



И.о. директора школы

Привалова Г.В.

**09 февраля 2026г.**

**Вариант 1**

№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,00	162	6,1	8,7	14,8
356/2022	Каша "Дружба"	150	74,00	211	6,5	8,3	25,1
338/2017	Плоды свежие	100	25,00	44	0,4	0,4	9,8
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	30,00	124	3,0	1,8	26,0
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

**10 февраля 2026г.**

**Вариант- 2**

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
291/2017	Плов из птицы	200	94,00	354	16,4	19,9	34,8
782/2022	чай с сахаром	200	15,00	40	0,2	0	10
23/2022	хлеб из муки пшеничный	40	5,00	88	2,7	0,8	17,6
т.24/1996	огурцы соленые	60	20,00	26	0,9	0,1	5,3
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

# 11 февраля 2026г.

## Вариант-3

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
268/20 17	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	49	208	12,4	14,8	11,8
306/20 17	горох отварной	150	40	230	14,1	6,9	33,5
ТТК 23А	чай каркаде с сахаром	200	20	58	0,2	0	15
23/202 2	хлеб из муки пшеничной	50	5	65	2,1	0,6	13,2
т.24/1 996	капуста квашеная	60	20	26	0,9	0,1	5,3
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

# 12 февраля 2026г.

## Вариант 4

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
208/201 7	Лапшевник с творогом с соусом молочным	230	99	302	10,9	15,3	38,8
ТТК 23А	чай каркаде с сахаром	200	20	58	0,2	0	15
23/2022	хлеб из муки пшеничной	40	5	88	2,7	0,8	17,6
	печенье	30	10	98	3,8	4,1	14
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

# 13 февраля 2026г.

## Вариант 5

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
467/20 22	Котлеты или биточки рыбные любительские	90	60	179	11,7	10,6	8,6
310/20 17	картофель отварной	150	39	176	3,6	5,8	28,6
783/20 22	чай фруктовый	200	15	44	0,2	0	12,2

23/202 2	хлеб из пшеничной муки	30	5	66	2,1	0,6	13,2
т.24/1 996	свекла отварная	60	15	26	0,6	0,1	5,3
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

**16 февраля 2026г.**

**Вариант 6**

	<b>Наименование</b>	<b>Выход</b>	<b>Цена</b>	<b>Ккал</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев.</b>
181/20 17	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	160	49	217	7,5	8,9	28,3
774/20 22	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	30	124	3	1,8	26
1/2017	Бутерброд с маслом	40	25	137	4,5	7,5	14,9
338/20 17	Яблоко свежее	100	30	44	0,4	0,4	9,8
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

**17 февраля 2026г.**

**Вариант 7**

	<b>Наименование</b>	<b>Масса</b>	<b>Цена</b>	<b>Ккал.</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>
580/2022	Гуляш из мяса птицы	100	54	143	8,4	10,3	9,4
309/2017	Макаронные изделия отварные	150	40	221	5,3	6,2	35,3
ТТК 23А	Чай каркаде с сахаром	200	20	58	0,2	0	15
23/2022	хлеб из муки пшеничной	30	5	66	2,1	0,6	13,2
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (соленые огурцы)	60	15	26	0,9	0,1	5,3
<b>ИТОГ</b>			<b>134</b>				

**18 февраля 2026г.**

**Вариант 8**

	<b>Наименование</b>	<b>Масса</b>	<b>Цена</b>	<b>Ккал</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев.</b>
622/2022	Шницель рубленый куриный	90	40	189	11,7	11,2	14,6
665/2022	Рис с овощами	150	44	180	3,5	4,6	33,5
782/2022	чай с сахаром	200	20	40	0,2	0	10

23/2022	Хлеб из муки пшеничной	30	5	66	2,1	0,6	13,2
т.24/1996	огурец соленый	60	25	26	0,9	0,1	5,3
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

## 19 февраля

### Вариант 9

	<b>Наименование</b>	<b>Масса</b>	<b>Цена</b>	<b>Ккал.</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>
182/2017	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	150	69	177	6,7	7,6	24,4
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	30	124	3	1,8	26
2/2017	Бутерброд с повидлом	55	15	164	4,4	5,9	27,8
338/2017	Яблоко свежее	100	20	96	1,5	0,5	21
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				

## 20 февраля 2026г.

### Вариант 10

	<b>Наименование</b>	<b>Масса</b>	<b>Цена</b>	<b>Ккал</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры.</b>	<b>Углев</b>
279/2017	Тефтели(2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90	49	229	10	14,1	21,6
303/2017	Каша вязкая гречневая	150	30	138	4,7	5	22,3
782/2022	чай с сахаром	200	20	40	0,2	0	10
23/2022	хлеб из муки пшеничной	30	20	66	2	0,6	13,2
т.24/1996	капуста квашеная	60	15	26	0,9	0,1	5,3
<b>ИТОГО</b>			<b>134</b>				