9	25	0
	гарнир	171	Гречка рассыпная	1 150	4.63	280	9	10	40
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	1 200	2.25	133	1	0	32
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1 80	3.56	94	5	1	30
	хлеб черн.								
		338	Яблоки	1   100	7.20	47	0	0	10

Школа	МОУ "СОШ" с	ОУ "СОШ" с.Терскол						День	2/22/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп фасолевый	1\250	12.60	130	6	1	27
	2 блюдо		Куриное филе с соусом	1\130	37.00	180	18	18	1
	гарнир		Макароны отварные	1\150	3.14	125	3	1	25
	сладкое		Кисель фруктовый	1\250	5.00	118	0	0	30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.50	120	6	23	42
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	.Терскол		Отд./корп				День	2/26/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	55	Салат со св. огур. и помидоры	60			0	7	2
	1 блюдо	221	Суп картофельный с горохом	200			10	6	19
	2 блюдо	658	Биточки с мясом	80			12	18	14
	гарнир	746	Рис отварной	150			4	5	42
	сладкое								
	хлеб бел.	42	Хлеб пшеничный	50	8.80		2	8	16
	хлеб черн.								
		924	Компот из сухофруктов	200	13.00		2	10	10

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/27/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	55	Салат со св. огур. и помидоры	60			0	7	2
	1 блюдо	221	Суп картофельный с горохом	200			10	6	19
	2 блюдо	658	Биточки с мясом	80			12	18	14
	гарнир	746	Рис отварной	150			4	5	42
	сладкое								
	хлеб бел.	42	Хлеб пшеничный	50	8.80		2	8	16
	хлеб черн.								
		924	Компот из сухофруктов	200	13.00		2	10	10

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/28/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	208	Суп рассольник	1\250	8.22	153	3	8	24
	2 блюдо	288	Куриная грудка с соусом	1\15\50	26.07	276	18	21	3
	гарнир	443	Макароны отварные	1\150	5.14	256	8	11	25
	сладкое	1009	Чай с сахаром	1\200	2.65	56	0		14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.55	218	6	2	43
	хлеб черн.								

Школа	МОУ "СОШ" с	Терскол		Отд./корп				День	2/29/2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	208	Суп рассольник	1\250	8.22	153	3	8	24
	2 блюдо	288	Куриная грудка с соусом	1\15\50	26.07	276	18	21	3
	гарнир	443	Макароны отварные	1\150	5.14	256	8	11	25
	сладкое	1009	Чай с сахаром	1\200	2.65	56	0		14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1\80	3.55	218	6	2	43
	хлеб черн.								