	1 День	7-	11 ле	T			
				пищи	ивые вещ	ества	
№ рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	Масса порции	Белки	Жиры	Углев оды	Энерге тическ ая ценнос ть, ккал
	Завтрак						
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
168	Каша манная молочная	15	150	3,4	3,96	27,81	128,9
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Итого	28		5,92	8,6	61,89	269,4

						депь	
	1 Дені	5 11-	- 18 л	eT .			
				пищі	ивые ве	щества	
№ рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	Масса порции	Белки	Жиры	Углево ды	Энергет ическая ценност ь, ккал
	Завтрак						
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
168	Каша манная молочная	20	200	5,4	4,11	30,54	169
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Итого	33		7,92	8,75	64,62	309,5

	Обед						
13	кукуруза отв. Консервированая	23	60	2	0,8	12,2	31,1
187	Щи со сметаной	21	200/10	1,4	3,91	6,79	67,8
679	гречка отварная рассыпчатая	14	150	7,46	5,61	35,84	230,45
354	мясо (курица) тушеное с овощами	84	80/50	17,65	14,58	4,7	221
	Сок	16	200	0,6	0,2	58,6	140
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	161		30,31	25,66	145,2	741,25
	Всего за день	189		36,23	34,26	207,1	1010,7

	Обед						
13	кукуруза отв. Консервированая	20	60	2	0,8	12,2	31,1
187	Щи со сметаной	26	250	2,2	4,5	7,2	72,4
679	гречка отварная рассыпчатая	16	180	7,46	5,61	35,84	230,45
354	мясо (курица) тушеное с овощами	105	100/50	23,6	18,4	6,6	245
	Сок	16	200	0,6	0,2	58,6	140
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	187		37,06	30,07	134,7	769,85
	Всего за день	220		44,98	38,82	199,32	1079,35

день 1.10.2024

2 День 7- 11 лет

2 День 11- 18 лет

№	Пантан типин типин типин батага		Macca	пищ	івые вещ	ества	энерге тическ
рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая пеннос
	Завтрак	-				, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	
469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	84	150/20	27,84	18	32,4	279,6
379	Кофейный напиток	12	200	1,4	2	22,4	116
	Итого	97		29,24	20	54,8	395,6

№	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые ве	щества	энергет ическая
рец.	блюда	цен	порции	Белки	Жиры	Углево ды	ценност
	Завтрак		•			ды	L B BRAII
469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	113	200/20	32,21	21,48	36,1	301,24
379	Кофейный напиток	12	200	1,4	2	22,4	116
	Итого	125		33,61	23,48	58,5	417,24

	Обед						
33	Икра кабачковая	23	60	1,6	6,3	7,4	90,8
83	суп сырный с курицей	26	200	2,69	2,84	17,14	104,75
688	Макароны отварные	7	150	5,52	4,52	26,45	168,45
608	тефтели мясные	34	100	11,8	12,9	14,9	223
387	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	102
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	112		28,61	29,52	117,2	849
	Всего за день	208		57,85	49,52	172	1244,6

	Обед						
33	Икра кабачковая	20	60	1,6	6,3	7,4	90,8
83	суп сырный с курицей	32	250	4,15	3,75	20,4	106,32
688	Макароны отварные	8	180	5,52	4,52	26,45	168,45
608	тефтели мясные	34	100	11,8	12,9	14,9	223
387	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	102
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	117		30,07	30,43	120,41	850,57
	Всего за день	241		63,68	53,91	178,91	1267,81

день 2.10.2024

	3 Ден	ь 7- 11	лет				
№	Паугом тиним мимоморомию блионо		Macca	пищи	івые вещ	ества	энерге тическ
рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая
	Завтрак						
3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
951	каша геркулес с маслом	15	150	3,4	3,96	27,81	161
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28

	3 Де	ень 11-	18 лет				
No	Прием пищи, нименование		Macca	пищі	ивые ве	щества	энергет ическая
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево ды	ценност
	Завтрак		-				
3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
951	каша геркулес с маслом	20	200	5,4	7,21	30,2	174
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28

