Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	1 день							День	03.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161,201	Каша пшеничная молочная	200	8,00	186	8	6	25
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	95,2013	Бутерброд с джемом или повидлом	60	15,00	170	3	4	30
		ПВ	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак	100	28,00	57	3	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50,2013	Салат витаминный	60	10,00	46	1	1	6
	1 блюдо	88,2015	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	23,00	121	2	11	8
	2 блюдо	331,202	тефтели с рисом с соусом	110	28,00	157	8	9	11
	гарнир	688,201	Макаронные изделия отварные	150	9,00	168	6	5	26
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	50	9,00	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	напиток	348,202	компот из кураги	200	13	88	0	0	24
	фрукты		апельсин	100	10,00	44	1	0	9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0D908E92E1F4E2C796207E6B8E00EB73
Владелец: Заречнева Наталья Александровна
Действителен: с 09.08.2024 до 02.11.2025

Школа МОКУ НОШ № 18 п.Бидога | Отд./корп 2 день | День 04.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175,202	Каша вязкая молочная из риса ипшена с маслом	220	24,00	262	6	8	28
	гор.напиток	376,201	Чай с сахаром	215	17,00	50	0	0	15
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	40	12,00	69	3	0	13
		15,2011	Сыр порционно	15	12,00	54	4	4	0
		14,2011	Масло порционно	5	9,00	44	0	2	2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50,2013	Салат из свежих помидор с луком	60	17,00	47	1	4	3
	1 блюдо	112,202	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	14,00	109	4	4	13
	2 блюдо	ПВ	котлета рыбная из минтая в панировке со сливочным маслом	95	24,00	183	13	12	4
	гарнир	168,201	рис отварной	150	12,00	183	4	5	27
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	40	9,00	94	3	0	19
	хлеб черн.	ПВ	Хлеб ржаной	20	9,00	35	2	0	7
	напиток	417,202	напиток из шиповника	200	5	88	1	0	21
	фрукты	ПВ	яблоко	100	12,00	50	0	0	11

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	3 день						День	05.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	250,201	Каша манная вязкая	200	24,00	279	12	12	36
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	60	19,00	104	4	1	20
		95,2013	Бутерброд:батон со сливочным маслом	40	8,00	136	2	7	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	13,201	Салат из свежих огурцов	60	25,00	40	0	4	1
	1 блюдо	82,2015	борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	24,00	88	2	5	13
	2 блюдо	396,201	жаркое по домашнему из мясных консервов "Говядина тушеная"	170	17,00	252	14	15	12
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	60	19,00	140	5	1	29
	хлеб черн.								
	напиток	П.В.	Компот из изюма	200	8	122	0	1	30
	фрукты		банан	100	9,00	106	2	0	23

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	4 день						День	06.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	250,201	Каша манная вязкая	200	24,00	279	12	12	36
	гор.напиток	377,202	Чай с лимоном	200	23,00	61	0	0	15
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	40	12,00	69	3	0	13
		95,2013	Бутерброды с джемом или повидлом	60	15,00	170	3	4	30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106,201	Помидор свежий	60	4,00	14	1	0	2
	1 блюдо	112,201	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	19,00	87	2	4	18
	2 блюдо	3,2015	котлеты домашние.	90	26,00	281	13	20	12
	гарнир	694,202	картофельное пюре	150	17,00	113	3	8	22
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	20	3,00	35	2	0	7
	напиток	349,202	компот из с/ф	200	15	133	1	0	32
	фрукты		апельсин	100	18,00	44	1	0	9

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	5 день						День	07.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	236,201	Суп молочный с крупой(гречка)	200	13,00	142	6	5	17
	гор.напиток	495,201	Чай с молоком	200	10,00	81	2	1	16
	хлеб	пром.выг	Хлеб пшеничный	40	6,00	94	3	0	20
		пром выг	Батон	30	11,00	40	1	0	14
		15,2011	Сыр порционно	15	12,00	46	4	4	0
Завтрак 2	фрукты	пром.выг	Яблоко	100	12,00	50	0	0	11
		14,2011	Масло порционно	15	10,00	132	0	4	5
Обед	закуска	61,2013г	салат из моркови с зеленым горошком	60	15,00	73	1	3	12
	1 блюдо	94,2016г	Суп с макаронными изделиями	200	19,00	111	4	6	10
	2 блюдо	331,201	Тефтели с рисом и соусом	110	28,00	208	13	9	20
	гарнир	302,2015	каша гречневая рассыпчатая	150	15,00	244	9	6	39
	сладкое								
	хлеб бел.	пром.выг	хлеб пшеничный	40	8,00	94	3	0	19
	хлеб черн.								
	напиток	348,2015	компот из чернослива	200	17,00	88	0	0	24
	фрукты								

