

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

/А.П. Капкуров/

Суббота (вторая неделя)

Школа

Отд./корп

Цена

День

15.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	24	каша гречневая молочная	200	24,90	178,0000	7,9000	4,8000	38,8000
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9,00	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	433	кофейный напиток	200	8,50	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
Завтрак 2	кислолом.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
	булочное	9	хлеб с повидлом	60	11,00	227,7000	3,1000	0,5000	54,1000
	напиток	397	какао	200	9,00	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	закуска	72	салат овощной	100	17,00	71,0000	1,6000	5,3000	4,2000
Обед	1 блюдо	48	суп с клецками	250	42,30	136,7300	8,0800	4,9500	13,9800
	2 блюдо	285	котлета рыбная	90	29,80	168,1000	7,3000	7,6000	14,5000
	гарнир	355	рис отварной	180	13,40	111,0300	4,0000	5,9000	24,8000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,50	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
Полдник	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7,00	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное	49	пирожок с капустой	100	18,40	177,6000	4,0000	8,2000	23,5000
	напиток	30	чай	200	7,60	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Ужин	гор.блюдо	12	курица порционно	90	27,00	171,0000	14,4000	12,6000	0,0000
	гарнир	359	макароны отварные	200	12,60	224,0000	3,5000	0,4000	23,2000
	напиток	32	кисель	200	7,50	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
кислолом.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800	





"УТВЕРЖДАЮ"

Директор / А. П. Капуров /

Воскресенье (вторая неделя)

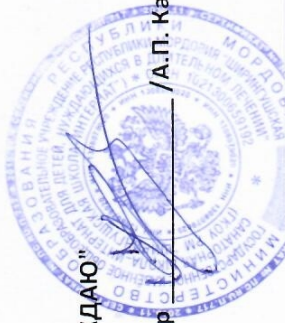
Школа  ГБОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"  Отд./корп  День  16.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша рисовая	220	26,2	216,0000	11,5000	6,2000	32,0000
	гор.напиток	30	чай с молоком	200	9	105,3000	1,8000	1,6000	22,6000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	фрукты		апельсин	200	30	43,0000	0,9000	0,2000	8,1000
	булочное		сушки	70	12	231,6000	5,5000	4,9000	40,8000
	напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	закуска	19	винегрет	100	19,8	88,0000	3,6000	3,9000	6,1000
Обед	1 блюдо	148	борщ со сметаной	260	49,7	127,8000	6,5000	14,3000	13,5000
	2 блюдо	15	гуляш из кур	90	28,6	103,5000	7,4000	5,0000	4,4000
	гарнир	359	макароны отварные	180	12,6	224,0000	3,5000	0,4000	25,2000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	полдник	булочное	185	олады	60	18	120,7000	4,4000	5,3000
Ужин	напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	конд.изд.		конфеты	50	12,3	121,0000	2,2000	7,7000	76,0000
	гор.блюдо	10	колбаса отварная	40	15,1	106,0000	4,0000	10,0000	0,0000
	гарнир	4	гречка отварная	200	9,9	208,0000	8,0000	4,0000	38,0000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор / А.П. Капуров/



Понедельник (первая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

17.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша геркулесовая молочная	200	24,6	178,1400	7,6800	4,8300	43,1300
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное		печенье	60	12	359,0000	25,0000	21,3000	7,0000
	напиток		сок	200	16	48,0000	0,0000	0,0000	11,5000
Обед	закуска	39	салат из красной свеклы	100	16,4	69,7000	1,6000	2,4000	10,5000
	1 блюдо	50	щи со сметаной	260	46,9	86,6000	2,4000	5,9000	8,8000
	2 блюдо	35	котлета мясная	90	30,1	169,2000	8,8000	11,2000	8,1000
	гарнир	4	гречка отварная	180	9,9	175,6000	6,5000	4,0000	32,2000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
Полдник	булочное	28	творожная запеканка	100	16,4	239,6000	8,4000	6,8000	38,6000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
Ужин	гор.блюдо	17	рыба тушеная с луком	90	24,5	107,9000	7,9000	5,1000	7,2000
	гарнир	359	макароны отварные	200	12,6	224,0000	3,5000	0,4000	23,2000
	напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
кисломол.			масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
	закуска		икра кабачковая	100	14	90,8000	1,6000	6,3000	7,4000