										_	•				
	Итого	38		12,74	14,9	62,06	301,5		Итого	43		14,74	18,15	64,45	314,5
	Обед								Обед						
79	салат из св.капуты с перцем	23	60	5,08	9,02	87,4	87,4	79	салат из св.капуты с перцем	23	60	5,08	9,02	87,4	87,4
208	суп картофельный с макаронными изделиями	19	200	2,15	2,27	13,71	83,8	208	суп картофельный с макаронными изделиями	23	250	3,45	4,78	16,54	95,36
	бефстроганов из говядины	68	80/50	21,9	27,4	5,7	355,4		бефстроганов из говядины	82	80/50	21,9	27,4	5,7	355,4
	рис отварной	10	150	3,63	4,39	36,7	199,5		рис отварной	12	180	3,63	4,39	36,7	199,5
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102	387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
		1.40		34,54	37,044	107,4	900,7			163		35,84	39,55	110,2	912,26
	Итого	142		34,34	37,044	107,4	500,7		Итого	100		100,0	/	110,=	- 1 = , = \
	Итого Всего за день	180		47,28		169,4	1202,2		Итого Всего за день	206		50,58	57,7	174,65	
ноу		180								+			57,7		1226,7
ноу	Всего за день "Католическая гимназия г. Томсь	180	- 11 лет						Всего за день	+	18 лет		57,7	174,65	1226,7
ноу	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск	180		47,28		169,4	1202,2		Всего за день	206		50,58	57,7	174,65 энь 3.10. 2	1226,7 2024
НОУ	Всего за день "Католическая гимназия г. Томсь	<i>180</i> са'' День <i>7</i>	- 11 лет Масса порции	47,28	51,944	169,4	1202,2		Всего за день	206	Macca	50,58	57,7	174,65 энь 3.10. 2	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос
	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск	<i>180</i> са'' День <i>7</i>	Macca	47,28	51,944	169,4 цества Углев	1202,2 Энерге тическ ая	№	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование	206	Macca	50,58	57,7 де	174,65 нь 3.10.2 щества Углево	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос
№	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда	<i>180</i> са'' День <i>7</i>	Macca	47,28	51,944	169,4 цества Углев	1202,2 Энерге тическ ая	№ рец.	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда	206	Macca	50,58	57,7 де	174,65 нь 3.10.2 щества Углево	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос ь ккал
№ рец.	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда Завтрак	180 День 7 ЦЕН	Масса порции	47,28 пищи Белки	51,944 ивые веш Жиры	169,4	1202,2 Энерге тическ ая пеннос	<u>№</u> рец.	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда Завтрак	206	Масса порции	50,58 пищи Белки	57,7 де ивые вел Жиры	174,65 нь 3.10.2 щества Углево лы	1226,7 2024 Энерго ическа ценнос ь кка
№ рец. 2 438	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом	180 День 7 ЦЕН А	Масса порции 30/20	лищи Белки 2,32	51,944 ивые веш Жиры 4,64	169,4 чества Углев оды 20,08	1202,2 энерге тическ ая ценнос 112,5	№ рец.	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом	206 ень 11- ЦЕН А	Масса порции 30/20	50,58 пищи Белки	57,7 де ивые вел Жиры 4,64	174,65 нь 3.10.2 щества Углево лы 20,08	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос ь кка 112,5 402,3
№ рец. 2 438	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный	180 День 7 ЦЕН А	Масса порции 30/20 150	лищи Белки 2,32 14,27	жиры 4,64 22,16	169,4 дества Углев олы 20,08 2,65	1202,2 Энерге тическ ая неннос 112,5 345,9	№ рец. 2 438 959	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный	206 ень 11- ЦЕН А	Масса порции 30/20 200	50,58 пищи Белки 2,32 18,53 3,52	57,7 де ивые вен Жиры 4,64 27,39	174,65 нь 3.10.2 щества Углево лы 20,08 3,5	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос ь ккал 112,5 402,3 145,2
№ рец. 2 438	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао	180 День 7 ЦЕН 40 18	Масса порции 30/20 150	лищи Белки 2,32 14,27 3,52	жиры 4,64 22,16 3,72	169,4 цества Углев олы 20,08 2,65 25,49	1202,2 Энерге тическ ая иеннос. 112,5 345,9 145,2	№ рец. 2 438 959	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао	206 ень 11- ЦЕН А 7 53 18	Масса порции 30/20 200	50,58 пищи Белки 2,32 18,53 3,52	57,7 де ивые вен Жиры 4,64 27,39 3,72	174,65 нь 3.10.2 щества Углево лы 20,08 3,5 25,49	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос ь ккал 112,5 402,3 145,2
№ рец. 2 438	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао	180 День 7 ЦЕН 40 18	Масса порции 30/20 150	лищи Белки 2,32 14,27 3,52	жиры 4,64 22,16 3,72	169,4 цества Углев олы 20,08 2,65 25,49	1202,2 Энерге тическ ая иеннос. 112,5 345,9 145,2	№ рец. 2 438 959	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао Итого	206 ень 11- ЦЕН А 7 53 18	Масса порции 30/20 200	50,58 пищи Белки 2,32 18,53 3,52	57,7 де ивые вен Жиры 4,64 27,39 3,72	174,65 нь 3.10.2 щества Углево лы 20,08 3,5 25,49	1226,7 2024 Энерге ическа ценнос ь ккал 112,5 402,3 145,2
№ рец. 2 438	Всего за день "Католическая гимназия г. Томск 4 Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао Итого	180 День 7 ЦЕН 40 18	Масса порции 30/20 150	лищи Белки 2,32 14,27 3,52	жиры 4,64 22,16 3,72	169,4 цества Углев олы 20,08 2,65 25,49	1202,2 Энерге тическ ая иеннос. 112,5 345,9 145,2	№ рец. 2 438 959	Всего за день 4 Д Прием пищи, нименование блюда Завтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао Итого	206 ень 11- ЦЕН А 7 53 18	Масса порции 30/20 200	50,58 пищи Белки 2,32 18,53 3,52	57,7 де ивые вен Жиры 4,64 27,39 3,72	174,65 нь 3.10.2 щества Углево лы 20,08 3,5 25,49	1226,70

679	гречка отварная рассыпчатая	14	150	7,46	5,61	35,84	230,45
608	котлета мясная	30	100	15,55	11,55	15,7	228,75
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Итого	106		31,32	24,074	113	803,2
		172		47,91	50,874	135,7	1261,6

679	гречка отварная рассыпчатая	16	180	7,46	5,61	35,84	230,45
608	котлета мясная	30	100	17,23	14,56	18,2	248,34
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Итого	113		34,2	29,5	117,88	843,09
	Всего за день	192		55,05	61,53	141,46	1357,89

