

Пример

Бюджетного типа

ДИАБЕТ

1-4 КЛАСС

Отл./корп

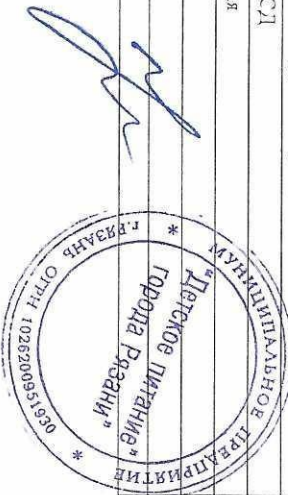
День

23.10.2023

Пример пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак	гор. блюдо		Вутерброд с мясом сливочным	25/10		1.83	7.5	12.88	126.34	1.2
			Каша овсяная молочная СД	160		4.78	3.42	17.15	118.46	1.7
			Какао на молоке СД	180		3.37	3.16	4.17	58.6	0.4
			Фрукт свежий	140		0.56	0.56	13.7	65.8	1.3
Полдник	напиток		Вутерброд с сыром розмариновый	25/15	97,57 руб	5.35	5.17	12.75	118.99	1.20
			Чай с молоком СД	200		1.52	1.35	15.9	81	1.5
Обед			Салат из свежих помидоров	60	15,83 руб	0.66	0.12	2.28	12.84	0.2
			Суп картофельный с фасолью на курином бульоне	200		1.7	5.7	7.6	89.15	1.5
			Бифштекс из говядины СД	50/50		16.76	14.76	5.35	221.23	0.5
			Каша гречневая рассыпчатая	150		6.97	5.44	31.47	202.72	3.1
			Чай с шиповником СД	180		0.51	0.09	8.72	37.71	0.8
			Хлеб ржаной	25		4.3	1.7	21.3	129.5	2.1

5-11 КЛАСС

Пример пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак	гор. блюдо		Вутерброд с мясом сливочным	25/10		1.83	7.5	12.88	126.34	1.2
			Каша овсяная молочная СД	200		5.97	4.26	21.42	147.93	2.1
			Какао на молоке СД	200		3.64	3.45	4.59	63.96	0.4
			Фрукт свежий	140		0.56	0.56	13.7	65.8	1.3
Полдник	напиток		Вутерброд с сыром розмариновый	25/15	97,57 руб	5.35	5.17	12.75	118.99	1.20
			Чай с молоком СД	200		1.52	1.35	15.9	81	1.5
Обед			Салат из свежих помидоров	100	15,83 руб	1.1	0.2	3.8	21.4	0.3
			Суп картофельный с фасолью на курином бульоне	250		2.09	6.8	9.5	107.28	1.8
			Бифштекс из говядины СД	50/50		16.76	14.76	5.35	221.23	0.5
			Каша гречневая рассыпчатая	180		8.36	6.53	37.76	243.26	3.7
			Чай с шиповником СД	200		0.3	0.09	12.5	52.03	1.2
			Хлеб ржаной	50		4.3	1.7	21.3	129.5	2.1



Школа Бюджетного типа

ДИАБЕТ

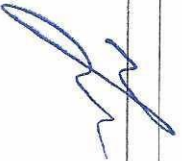
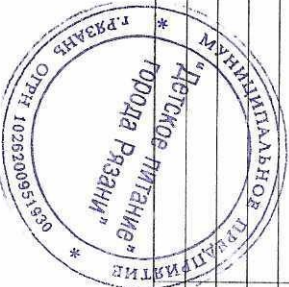
1 - КЛАСС