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А.П. Капуров/

Вторник (первая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

18.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	133	суп лапша молочная	220	25,5	218,2000	10,2000	8,0000	37,0000
	гор.напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	фрукты		апельсин	200	30	43,0000	0,9000	0,2000	8,1000
	булочное	184	плюшка	80	16	224,8000	4,0000	9,0000	33,3000
Обед	напиток	30	чай	200	7,6	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
	закуска		огурец конс.	100	11	16,0000	2,1000	0,0000	1,3000
	1 блюдо	119	суп рыбный	250	39,6	122,5000	4,0000	3,8000	18,3000
	2 блюдо	26	жаркое по Домашнему	180	42,5	351,0000	13,7000	19,8000	28,6000
	гарнир								
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
Полдник	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное		хлеб пшеничный	40	4	104,8000	3,0800	12,0000	12,9200
	напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
Ужин	гор.блюдо	10	Сосиска отварная	80	24	210,4000	7,7000	18,4000	3,4000
	гарнир	4	гречка отварная	200	9,9	208,0000	8,0000	4,0000	38,0000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

/А.П. Капуров/



Среда (первая неделя)

Отд./корп

День

19.03.2025

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша пшеничная	200	24,8	178,0000	4,2000	1,2000	38,3000
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное		пряник	70	15	216,3000	2,5000	0,8000	5,1000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	закуска	19	винегрет	100	19,8	88,0000	3,8000	2,9000	6,1000
Обед	1 блюдо	52	суп с фрикадельками	250	42,4	95,0000	4,3000	12,3000	5,8000
	2 блюдо	285	биточки рыбные	90	29,8	136,3000	7,3000	7,6000	10,5000
	гарнир	355	рис отварной	180	13,4	170,8000	4,0000	0,9000	31,8000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное	48	пирожок с картошкой	100	19,5	229,0000	5,2000	7,0000	36,0000
	напиток	30	чай	200	7,6	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Ужин	гор.блюдо	23	суп лапша из кур	220	33,5	58,0000	4,8000	1,6000	6,0000
	гарнир								
	напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А. П. Капуров/



Четверг (первая неделя)

Школа  ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"  Отд./корп  День  20.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша манная	200	25,5	171,0000	9,3000	7,0000	43,4000
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное	9	хлеб с колбасой	80	19,1	210,8000	7,0800	22,0000	12,9200
	напиток	30	чай	200	7,6	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Обед	закуска	72	салат овощной	100	17	61,0000	1,3000	5,3000	4,2000
	1 блюдо	6	суп гороховый	250	41,7	165,3000	5,1000	14,8000	22,3000
Полдник	2 блюдо	15	гуляш из кур	90	28,5	103,5000	10,4000	3,0000	2,4000
	гарнир	359	макаронны отварные	180	12,6	224,0000	3,5000	0,4000	23,2000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное		вафли	70	16,3	210,9000	5,5000	6,5000	34,9000
Ужин	напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	фрукты		яблоко	200	24	94,0000	0,8000	0,8000	19,6000
	гор.блюдо	35	котлета мясная	90	30,1	168,2000	8,8000	11,2000	8,1000
	гарнир	362	картофельное пюре	200	19,8	163,4000	4,2000	9,2000	17,0000
	напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000	
кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800	



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А.П. Капуров/



Пятница (первая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

21.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	24	каша гречневая молочная	200	24,9	178,0000	7,9000	4,8000	38,8000
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное	58	сосиска в тесте	120	26	321,6000	12,0000	19,0000	25,8000
	напиток	30	чай	200	7,6	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Обед			салат картофельный с растительным маслом	100	16	127,9000	2,5000	6,6000	15,5000
	закуска	22	растительным маслом	100	16	127,9000	2,5000	6,6000	15,5000
	1 блюдо	54	суп с клецками	250	42,3	179,0000	10,8800	6,9500	13,9800
	2 блюдо	170	овощи тушеные	180	37	178,7000	5,7000	10,4000	17,6000
	гарнир								
Полдник	напиток		сок	200	16	48,0000	0,0000	0,0000	11,5000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное	28	творожная запеканка	100	16,4	239,6000	8,4000	6,8000	38,6000
	кисломол.		снежок	200	22	168,0000	5,6000	6,4000	22,0000
	гор.блюдо	17	рыба тушеная с луком	90	24,5	107,9000	7,9000	5,1000	7,2000
Ужин	гарнир	355	рис отварной	200	15,1	116,0000	2,2000	0,5000	24,9000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
	закуска		икра кабачковая	100	14	90,8000	1,6000	6,3000	7,4000