день 4.10.2024

		5д	ень 7-11.	лет			
№ рец.	П 5		Macca	пищи	івые вещ	ества	Энерг тичесі
	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая пенно
	Завтрак		_				
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
14	Макароны отварные с сыром	30	150/5/2 0	2,7	5,41	18,49	161
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
		0					
	Итого	38		6,1	6,77	46,75	271
	Обед						
70	Овощи на пару	23	60	4	0,4	6,7	40,38
206	суп картофельный с горохом	25	200	4,39	4,22	13,06	107,8
694	Картофельное пюре	32	150	3,06	4,8	20,45	137,2
244	тефтели рыбные	68	100/30	7,65	1,01	3,18	52,5
349	компот из ягод	18	200	1,4	0	20,2	112,4
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78

					де	ень 4.10.2	2024
		5 д	ень 11-18	лет			
№	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые ве	щества	Энергет ическая
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево ды	ценност
	Завтрак						
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
14	Макароны отварные с сыром	36	180/5/20	3,2	7,15	20,1	171
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
		0					
	Итого	44		6,6	8,51	48,36	281
	Обед	•					
70	Овощи на пару	23	60	4	0,4	6,7	40,38
206	суп картофельный с горохом	31	250	6,21	7,01	14,25	110,8
694	Картофельное пюре	38	180	3,06	4,8	20,45	137,25
244	тефтели рыбные	68	100/30	9,72	2,56	5,48	61,1
349	компот из ягод	18	200	1,4	0	20,2	112,4
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78

Итого	169	26,1	13,39	90,65	610,33
Всего за день	207	32,2	20,16	137,4	881,33

Итого	182	29,99	17,73	94,14	621,93
Всего за день	226	36,59	26,24	142,5	902,93

день 5.10.2024

		6 День	11- 18 лет				
No	Прием пищи, наименование		Macca	Пищ	евые ве	щества	ИЧ
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	Ценност ь, ккал
	Обед						
13	салат из моркови	23	60	0,81	3,7	4,61	54,96
309	макароны отварные с маслом	9	180	5,52	4,52	26,45	168,45
354	курица тушеная с овощами	78	100/50	23,6	18,4	6,6	245
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	119		25,88	74,11	601,45	

НОУ "Католическая гимназия г. Томска"

день 7.10.2024

	7,	День 7	- 11 лет							,	7 День 1	11- 18 лет				
№ рец.	Прием пищи, нименование блюда	цен	Масса порции		ивые вещ Жиры	ества Углев олы	энерге тическ ая пеннос		№ ец.	Прием пищи, нименование блюда	цен	Масса порции		ивые вег Жиры	Vелево	Энергет ическая ценност ь ккап
	Завтрак									Завтрак						
3	Бутерброд с сыром	35	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5		3	Бутерброд с сыром	35	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
168	каша рисовая	28	150	2,32	3,96	28,97	161	10	68	каша рисовая	37	200	2,98	4,58	32	132,5
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	94	43	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	65		11,66	14,9	63,22	301,5			Итого	75		12,32	15,52	66,25	273
	Обед									Обед						

197	Рассольник ленинградский с перловкой	20	200	1,68	4,09	13,27	96,6	197	Рассольник ленинградский с перловкой	25	250	1,68	4,09	13,27	96,6
309	макароны отварные с маслом	10	150/10	5,52	4,52	26,45	168,45	309	макароны отварные с маслом	12	180	5,52	4,52	26,45	168,45
608	котлета мясная	41	100	15,55	11,55	15,7	228,75	608	котлета мясная	41	100	17,23	14,56	18,2	248,34
	сок яблочный	16	200	0,6	0,2	22,6	140		сок яблочный	16	200	0,6	0,2	22,6	140
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	114		32,95	23,72	111,8	834,18		Итого	121		34,63	26,73	114,28	853,77
	Всего за день	180		44,61	38,62	175	1135,7		Всего за день	196		46,95	42,25	180,53	1126,77
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	:a"											де	нь 8.10.2	2024
	8,	День 7	- 11 лет							8 Д	ень 11- 18	лет			
	Петого положения		Macca		івые вещ	ества	энерге тическ	No	Прием пищи, нименование		Macca	пищі	ивые веі	цества	энергет ическая
	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая	рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак								Завтрак						
469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	74	150/20	27,84	18	32,4	279,6	469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	98	200/20	32,21	21,48	36,1	301,24
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
								,	1						
	Итого	77		28,04	18	46,4	307,6		Итого	101		32,41	21,48	50,1	329,24
	Итого	77		28,04	18	46,4	307,6		-	101		32,41	21,48	50,1	329,24
	Итого Обед	77		28,04	18	46,4	307,6		-	101		32,41	21,48	50,1	329,24
45		77	60	28,04	3,7	4,61	307,6 54,94	45	Итого	23	60	32,41	21,48	50,1	329,24 54,94
45 208	Обед		60 200						Итого Обед				· · · · · ·		
	Обед винегрет овощной суп картофельный с макаронными	23		0,81	3,7	4,61 13,71	54,94	45	Обед винегрет овощной суп картофельный с	23	60	0,81	3,7	4,61	54,94
208 679	Обед винегрет овощной суп картофельный с макаронными изделиями	23	200	0,81	3,7 2,27	4,61 13,71	54,94	45 208 679	Итого Обед винегрет овощной суп картофельный с макаронными изделиями	23	60 250	0,81	3,7 4,78	4,61 16,54	54,94 95,36
208 679 591	Обед винегрет овощной суп картофельный с макаронными изделиями гречка отварная рассыпчатая	23 19 14	200 150	0,81 2,15 7,46	3,7 2,27 5,61	4,61 13,71 35,84	54,94 83,8 230,45	45 208 679	Итого Обед винегрет овощной суп картофельный с макаронными изделиями гречка отварная рассыпчатая	23 23 16	60 250 180	0,81 3,45 7,46	3,7 4,78 5,61	4,61 16,54 35,84	54,94 95,36 230,45