Отг. Копия

День

24.10.2023

Прочее питание	Раздел	Мерц	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ	
Завтрак			Сыр подсушенный	15		0,48	4,43	1	53,75	0,1	
			Творошек консервированный протертый	20		0,62	0,04	1,3	8,04	0,1	
			Брокколи на пару	150		4,93	2,7	7,04	70,78	0,7	
			Напиток кофейный на молоке	180/10		3,32	2,89	8,03	71,03	0,8	
			Йогурт	100		2,8	1,5	1,4	72	7,2	
Полдник			Хлеб ржаной	25		4,3	1,7	21,3	129,5	2,1	
			Бутерброд с маслом сливочным	25/10		1,12	10,25	11,2	150	1,10	
Обед			Чай с лимоном	200/7		0,26	0,03	0,29	3,9	0,02	
			Салат из свежих овощей с сыром	60	15,83 руб	2,68	7,41	4,84	96,77	0,4	
Завтрак			Суп картофельный с крутой и рыбой	200		2,53	4,4	11,74	96,68	1,1	
			Рагу из овощей со свинойной СД	240		17,27	23,63	19,6	360,17	1,9	
			Компот из свежих яблок с клюквой СД	180/10		0,12	0,12	2,96	13,41	0,2	
			Хлеб ржаной	25		4,3	1,7	21,3	129,5	2,1	
						97,57 руб					
5-11 КЛАСС											
Прочее питание			Сыр подсушенный	20		4,64	5,9	1	71,66	0,1	
			Творошек консервированный протертый	30		0,93	0,06	1,95	12,06	0,1	
			Брокколи на пару	180		5,91	2,8	8,44	89,72	0,8	
			Напиток кофейный на молоке	200/11		3,62	3,31	9,13	79,89	0,9	
			Йогурт	100		2,8	1,5	1,4	72	7,2	
			Хлеб ржаной	50		4,3	1,7	21,3	129,5	2,1	
						97,57 руб					
				Бутерброд с маслом сливочным	25/10		1,12	10,25	11,2	150	1,10
				Чай с лимоном	200/7		0,26	0,03	0,29	3,9	0,02
						15,83 руб					
Обед			Салат из свежих овощей с сыром	100		4,63	12,21	8,1	160,82	0,8	
			Суп картофельный с крутой и рыбой	250		4,52	4,33	14,09	113,37	1,4	
			Рагу из овощей со свинойной СД	240		17,27	23,63	19,6	360,17	1,9	
			Компот из свежих яблок с клюквой СД	200/11		0,13	0,13	3,25	14,75	0,3	
			Хлеб ржаной	50		4,3	1,7	21,3	129,5	2,1	
					97,57 руб						

Школа: Бюджетного типа ДЦАБЕЛ

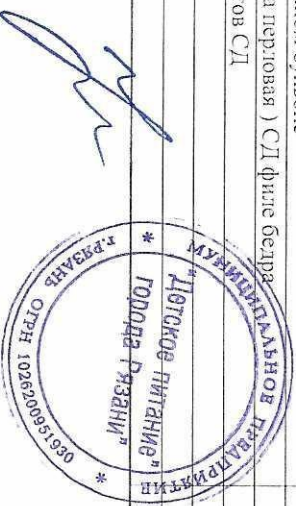
1-4 К. КАСС

Отг/Копи

Дата

25.10.2023

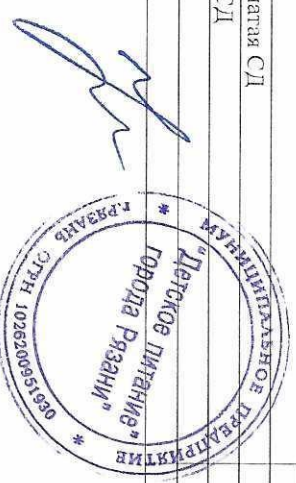
Прев. тип	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход. г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак	гор. Олюдо		Запеканка из творога с соусом ванильным	150		18.91	13.19	11.48	240.27	1.1
	напиток		Чай с лимонном	180/6		0.26	0.05	0.13	2.02	0.01
	Хлеб		Хлеб ржаной	25		1.75	0.25	12.75	60	1.2
	Фрукт		Фрукт свежий	140		0.7	0.5	17.5	79.9	1.7
Полдник					97,57 руб					
			Бутерброд с сыром российский (либест)	25/15		4.4	4.6	11.7	143	1.30
Обед	напиток		Чай без сахара	200	15,83руб	0.2	0.05	0.07	1.54	0.007
	1 Олюдо		Салат из белокочанной капусты с морковью СД	60		0.92	3.05	2.62	41.64	0.2
	2 Олюдо		Суп овощной на курином бульоне	200		3.3	5.81	8.5	99.48	0.8
Полдник	напиток		Плов из птицы (крупа перловая) СД фига безра	200		5.72	4.81	31.09	190.49	3.1
	Хлеб		Комлот из сухофруктов СД	180/10		0.51	0.09	8.72	37.71	0.8
Завтрак	гор. Олюдо		Хлеб ржаной	25	97,57руб	4.3	1.7	21.3	129.5	2.1
	напиток		Запеканка из творога с соусом ванильным	200		23.79	16.81	15.53	308.53	1.5
	Хлеб		Чай с лимонном	200/7		0.27	0.05	0.14	2.1	0.01
	Фрукт		Хлеб ржаной	50		3.5	0.5	25.5	120	2.5
Полдник			Фрукт свежий	140		0.7	0.5	17.5	79.9	1.7
Обед	напиток		Бутерброд с сыром российский (либест)	25/15	97,57 руб	4.4	4.6	11.7	143	1.30
			Чай без сахара	200	15,83 руб	0.2	0.05	0.07	1.54	0.007
Завтрак	1 Олюдо		Салат из белокочанной капусты с морковью СД	100		1.53	5.08	4.36	69.31	0.4
	2 Олюдо		Суп овощной на курином бульоне	250		3.69	6.86	10.75	119.51	1
	напиток		Плов из птицы (крупа перловая) СД фига безра	200		5.72	4.81	31.09	190.49	3.1
	Хлеб		Комлот из сухофруктов СД	200/11		0.58	0.1	9.88	42.74	0.9
Обед			Хлеб ржаной	50		4.3	1.7	21.3	129.5	2.1
					97,57руб					