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	6 день						День	10.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161,201	Каша пшеничная молочная	200	8,00	196	8	6	25
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	20	6,00	35	2	0	7
		ПВ	ЙОГУРТ 2,5% инд.упаковка	100	28,00	57	3	3	5
Завтрак 2	фрукты	ПВ	Банан	100	9,00	106	2	1	23
Обед	закуска	25,2015	Салат из свежих помидор и яблок	60	12,00	44	0	3	3
	1 блюдо		Суп из овощей	200	12,00	76	1	4	7
	2 блюдо	396,202	Котлета мясная	90	26,00	281	13	20	12
	гарнир	723,202	сложный гарнир(картофельное пюре,капуста тушеная)	150	10,00	167	4	6	30
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	Хлеб пшеничный	40	9,00	94	3	0	19
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	30	4,00	52	2	0	10
	напиток	ПВ	Сок персиковый	200	29,00	126	1	0	30
	фрукты								

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	7 день						День	11.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	253,201	Каша рисовая вязкая	210	11,00	294	6	11	43
	гор.напиток	238,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	119	4	4	18
	хлеб	ПВ	Хлеб пшеничный	30	5,00	70	2	0	14
		ПВ	ЙОГУРТ 2,5%инд.упак.	100	28,00	57	3	3	5
			Сыр порционно	10	7,00	46	3	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	13,201	Салат из свежих огурцов	60	15,00	40	0	4	1
	1 блюдо	96,2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	10,00	121	2	8	17
	2 блюдо	7,2011	Котлета рыбная из минтая в панировке со сливочным маслом	95	24,00	183	13	12	4
	гарнир	168,201	рис отварной	150	24,00	210	4	5	37
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	30	11,00	52	2	0	10
	напиток	394,201	компот из изюма	200	8,00	122	0	1	30
	фрукты	ПВ	Яблоко	100	10,00	50	0	0	11

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	8 день							День	12.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174,202	Каша молочная кукурузная жидкая	200	10,00	234	10	11	31
	гор.напиток	377,202	Чай с лимоном	200	23,00	61	0	0	15
	хлеб	ПВ	Хлеб пшеничный	30	5,00	70	2	0	14
		ПВ	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак.	100	28,00	57	3	3	5
		1,2011	Бутерброд:батон с маслом сливочным	40	8,00	109	2	6	12
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106,201	Помидор свежий	60	11,00	14	1	0	2
	1 блюдо	104,202	суп картофельный с мясными фрикадельками	228	17,00	97	2	3	14
	2 блюдо	396,201	жаркое по-домашнему из мясных консервов "Говядина тушеная"	170	17,00	252	14	19	12
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	40	9,00	94	3	0	19
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	30	10,00	52	2	0	10
	напиток	ПВ	Сок яблочный	200	29,00	85	1	0	20
	фрукты	ПВ	банан	100	9,00	106	2	1	23

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	9 день						День	13.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175,202	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	220	24,00	262	6	8	28
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	30	8,00	52	2	0	52
		14,2011	Масло порционно	10	8,00	88	0	4	3
		ПВ	Батон	30	11,00	40	1	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14,201	Салат из свежих помидор с луком	60	12,00	47	1	4	3
	1 блюдо	99,2015	суп из овощей	200	19,00	76	1	4	7
	2 блюдо	375,202	голубцы полуфабрикат с соусом	160	25,00	208	13	8	19
	гарнир	694,202	Картофельное пюре	150	15,00	113	3	8	22
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	30	11,00	52	2	0	10
	напиток	417,202	напиток из шиповника	200	5,00	88	1	0	21
	фрукты	ПВ	апельсин	100	15,00	44	1	0	9

Школа МОКУ НОШ № 18 п.Бидога Отд./корп 10 день День 14.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	250,201	Каша манная вязкая	200	24,00	279	12	3	36
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	95,2013	Бутерброды с джемом или повидлом	60	15,00	113	2	3	20
Завтрак 2	фрукты	ПВ	Яблоко	100	12,00	50	0	0	11
Обед	закуска	106,201	Огурец свежий	60	8,00	8	0	0	2
	1 блюдо	82,2015	борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	24,00	88	2	5	13
	2 блюдо	302,201	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,00	244	9	6	39
	гарнир	3,2015	Котлеты домашние	90	26,00	281	14	20	12
	сладкое								
	хлеб бел.	П.В.	Хлеб пшеничный	45	8,00	105	4	0	22
	хлеб черн.	ПВ	Хлеб ржаной	25	7,00	43	2	0	8
	напиток	349,202	Компот из смеси сухофруктов	200	15	133	1	0	32
	фрукты								