40,38

70,71 Овощи свежие или консерв

23

60

0,4

6,7

40,38

0,4

23

Овощи свежие или консерв

60

	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано-	2	30	2,4	1,6	12,8	78
		195		36,33	28,73	105,6	754,94		пшеничный)	202		40,27	34,89	110,87	773,62
	Итого			30,33	20,73	103,0			Итого			40,27	34,89	110,87	
	Всего за день	272		64,37	46,73	152	1062,5		Всего за день	304		72,68	56,37	160,97	1102,86
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	a"						•					де	нь 9.10.2	2024
	9	День 7	- 11 лет						9 Де	нь 11-	18 лет				
	П		Macca	пищі	ивые веш	ества	Энерге тическ	№	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые веі	щества	Энергет ическая
	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая	рец.	блюда	цен	порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак					ОДЫ	пеннос		Завтрак			•		ды	I E KKAII
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5	2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
8	Каша пшенная молочная	15	150	2,7	5,41	18,49	128,9	8	Каша пшенная молочная	20	200	3,2	7,15	20,1	171
959	Какао	18	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959	Какао	18	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Итого	40		8,54	13,77	64,06	386,6		Итого	45		9,04	15,51	65,67	428,7
		-	-	-		-	-	<u></u>				-			
	Обед								Обед						
33	Икра кабачковая	23	60	1,6	6,3	7,4	90,8	33	Икра кабачковая	20	60	1,6	6,3	7,4	90,8
88	Щи со сметаной	21	200/10	1,4	3,91	6,79	84,75	88	Щи со сметаной	26	250/10	2,2	4,5	7,2	72,4
265	плов мясной	68	150	11,8	23,7	58,2	321,21	265	плов мясной	82	180	14,26	25,31	60,47	354,25
349	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	112,49	349	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	112,49
349	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	134		20,2	30,57	116,3	678,45		Итого	150		23,46	32,77	118,93	699,14
	Всего за день	174		28,74	44,34	180,3	1065,1		Всего за день	195		32,5	48,28	184,6	1127,84
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	a"											деі	нь 10.10.	2024
	10	День 7	- 11 лет						1	0 День	11- 18 лет	,			
	Прием пищи, нименование блюда		Macca	· ·	ивые веш		Энерге тическ	No	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые веі	•	Энергет ическая
	присм пищи, пименование олюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая пеннос	рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево ды	ценност ь ккап

	Завтрак								Завтрак						_
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5	2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
438	омлет натуральный	40	150	19,5	20,1	2,4	345,9	438	омлет натуральный	53	200	18,53	27,39	3,5	402,3
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	50		19,7	24,74	36,48	486,4		Итого	63		18,73	32,03	37,58	542,8
	Обед								Обед						
15	салат из капусты и горошка	25	60	4	0,4	6,7	70,8	15	салат из капусты и горошка	29	60	4	0,4	6,7	70,8
209	Суп крестьянский	25	200	5,83	4,56	13,59	118,8	209	Суп крестьянский	29	250	7,45	6,84	15,23	124,32
688	Макароны отварные	8	150	5,52	4,52	26,45	168,45	688	Макароны отварные	9	180	5,52	4,52	26,45	168,45
290	Курица (окорочок) запеченный	77	100	15,4	19,4	0,1	258,34	290	Курица (окорочок) запеченный	77	100	17,23	22,14	0,3	261,35
349	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	112,49	349	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	112,49
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	157		33,61	31,464	91,4	818,08		Итого	165		37,06	36,48	93,24	826,61
	Всего за день	207		53,31	56,204	127,9	1304,5		Всего за день	229		55,79	68,51	130,82	1369,41

день 11.10.2024

	1	1 День	7- 11 лет						1	11 День	11- 18 лет	Γ			
	П 5		Macca	пищи	ивые веш	ества	энерге тическ	№	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые ве	щества	Энергет ическая
	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев олы	ая	рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак								Завтрак						
3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5	3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
168	Каша манная молочная	15	150	3,4	3,96	27,81	128,9	168	Каша манная молочная	20	200	5,4	4,11	30,54	169
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	38		3,6	14,9	62,06	269,4		Итого	43		14,74	15,05	64,79	309,5

	Обед						
70	Овощи свежие или консерв	23	60	4	0,4	6,7	40,38
170	Борщ	18	200	1,45	3,93	10,2	134,75
694	Картофельное пюре	32	150	3,06	4,8	20,45	137,25
511	Котлета рыбная	68	100	19,1	12,9	10,26	145
349	компот из ягод	18	200	0,2	0,2	22,3	112,49
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	163		29,41	24,79	90,27	689,49
	Всего за день	200		33,01	39,69	152,3	958,89

	Обед						
70	Овощи свежие или консерв	23	60	4	0,4	6,7	40,38
170	Борщ	22	250	2,65	6,35	12,58	102,3
694	Картофельное пюре	38	180	3,06	4,8	20,45	137,25
511	Котлета рыбная	68	100	21,3	15,3	14,25	165
349	компот из ягод	18	200	0,2	0,2	22,3	112,49
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	173		32,81	29,61	96,64	677,04
	Всего за день	216		47,55	44,66	161,43	986,54