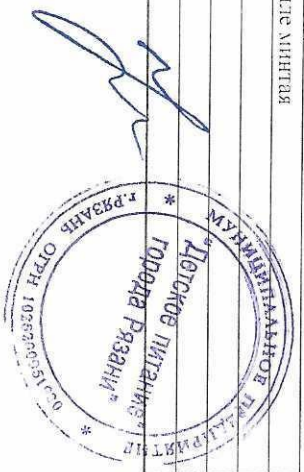
Прочее наименование	Раздел	№ рецепта	Наименование	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Зав. рас.	гор. Блюдо		Омлет белковый паровой	50		5.89	7.38	0.78	93.07	0.07
	гор. Блюдо		Каша вязкая молочная пшеница с маслом сливочным СД	160		4.78	3.42	17.15	118.46	1.7
	напиток		Напиток кофейный на молоке СД	180		3.32	2.89	8.03	71.03	0.8
	хлеб		Хлеб ржаной	25		1.75	0.25	12.75	60	1.2
	кисломол.		Кису несе	100		1.8	0.9	11.7	63	1.3
Полдник			Бутерброд с сыром российский (либост)	25/15	97,57 руб	5.35	5.17	12.75	118.99	1.20
			Чай с молоком СД	200	15,83руб	1.52	1.35	15.9	81	1.5
Обед			Салат из свежих помидоров	60		0.68	4.11	2.82	51.01	0.2
	1. Блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	200		5.81	4.4	15.42	124.52	1.5
	2. Блюдо		Биточек куриный СД	100		17.64	13.23	16.24	254.58	1.6
	гарнир		Каша перловая рассыпчатая СД	150		4.46	0.53	32.11	151.06	3.2
	напиток		Напиток витаминный СД	180		0.4	0.13	7.99	34.74	0.7
хлеб		Хлеб ржаной	25	97,57руб	4.3	1.7	21.3	129.5	2.1	

5-11 КЛАСС

Прочее наименование	Раздел	№ рецепта	Наименование	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Зав. рас.	гор. блюдо		Омлет белковый паровой	50		5.89	7.38	0.78	93.07	0.07
	гор. блюдо		Каша вязкая молочная пшеница с маслом сливочным СД	200		4.14	8.2	12.45	140.2	1.2
	напиток		Напиток кофейный на молоке СД	200		3.62	3.31	9.13	79.89	0.9
	хлеб		Хлеб ржаной	50		4.3	1.7	21.3	129.5	2.1
	кисломол.		Кису несе	100		1.8	0.9	11.7	63	1.3
Полдник			Бутерброд с сыром российским (либост)	25/15	97,57 руб	5.35	5.17	12.75	118.99	1.20
			Чай с молоком СД	200	15,83 руб	1.52	1.35	15.9	81	1.5
Обед			Салат из свежих помидоров	100		1.1	0.2	3.8	21.4	0.3
	1. Блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	250		6.99	4.51	19.28	145.63	1.9
	2. Блюдо		Биточек куриный СД	100		17.64	13.23	16.24	254.58	1.6
	гарнир		Каша перловая рассыпчатая СД	180		5.39	0.64	38.8	182.53	3.8
	напиток		Напиток витаминный СД	200		0.46	0.15	9.13	39.7	0.9
хлеб		Хлеб ржаной	50	97,57 руб	4.3	1.7	21.3	129.5	2.1	