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	1 день					День	17.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	161,201	Каша пшеничная молочная	200	8,00	186	8	6	25
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	95,2013	Бутерброд с джемом или повидлом	60	15,00	170	3	4	30
		ПВ	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак	100	28,00	57	3	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50,2013	Салат витаминный	60	10,00	46	1	1	6
	1 блюдо	88,2015	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	23,00	121	2	11	8
	2 блюдо	331,202	тефтели с рисом с соусом	110	28,00	157	8	9	11
	гарнир	688,201	Макаронные изделия отварные	150	9,00	168	6	5	26
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	50	9,00	117	4	1	24
	хлеб черн.								
	напиток	348,202	компот из кураги	200	13	88	0	0	24
	фрукты		апельсин	100	10,00	44	1	0	9

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	2 день					День	18.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175,202	Каша вязкая молочная из риса ипшена с маслом	220	24,00	262	6	8	28
	гор.напиток	376,201	Чай с сахаром	215	17,00	50	0	0	15
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	40	12,00	69	3	0	13
		15,2011	Сыр порционно	15	12,00	54	4	4	0
		14,2011	Масло порционно	5	9,00	44	0	2	2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50,2013	Салат из свежих помидор с луком	60	17,00	47	1	4	3
	1 блюдо	112,202	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	14,00	109	4	4	13
	2 блюдо	ПВ	котлета рыбная из минтая в панировке со сливочным маслом	95	24,00	183	13	12	4
	гарнир	168,201	рис отварной	150	12,00	183	4	5	27
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	40	9,00	94	3	0	19
	хлеб черн.	ПВ	Хлеб ржаной	20	9,00	35	2	0	7
	напиток	417,202	напиток из шиповника	200	5	88	1	0	21
	фрукты	ПВ	яблоко	100	12,00	50	0	0	11

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	3 день						День	19.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	250,201	Каша манная вязкая	200	24,00	279	12	12	36
	гор.напиток	379,202	Кофейный напиток с молоком	200	23,00	101	3	3	16
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	60	19,00	104	4	1	20
		95,2013	Бутерброд:батон со сливочным маслом	40	8,00	136	2	7	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	13,201	Салат из свежих огурцов	60	25,00	40	0	4	1
	1 блюдо	82,2015	борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	24,00	88	2	5	13
	2 блюдо	396,201	жаркое по домашнему из мясных консервов "Говядина тушеная"	170	17,00	252	14	15	12
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	60	19,00	140	5	1	29
	хлеб черн.								
	напиток	П.В.	Компот из изюма	200	8	122	0	1	30
	фрукты		банан	100	9,00	106	2	0	23

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	4 день						День	20.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	250,201	Каша манная вязкая	200	24,00	279	12	12	36
	гор.напиток	377,202	Чай с лимоном	200	23,00	61	0	0	15
	хлеб	ПВ	Хлеб ржаной	40	12,00	69	3	0	13
		95,2013	Бутерброды с джемом или повидлом	60	15,00	170	3	4	30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106,201	Помидор свежий	60	4,00	14	1	0	2
	1 блюдо	112,201	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	19,00	87	2	4	18
	2 блюдо	3,2015	котлеты домашние.	90	26,00	281	13	20	12
	гарнир	694,202	картофельное пюре	150	17,00	113	3	8	22
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	20	3,00	35	2	0	7
	напиток	349,202	компот из с/ф	200	15	133	1	0	32
	фрукты		апельсин	100	18,00	44	1	0	9

Школа	МОКУ НОШ № 18 п.Бидога	Отд./корп	5 день						День	21.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	236,201	Суп молочный с крупой(гречка)	200	13,00	142	6	5	17
	гор.напиток	495,201	Чай с молоком	200	10,00	81	2	1	16
	хлеб	пром.выг	Хлеб пшеничный	40	6,00	94	3	0	20
		пром выг	Батон	30	11,00	40	1	0	14
		15,2011	Сыр порционно	15	12,00	46	4	4	0
Завтрак 2	фрукты	пром.выг	Яблоко	100	12,00	50	0	0	11
		14,2011	Масло порционно	15	10,00	132	0	4	5
Обед	закуска	61,2013г	салат из моркови с зеленым горошком	60	15,00	73	1	3	12
	1 блюдо	94,2016г	Суп с макаронными изделиями	200	19,00	111	4	6	10
	2 блюдо	331,201	Тефтели с рисом и соусом	110	28,00	208	13	9	20
	гарнир	302,2015	каша гречневая рассыпчатая	150	15,00	244	9	6	39
	сладкое								
	хлеб бел.	пром.выг	хлеб пшеничный	40	8,00	94	3	0	19
	хлеб черн.								
	напиток	348,2015	компот из чернослива	200	17,00	88	0	0	24
	фрукты								