день 12.10.2024

	1	2 День	11- 18 лет	ı			
No	Прием пищи, наименование		Macca	Пищ	евые ве	щества	ич.
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	Ценност ь, ккал
	Обед	-	-	-			-
70,71	Овощи свежие или консерв (огурец)	23	60	4	0,4	6,7	40,38
	Булочка	17	80	7,9	9,4	55,5	339
436	Жаркое по-домашнему	84	80/160	23,65	17,28	23	312
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	134		29,45	20,24	64,06	500

НОУ "Католическая гимназия г. Томска"

день 14.10.2024

1 День 7-11 лет

1 День 11- 18 лет

No॒	Прием пищи, нименование блюда		Macca	пищи	івые вещ	ества	энерге тическ
рец.	прием пищи, нименование олюда	ЦЕН	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая
	Завтрак	A				ОДЫ	пеннос
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
168	Каша манная молочная	15	150	3,4	3,96	27,81	128,9
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Итого	28		5,92	8,6	61,89	269,4

No	Прием пищи, нименование		Macca	пищі	ивые веі	щества	Энергет ическая
рец.	блюда	ЦЕН	порции	Белки	Жиры	Углево	ценност
	Завтрак	A				ДЫ	ь ккап
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
168	Каша манная молочная	20	200	5,4	4,11	30,54	169
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Итого	33		7,92	8,75	64,62	309,5

	Обед						
13	кукуруза отв. Консервированая	23	60	2	0,8	12,2	31,1
187	Щи со сметаной	21	200/10	1,4	3,91	6,79	67,8
679	гречка отварная рассыпчатая	14	150	7,46	5,61	35,84	230,45
354	мясо (курица) тушеное с овощами	84	80/50	17,65	14,58	4,7	221
	Сок	16	200	0,6	0,2	58,6	140
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	161		30,31	25,66	145,2	741,25
	Всего за день	189		36,23	34,26	207,1	1010,7

	Обед						
13	кукуруза отв. Консервированая	20	60	2	0,8	12,2	31,1
187	Щи со сметаной	26	250	2,2	4,5	7,2	72,4
679	гречка отварная рассыпчатая	16	180	7,46	5,61	35,84	230,45
354	мясо (курица) тушеное с овощами	105	100/50	23,6	18,4	6,6	245
	Сок	16	200	0,6	0,2	58,6	140
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	187		37,06	30,07	134,7	769,85
	Всего за день	220		44,98	38,82	199,32	1079,35

день 15.10.2024

	2 Ден	ь 7- 11	лет				
Nº	Паугом туруучу ууумаугараууу буугу	не блюта		Macca		пищи	Энерге тическ
рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая
	Завтрак		-				
469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	84	150/20	27,84	18	32,4	279,6
379	Кофейный напиток	12	200	1,4	2	22,4	116

	2 День 11- 18 лет												
No	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	щества	Энергет ическая							
рец.	блюда	ЦЕН	порции	Белки	Жиры	Углево	ценност						
		Α			1	ДЫ	ь ккап						
	Завтрак												
469	Запеканка творожная со сгущ.	113	200/20	32,21	21,48	36,1	301,24						
107	молоком	110	200/20	32,21	21,10	30,1	301,21						
379	Кофейный напиток	12	200	1,4	2	22,4	116						

	Итого	97		29,24	20	54,8	395,6		Итого	125		33,61	23,48	58,5	417,24
	111010) / ·		27,24	20	34,0	373,0		11010	123		33,01	23,40	30,3	417,24
	Обед								Обед						
	Икра кабачковая	23	60	1,6	6,3	7,4	90,8	33	Икра кабачковая	20	60	1,6	6,3	7,4	90,8
83	суп сырный с курицей	26	200	2,69	2,84	17,14	104,75	83	суп сырный с курицей	32	250	4,15	3,75	20,4	106,32
688	Макароны отварные	7	150	5,52	4,52	26,45	168,45	688	Макароны отварные	8	180	5,52	4,52	26,45	168,45
608	тефтели мясные	34	100	11,8	12,9	14,9	223	608	тефтели мясные	34	100	11,8	12,9	14,9	223
387	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	102	387	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	102
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	112		28,61	29,52	117,2	849		Итого	117		30,07	30,43	120,41	850,57
	Всего за день	208		57,85	49,52	172	1244,6		Всего за день	241		63,68	53,91	178,91	1267,81
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	a"				-						-	деі	нь 16.10.	2024
	3 Ден	ъ 7-11	l лет						3 Д	ень 11-	18 лет				
№	Памом ними мимоморомио блионо		Macca	пищи	ивые веш	ества	энерге тическ	No	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые веі	щества	энергет ическая
рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая	рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак								Завтрак						
3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5	3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
951	каша геркулес с маслом	15	150	3,4	3,96	27,81	161	951	каша геркулес с маслом	20	200	5,4	7,21	30,2	174
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	38		12,74	14,9	62,06	301,5		Итого	43		14,74	18,15	64,45	314,5
		-	_			-				-		-			
	Обед								Обед						
79	салат из св.капуты с перцем	23	60	5,08	9,02	87,4	87,4	79	салат из св.капуты с перцем	23	60	5,08	9,02	87,4	87,4
208	суп картофельный с макаронными изделиями	19	200	2,15	2,27	13,71	83,8	208	суп картофельный с макаронными изделиями	23	250	3,45	4,78	16,54	95,36

	бефстроганов из говядины	68	80/50	21,9	27,4	5,7	355,4
	рис отварной	10	150	3,63	4,39	36,7	199,5
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	142		34,54	37,044	107,4	900,7
	Всего за день	180		47,28	51,944	169,4	1202,2