Прочее наименование	Раздел	Мероп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак			Поджаренная из свежих отрубов	20		0.14	0.02	0.38	2.26	0.03
			Филе куриное тушенное в томатном соусе СД	50/50		2.25	6.49	4.45	85.21	0.4
			Каша гречневая рассыпчатая	150		6.97	5.44	31.47	202.72	3.1
			Чай без сахара	180		0.2	0.05	0.07	1.54	0.07
			Хлеб ржаной	25		1.75	0.25	12.75	60	1.2
Полдник			Пюре фруктовое	90		0.5		13	54.4	1.3
			Фрукт свежий	140	97,57 руб	0.6	0.6	13.7	65.8	1.30
			Чай без сахара	200		0.2	0.05	0.07	1.54	0.007
			Салат из моркови	60	15,83 руб	0.73	4.05	3.86	54.84	0.3
			Суп Харчо на говяжьих бульоне СД	200		2.69	5.15	10.86	100.58	1
Обед			Рыба запеченная СД филе минтая	100		18.36	2.22	1.95	101.2	0.1
			Картофель отварной	150		3.1	0.62	25.27	119.04	2.4
			Компот из груш СД	180		0.14	0.11	3.71	16.38	0.3
			Хлеб ржаной	25		4.3	1.7	21.3	129.5	2.1
5-11 КЛАСС										
Завтрак			Поджаренная из свежих отрубов	30		0.21	0.03	0.57	3.39	0.05
			Филе куриное тушенное в томатном соусе СД	100		5.72	4.81	31.09	190.49	3.1
			Каша гречневая рассыпчатая	180		3.62	3.31	9.13	79.89	0.9
			Чай без сахара	200		3.5	0.5	25.5	120	2.5
			Хлеб ржаной	50		0.6	0.6	13.7	65.8	1.3
Полдник			Пюре фруктовое	90		0.5		13	54.4	1.3
			Фрукт свежий	140	97,57 руб	0.6	0.6	13.7	65.8	1.30
			Чай без сахара	200		0.2	0.05	0.07	1.54	0.007
			Салат из моркови	100	15,83 руб	1.22	7.09	6.49	94.62	0.6
			Суп Харчо на говяжьих бульоне СД	250		3.01	6.2	13.15	120.42	1.3
Обед			Рыба запеченная СД филе минтая	100		18.36	2.22	1.95	101.2	0.1
			Картофель отварной	180		3.7	0.74	30.16	142.08	3
			Компот из груш СД	200		0.16	0.12	4.12	18.2	0.4
			Хлеб ржаной	50		4.3	1.7	21.3	129.5	2.1



Школа

Будежного типа

ДЛЯ БУД.

1-4 КЛАСС

Отд./корп

День

28.10.2023

Прим. пиши	Раздел	№ реч	Бюджет	Выход. г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак	гор. Бюджет		Биточек куриный СД	100		17.64	13.23	16.24	254.58	1.6
	гарнир		Каша пшеничная рассыпчатая	150		3.63	0.4	22.61	108.5	2.2
	напиток		Чай без сахара	180		0.2	0.05	0.07	1.54	0.07
	Хлеб		Хлеб ржаной	25		1.75	0.25	12.75	60	1.2
	фрукт		Фрукт свежий	140		0.6	0.6	13.7	65.8	1.3
Подлинк			Бутерброд с маслом сливочным	25/10	97,57 руб	1.12	10.25	11.2	150	1.10
	напиток		Чай с молоком СД	200	15,83руб	1.52	1.35	15.9	81	1.5
5-11 КЛАСС										
Завтрак	гор. Бюджет		Биточек куриный СД	100		17.64	13.23	16.24	254.58	1.6
	гарнир		Каша пшеничная рассыпчатая	180		4.4	0.48	27.4	131.52	2.7
	напиток		Чай без сахара	200		0.2	0.05	0.07	1.54	0.07
	Хлеб		Хлеб ржаной	50		3.5	0.5	25.5	120	2.5
	фрукт		Фрукт свежий	140		0.6	0.6	13.7	65.8	1.3
Подлинк			Бутерброд с маслом сливочным	25/10	97,57 руб	1.12	10.25	11.2	150	1.10
	напиток		Чай с молоком СД	200	15,83 руб	1.52	1.35	15.9	81	1.5