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

/А.П. Капуров/

Суббота (первая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

22.03.2025

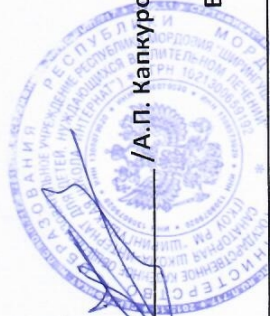
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	225	каша дружба	220	25,5	218,1000	9,8000	9,2000	48,2000
	гор.напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	фрукты		апельсин	200	30	43,0000	0,9000	0,2000	8,1000
	булочное		сухари	70	14,8	231,0000	4,9000	6,3000	37,8000
Обед	напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	закуска		огурец конс.	100	11	16,0000	2,8000	0,0000	1,3000
	1 блюдо	5	суп крестьянский со сметаной	260	41,2	147,9000	7,4000	9,3000	19,8000
	2 блюдо	27	плов	180	39,9	321,3000	9,4000	13,9000	32,9000
Полдник	гарнир								
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное	60	ватрушка с повидлом	100	18	224,0000	3,7000	10,3000	27,4000
Ужин	кисломол.		ряженка	200	18	116,0000	6,0000	6,4000	8,4000
	гор.блюдо	40	запеканка картофельная с фар	200	40,2	296,0000	18,0000	16,0000	20,0000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
закуска	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
	закуска		икра кабачковая	100	14	90,8000	1,6000	6,3000	7,4000



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

/А.П. Капуров/



Воскресенье (первая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

23.03.2025

Примем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	110	омлет с колбасой	220	38,4	218,3000	9,8000	6,2000	35,6000
	гор.напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное		вафли	70	16,3	210,9000	5,5000	6,5000	34,9000
	напиток	30	чай	200	7,6	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Обед	закуска	19	винегрет	100	19,8	88,0000	3,8000	2,9000	6,1000
	1 блюдо	6	суп гороховый	250	41,7	188,0000	5,1000	11,8000	22,3000
	2 блюдо	35	котлета мясная	90	30,1	113,2000	8,8000	8,8000	8,1000
	гарнир	4	гречка отварная	180	9,9	166,0000	3,2000	2,6000	22,6000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
Полдник	булочное	185	сырники	80	21,5	168,0000	8,8000	8,8000	13,6000
	напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	конд.изд.		конфеты	50	12,3	121,0000	2,2000	7,7000	76,0000
Ужин	гор.блюдо	15	гуляш из кур	90	28,6	101,3000	15,4000	3,0000	2,4000
	гарнир	355	рис отварной	200	13,4	232,0000	4,4000	1,0000	49,8000
	напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А.П. Капуров/



Понедельник (вторая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

24.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша геркулесовая молочная	200	24,60	178,1400	7,6800	4,8300	43,1300
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9,00	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	433	кофейный напиток	200	8,50	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное		сушки	70	12,00	231,6000	5,5000	4,9000	40,8000
	кисломол.		йогурт	200	38,00	240,0000	4,6000	10,2000	31,2000
Обед	закуска		зеленый горошек	60	15,00	38,0000	2,1000	0,0000	6,5000
	1 блюдо	148	борщ со сметаной	260	49,70	127,8000	6,5000	12,3000	12,5000
	2 блюдо	285	биточки рыбные	90	29,80	168,1000	7,3000	6,6000	14,5000
	гарнир	362	картофельное пюре	180	18,80	167,1000	3,8000	5,3000	15,3000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,50	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7,00	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
Полдник	булочное	9	хлеб с творожной массой	100	14,60	232,6000	6,6800	17,4000	29,1200
	напиток	32	кисель	200	7,50	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
Ужин	гор.блюдо	317	тефтели мясные	90	31,40	142,7000	8,8000	8,1000	9,1000
	гарнир	4	гречка отварная	200	9,90	208,0000	8,0000	4,0000	38,0000
	напиток	397	какао	200	9,00	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А.П. Капуров/



Вторник (вторая неделя)

Школа

Отд./корп

День 25.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	133	суп лапша молочная	220	25,50	218,2000	10,2000	8,0000	37,0000
	гор.напиток	397	какао	200	9,00	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное		печенье	70	12,00	359,0000	25,0000	21,3000	7,0000
	напиток		сок	200	16,00	48,0000	0,0000	0,0000	11,5000
Обед	закуска	19	винегрет	100	19,80	130,1000	1,7000	6,3000	8,2000
	1 блюдо	3	суп рассольник со сметаной	260	43,60	110,7500	4,0000	1,0000	17,0000
	2 блюдо	35	котлета мясная	90	30,10	113,2000	6,8000	8,8000	8,1000
	гарнир	34	гороховое пюре	180	14,50	167,0000	6,7000	8,6000	21,8000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,50	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7,00	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
Полдник	булочное	44	пирожок с яйцом	100	21,20	204,0000	7,2000	6,0000	30,4000
	напиток	30	чай	200	7,60	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Ужин	гор.блюдо	10	колбаса отварная	40	15,10	106,0000	4,0000	10,0000	0,0000
	гарнир	355	рис отварной	200	13,40	232,0000	4,4000	1,0000	49,8000
	напиток	433	кофейный напиток	200	8,50	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор /А.П. Капуров/



Среда (вторая неделя)

Школа

ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат"