	бефстроганов из говядины	82	80/50	21,9	27,4	5,7	355,4
	рис отварной	12	180	3,63	4,39	36,7	199,5
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	163		35,84	39,55	110,2	912,26
	Всего за день	206		50,58	57,7	174,65	1226,76

4)	День 7-	- 11 лет				
П 5		Macca	пищи	ества	Энерге тическ	
прием пищи, нименование олюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев олы	ая пеннос
Завтрак						
Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
омлет натуральный	40	150	14,27	22,16	2,65	345,9
Какао	18	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Итого	65		16,59	26,8	22,73	458,4
]	Прием пищи, нименование блюда Вавтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный Какао	Прием пищи, нименование блюда ЦЕН А Вавтрак Бутерброд с джемом омлет натуральный 40 Какао 18	Прием пищи, нименование блюда ЦЕН Масса порции Вавтрак Бутерброд с джемом 7 30/20 омлет натуральный 40 150 Какао 18 200	Прием пищи, нименование блюда цЕН А масса порции Белки Вавтрак Бутерброд с джемом 7 30/20 2,32 омлет натуральный 40 150 14,27 Какао 18 200 3,52	Прием пищи, нименование блюда ЦЕН Масса порции Белки Жиры Вавтрак Бутерброд с джемом 7 30/20 2,32 4,64 омлет натуральный 40 150 14,27 22,16 Какао 18 200 3,52 3,72	Прием пищи, нименование блюда ЦЕН Масса порции Белки Жиры Углев оды Завтрак Бутерброд с джемом 7 30/20 2,32 4,64 20,08 омлет натуральный 40 150 14,27 22,16 2,65 Какао 18 200 3,52 3,72 25,49

день 17.10.2024

	4 Де	ень 11-	18 лет				
No	Прием пищи, нименование		Macca	пищі	ивые ве	щества	Энергет ическая
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево ды	ценност
	Завтрак						
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
438	омлет натуральный	53	200	18,53	27,39	3,5	402,3
959	Какао	18	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Итого	79		20,85	32,03	23,58	514,8

	Обед						
70	Овощи свежие или консерв (помидор)	23	60	4	0,4	6,7	40,38
170	Борщ	18	200	1,45	3,93	10,2	82
679	гречка отварная рассыпчатая	14	150	7,46	5,61	35,84	230,45
608	котлета мясная	30	100	15,55	11,55	15,7	228,75
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Итого	106		31,32	24,074	113	803,2

	Обед						
70	Овощи свежие или консерв (помилор)	23	60	4	0,4	6,7	40,38
170	Борщ	22	250	2,65	6,35	12,58	102,3
679	гречка отварная рассыпчатая	16	180	7,46	5,61	35,84	230,45
608	котлета мясная	30	100	17,23	14,56	18,2	248,34
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
387	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	102
	Итого	113		34,2	29,5	117,88	843,09

		172	47,91	50,874	135,7	1261,6	Всего за день	192	55,05	61,53	141,46	1357,89
шом	HIC	- "									10 10 /	2024

		5д	ень 7-11.	пет			
№ рец.	Клеб пшеничный Макароны отварные с сыром Най с сахаром, лимоном Итого Обед Овощи на пару суп картофельный с горохом Картофельное пюре тефтели рыбные компот из ягод Клеб пшеничный		Macca	пищи	івые веш	ества	энерге тическ
	Прием пищи, нименование олюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая ценнос
	Завтрак						
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
14	Макароны отварные с сыром	30	150/5/2 0	2,7	5,41	18,49	161
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
		0					
	Итого	38		6,1	6,77	46,75	271
	Обед						
70	Овощи на пару	23	60	4	0,4	6,7	40,38
206	суп картофельный с горохом	25	200	4,39	4,22	13,06	107,8
694	Картофельное пюре	32	150	3,06	4,8	20,45	137,25
244	тефтели рыбные	68	100/30	7,65	1,01	3,18	52,5
349	компот из ягод	18	200	1,4	0	20,2	112,4
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	169		26,1	13,39	90,65	610,33
	Всего за день	207		32,2	20,16	137,4	881,33

день	18.1	0.2024
------	------	--------

					F 1 -	IID 10.10.									
		5 день 11-18 лет — — — — — — — — — — — — — — — — — — —													
№	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые ве	щества	энергет ическая								
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево ды	ценност								
	Завтрак			•		ды	L B RRAII								
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82								
14	Макароны отварные с сыром	36	180/5/20	3,2	7,15	20,1	171								
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28								
		0													
	Итого	44		6,6	8,51	48,36	281								
	Обед														
70	Овощи на пару	23	60	4	0,4	6,7	40,38								
206	суп картофельный с горохом	31	250	6,21	7,01	14,25	110,8								
694	Картофельное пюре	38	180	3,06	4,8	20,45	137,25								
244	тефтели рыбные	68	100/30	9,72	2,56	5,48	61,1								
349	компот из ягод	18	200	1,4	0	20,2	112,4								
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82								
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78								
	Итого	182		29,99	17,73	94,14	621,93								
	Всего за день	226		36,59	26,24	142,5	902,93								

день 19.10.2024

					де	пв 17.10.	2021
	6	б День 1	11- 18 лет				
№	Прием пищи, наименование		Macca	Пищ	евые ве	щества	ИЧ
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	Ценност ь, ккал
	Обед						

салат из моркови	23	60	0,81	3,7	4,61	54,96
макароны отварные с маслом	9	180	5,52	4,52	26,45	168,45
курица тушеная с овощами	<i>78</i>	100/50	23,6	18,4	6,6	245
Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
ш	110		24.02	25.00	74.11	CO1 45
итого	119		34,92	23,88	/4,11	601,45
	макароны отварные с маслом курица тушеная с овощами Чай с сахаром, лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной (ржано-	макароны отварные с маслом 9 курица тушеная с овощами 78 Чай с сахаром, лимоном 6 Хлеб пшеничный 2 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 2	макароны отварные с маслом 9 180 курица тушеная с овощами 78 100/50 Чай с сахаром, лимоном 6 200 Хлеб пшеничный 2 20 Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) 2 30	макароны отварные с маслом 9 180 5,52 курица тушеная с овощами 78 100/50 23,6 Чай с сахаром, лимоном 6 200 0,2 Хлеб пшеничный 2 20 3,2 Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) 2 30 2,4	макароны отварные с маслом 9 180 5,52 4,52 курица тушеная с овощами 78 100/50 23,6 18,4 Чай с сахаром, лимоном 6 200 0,2 0 Хлеб пшеничный 2 20 3,2 1,36 Хлеб ржаной (ржанопшеничный) 2 30 2,4 1,6	макароны отварные с маслом 9 180 5,52 4,52 26,45 курица тушеная с овощами 78 100/50 23,6 18,4 6,6 Чай с сахаром, лимоном 6 200 0,2 0 14 Хлеб пшеничный 2 20 3,2 1,36 14,26 Хлеб ржаной (ржанопшеничный) 2 30 2,4 1,6 12,8

ноу	"Католическая гимназия г. Томск	:a"											де	нь 21.10.	.2024
	7,	День 7	′- 11 лет							7 День	11- 18 лет				
No			Macca	'	івые веш	ества	энерге тическ	No	Прием пищи, нименование		Macca	пищивые вещества			Энергет ическая
рец.	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев оды	ая	рец		ЦЕН А	Н порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак		_						Завтрак		_				
3	Бутерброд с сыром	35	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5	3	Бутерброд с сыром	35	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
168	каша рисовая	28	150	2,32	3,96	28,97	161	168	каша рисовая	37	200	2,98	4,58	32	132,5
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	65		11,66	14,9	63,22	301,5		Итого	75		12,32	15,52	66,25	273
	Обед		-			-			Обед	•	-		-		
70	Овощи свежие или консерв	23	60	4	0,4	6,7	40,38	70,7	Овощи свежие или консерв	23	60	4	0,4	6,7	40,38
197	Рассольник ленинградский с перловкой	20	200	1,68	4,09	13,27	96,6	197	Рассольник ленинградский с перловкой	25	250	1,68	4,09	13,27	96,6
309	макароны отварные с маслом	10	150/10	5,52	4,52	26,45	168,45	309	макароны отварные с маслом	12	180	5,52	4,52	26,45	168,45
608	котлета мясная	41	100	15,55	11,55	15,7	228,75	608	котлета мясная	41	100	17,23	14,56	18,2	248,34
	сок яблочный	16	200	0,6	0,2	22,6	140		сок яблочный	16	200	0,6	0,2	22,6	140
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78

	Итого	114		32,95	23,72	111,8	834,18		Итого	121		34,63	26,73	114,28	853,77
	Всего за день	180		44,61	38,62	175	1135,7		Всего за день	196		46,95	42,25	180,53	1126,77
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	a"		-		-				-			де	нь 22.10.	2024
	8,	День 7	- 11 лет							8 Д	ень 11- 18	лет			
			Macca	пищі	ивые веш	цества	Энерге тическ	No	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	ивые ве	цества	Энергет ическая
	Прием пищи, нименование блюда	цен	порции	Белки	Жиры	Углев	ая	рец.	блюда	ЦЕН	порции	Белки	Жиры	Углево	ценност
	Завтрак	А	<u></u>	<u>!</u>	ļ	ОЛЫ	пеннос		Завтрак	А	<u> </u>	ļ		ДЫ	ь ккап
469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	74	150/20	27,84	18	32,4	279,6	469	Запеканка творожная со сгущ. молоком	98	200/20	32,21	21,48	36,1	301,24
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	77		28,04	18	46,4	307,6		Итого	101		32,41	21,48	50,1	329,24
	Обед	ı	ı	1	I	ı			Обед	T	ı				
		1	Į.	ı		1	1				T	I			
45	винегрет овощной с макаронными	23	60	0,81	3,7	4,61	54,94	45	винегрет овощной с суп картофельный с	23	60	0,81	3,7	4,61	54,94
208	изделиями	19	200	2,15	2,27	13,71	83,8	208	макаронными изделиями	23	250	3,45	4,78	16,54	95,36
679	гречка отварная рассыпчатая	14	150	7,46	5,61	35,84	230,45	679	гречка отварная рассыпчатая	16	180	7,46	5,61	35,84	230,45
591	гуляш мясной	118	80/50	19,72	17,89	4,76	168,2	591	гуляш мясной	118	80/50	22,36	21,54	7,23	175,32
349	компот из ягод	18	200	1,4	0	24,2	112,49	349	компот из ягод	18	200	1,4	0	24,2	112,49
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	195		36,33	28,73	105,6	754,94		Итого	202		40,27	34,89	110,87	773,62
	Всего за день	272		64,37	46,73	152	1062,5		Всего за день	304		72,68	56,37	160,97	1102,86
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	a"						_					де	нь 23.10.	2024
	9	<u>День 7</u> -	- 11 лет						9 Д	ень 11-	18 лет				
							энерге								энергет