Отд./корп

День

26.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша пшеничная	200	24,80	178,0000	4,2000	1,2000	38,3000
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9,00	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	433	кофейный напиток	200	8,50	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	фрукты		банан	200	34,00	96,0000	1,5000	0,5000	21,0000
	булочное	28	творожная запеканка	80	16,40	131,7000	6,7000	4,4000	30,9000
Обед	напиток	32	кисель	200	7,50	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	закуска		икра кабачковая	100	14,00	90,8000	1,6000	6,3000	7,4000
	1 блюдо	8	суп вермишелевый с колбасой	250	42,30	169,5000	4,5000	7,1500	11,0000
	2 блюдо	36	макаронны с сыром	180	30,70	230,1000	13,0000	11,2000	41,6000
	гарнир								
Полдник	напиток	21	компот из с/ф	200	7,50	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7,00	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное	184	плюшка	100	16,00	310,0000	7,0000	7,5000	54,0000
Ужин	напиток	30	чай	200	7,60	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
	гор.блюдо	26	жаркое по домашнему	220	44,50	371,0000	35,6000	30,4000	34,5000
	гарнир								
	напиток	397	какао	200	9,00	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800	



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А.П. Капуров/



Четверг (вторая неделя)

Школа ГКОУ РМ "ШИРИНГУШСКАЯ школа-интернат" Отд./корп \_\_\_\_\_

День 27.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	каша дружба	220	25,50	218,1000	9,8000	9,2000	48,2000
	гор.напиток	397	какао	200	9,00	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	булочное	60	пирожок с повидлом	100	17,00	298,0000	5,5000	5,2000	57,7000
	напиток	433	кофейный напиток	200	8,50	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
Обед	закуска								
	1 блюдо	52	суп с фрикадельками	250	42,40	95,0000	4,3000	2,7000	21,8000
	2 блюдо		сельдь соленая с луком	90	25,90	253,0000	12,2000	12,0000	0,0000
	гарнир	362	картофельное пюре	180	18,80	167,1000	3,8000	9,2000	32,3000
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,50	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7,00	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
Полдник	булочное		пряник	70	15,00	216,3000	2,5000	0,8000	51,1000
	кисломол.		кефир	200	19,00	74,0000	6,0000	2,0000	8,0000
	фрукты		яблоко	200	24,00	94,0000	0,8000	0,8000	19,6000
Ужин	гор.блюдо	38	лапшевник с сыром	200	38,60	162,2000	8,6000	7,4000	14,4000
	напиток	30	чай с молоком	200	9,00	105,8000	1,8000	1,6000	22,6000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8,00	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6,00	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
	закуска		икра кабачковая	100	14,00	90,8000	1,6000	6,3000	7,4000



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор \_\_\_\_\_ /А.П. Капуров/



Пятница (вторая неделя)

Школа

Отд./корп

День

28.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	31	каша манная	200	25,5	171,0000	9,3000	7,0000	43,4000
	гор.блюдо	150	яйцо отварное	60	9	50,0000	5,1000	4,7000	0,7000
	гор.напиток	32	кисель	200	7,5	100,0000	0,0000	0,0000	24,0000
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800
Завтрак 2	фрукты		груша	200	34	57,0000	0,3600	0,1400	12,1300
	булочное	184	булочка домашняя	60	15	228,2000	4,3700	7,0700	36,0800
	напиток	30	чай	200	7,6	83,4000	0,4000	0,1000	21,6000
Обед	закуска		салат картофельный с растительным маслом	100	16	127,9000	2,5000	6,6000	15,5000
	1 блюдо	7	суп по домашнему	250	42,8	128,5000	7,5700	6,4000	19,5000
	2 блюдо	94	ленивые голубцы	180	39,7	234,2000	10,7000	13,2000	12,4000
	гарнир								
	напиток	21	компот из с/ф	200	7,5	40,0000	0,0000	0,0000	10,0000
Полдник	хлеб черн.		хлеб ржаной	100	7	180,0000	5,0000	1,0000	45,7000
	булочное	9	хлеб с сыром	60	10	98,5800	3,2300	0,7000	19,7400
	напиток	397	какао	200	9	102,8000	2,9000	1,5000	17,2000
	конд.изд.		конфеты	50	12,3	121,0000	2,2000	7,7000	76,0000
	гор.блюдо	17	рыба тушеная с луком	90	24,5	107,9000	7,9000	5,1000	7,2000
Ужин	гарнир	362	картофельное пюре	200	19,8	163,4000	4,2000	9,2000	17,0000
	напиток	433	кофейный напиток	200	8,5	93,2600	3,1200	1,6600	14,1800
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	75,0000	3,0000	0,3000	15,3000
	кисломол.		масло сливочное	10	6	74,1000	0,0600	8,2500	0,0800