Завтрак

Завтрак

2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5	2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
8	Каша пшенная молочная	15	150	2,7	5,41	18,49	128,9	8	Каша пшенная молочная	20	200	3,2	7,15	20,1	171
959	Какао	18	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959	Какао	18	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Итого	40		8,54	13,77	64,06	386,6		Итого	45		9,04	15,51	65,67	428,7
	Обед								Обед						
33	Икра кабачковая	23	60	1,6	6,3	7,4	90,8	33	Икра кабачковая	20	60	1,6	6,3	7,4	90,8
88	Щи со сметаной	21	200/10	1,4	3,91	6,79	84,75	88	Щи со сметаной	26	250/10	2,2	4,5	7,2	72,4
265	плов мясной	68	150	11,8	23,7	58,2	321,21	265	плов мясной	82	180	14,26	25,31	60,47	354,25
349	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	112,49	349	компот из ягод	18	200	1,4		24,2	112,49
349	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	134		20,2	30,57	116,3	678,45		Итого	150		23,46	32,77	118,93	699,14
	Всего за день	174		28,74	44,34	180,3	1065,1		Всего за день	195		32,5	48,28	184,6	1127,84
ноу	"Католическая гимназия г. Томск	a"											деі	нь 24.10.	2024
	10 День 7- 11 лет									10 День 11- 18 лет					
	Приом ниши инмоноромно бугото		Macca	пищі	ивые веш	цества	энерге тическ	·			Macca	пищ	ивые веі	цества	энергет ическая
	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углев олы	ая	рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак								Завтрак			-			
2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5	2	Бутерброд с джемом	7	30/20	2,32	4,64	20,08	112,5
438	омлет натуральный	40	150	19,5	20,1	2,4	345,9	438	омлет натуральный	53	200	18,53	27,39	3,5	402,3
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
		50		19,7	24,74	36,48	486,4		Итого	63		18,73	32,03	37,58	542,8
	Итого	30							•	•		•			
	Итого]30		<u>I</u>											
	Обе д	30	1						Обед						

209	Суп крестьянский	25	200	5,83	4,56	13,59	118,8	209	Суп крестьянский	29	250	7,45	6,84	15,23	124,32
688	Макароны отварные	8	150	5,52	4,52	26,45	168,45	688	Макароны отварные	9	180	5,52	4,52	26,45	168,45
290	Курица (окорочок) запеченный	77	100	15,4	19,4	0,1	258,34	290	Курица (окорочок) запеченный	77	100	17,23	22,14	0,3	261,35
349	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	112,49	349	компот из ягод (компотная смесь)	18	200	1,26	0,024	24,2	112,49
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	157		33,61	31,464	91,4	818,08		Итого	165		37,06	36,48	93,24	826,61
	Всего за день	207		53,31	56,204	127,9	1304,5		Всего за день	229		55,79	68,51	130,82	1369,41
НОУ	- ''Католическая гимназия г. Томск	a"	-	-	-		-	•		-	-	-	де	нь 25.10.	2024
	1	1 День	7- 11 лет						1	11 День	11- 18 лет	ı			
	П		Масса порции	пищивые вещества		ества	Энерге тическ	No	Прием пищи, нименование		Macca	пищ	цивые вещества		Энергет ическая
	Прием пищи, нименование блюда	ЦЕН А		Белки	Жиры	Углев олы	ая	рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	ценност
	Завтрак		•			ОДИ	пенни		Завтрак						
3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5	3	Бутерброд с маслом	20	30/20	9,14	10,94	20,25	112,5
168	Каша манная молочная	15	150	3,4	3,96	27,81	128,9	168	Каша манная молочная	20	200	5,4	4,11	30,54	169
943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28	943	Чай с сахаром	3	200	0,2	0	14	28
	Итого	38		3,6	14,9	62,06	269,4		Итого	43		14,74	15,05	64,79	309,5
		•	•		•					•			•		•
	Обед								Обед						
70	Овощи свежие или консерв	23	60	4	0,4	6,7	40,38	70	Овощи свежие или консерв	23	60	4	0,4	6,7	40,38
170	Борщ	18	200	1,45	3,93	10,2	134,75	170	Борщ	22	250	2,65	6,35	12,58	102,3
	Картофельное пюре	32	150	3,06	4,8	20,45	137,25	694	Картофельное пюре	38	180	3,06	4,8	20,45	137,25
511	Котлета рыбная	68	100	19,1	12,9	10,26	145	511	Котлета рыбная	68	100	21,3	15,3	14,25	165
349	компот из ягод	18	200	0,2	0,2	22,3	112,49	349	компот из ягод	18	200	0,2	0,2	22,3	112,49
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82		Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78		Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78

Итого	163	29,41	24,79	90,27	689,49
Всего за день	200	33,01	39,69	152,3	958,89

НОУ "Католическая гимназия г. Томск

Итого		173	32,81	29,61	96,64	677,04
Всего за	день	216	47,55	44,66	161,43	986,54

день 26.10.2024

	1	2 День	11- 18 лет	1			
No	Прием пищи, наименование		Macca	Пищ	ич.		
рец.	блюда	ЦЕН А	порции	Белки	Жиры	Углево лы	Ценност ь, ккал
	Обед	_					
70,71	Овощи свежие или консерв (огурец)	23	60	4	0,4	6,7	40,38
	Булочка	17	80	7,9	9,4	55,5	339
436	Жаркое по-домашнему	84	80/160	23,65	17,28	23	312
943	Чай с сахаром, лимоном	6	200	0,2	0	14	28
	Хлеб пшеничный	2	20	3,2	1,36	14,26	82
	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	2	30	2,4	1,6	12,8	78
	Итого	134		29,45	20,24	64,06	500