

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

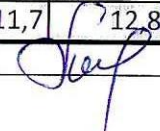
Школа


МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 1-4 кл. 107,70

День 20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша пшенная жидкая с маслом | 200 | 27,24 | 193,3 | 4,8 | 6,9 | 28,0 |
| | гор.напиток | 690-2004 | Кофейный напиток | 200 | 14,32 | 90,9 | 2,3 | 2,5 | 14,8 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Пряники | 40 | 7,76 | 101,9 | 1,1 | 1,5 | 21,0 |
| | кисломол. | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальных стаканчиках | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 605 | 82,64 | 508,3 | 11,7 | 12,8 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

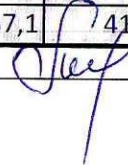
МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 1-4 кл., ОВЗ

День

20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|---|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша пшенная жидкая с маслом | 200 | 27,24 | 193,3 | 4,8 | 6,9 | 28,0 |
| | гор.напиток | 690-2004 | Кофейный напиток | 200 | 14,32 | 90,9 | 2,3 | 2,5 | 14,8 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Пряники | 40 | 7,76 | 101,9 | 1,1 | 1,5 | 21,0 |
| | кисломол. | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальных стаканчиках | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | салат | 4,1-2011 | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 80 | 9,21 | 52,4 | 1,2 | 4,0 | 2,9 |
| | 1 блюдо | 12,2-2011 | Суп сырный со сметаной | 250 | 36,71 | 192,9 | 7,7 | 9,7 | 18,7 |
| | 2 блюдо | 363-2013 | Мясо тушеное | 100 | 53,23 | 145,5 | 10,3 | 9,9 | 3,8 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 150 | 20,15 | 147,0 | 3,3 | 4,4 | 23,5 |
| | напиток | 585-1996 | Компот из свежих плодов | 200 | 7,41 | 83,2 | 0,2 | 0,0 | 20,6 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,32 | 77,8 | 2,0 | 0,6 | 16,2 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | | | | ИТОГО | 1445 | 214,33 | 1248,4 | 37,1 | 41,5 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

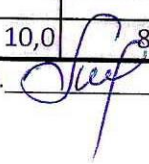
Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. 40,10

День 20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша пшенная жидкая, с маслом | 200 | 27,24 | 193,3 | 4,8 | 6,9 | 28,0 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 3,56 | 60,8 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 100 | 8,30 | 194,5 | 5,0 | 1,5 | 40,5 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| ИТОГО | | | | 500 | 39,10 | 448,6 | 10,0 | 8,4 | 83,5 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю

А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

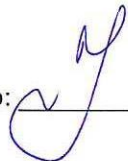
5-11 кл., ОВЗ

День

20.01.2025

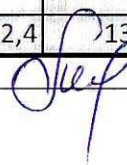
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|---|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша пшенная жидкая с маслом | 200 | 27,24 | 193,3 | 4,8 | 6,9 | 28,0 |
| | гор.напиток | 690-2004 | Кофейный напиток | 200 | 14,32 | 90,9 | 2,3 | 2,5 | 14,8 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Пряники | 60 | 11,64 | 152,9 | 1,8 | 2,5 | 32,0 |
| | кисломол. | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальных стаканчиках | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | салат | 4,1-2011 | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 100 | 11,55 | 69,8 | 1,5 | 5,0 | 4,7 |
| | 1 блюдо | 12,2-2011 | Суп сырный со сметаной | 250 | 36,71 | 192,9 | 7,7 | 9,7 | 18,7 |
| | 2 блюдо | 363-2013 | Мясо тушеное | 100 | 53,23 | 145,5 | 10,3 | 9,9 | 3,8 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 180 | 25,25 | 175,5 | 3,9 | 5,9 | 26,7 |
| | напиток | 585-1996 | Компот из свежих плодов | 200 | 7,41 | 83,2 | 0,2 | 0,0 | 20,6 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 60 | 4,98 | 116,8 | 3,0 | 0,8 | 24,6 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 40 | 3,32 | 81,0 | 1,9 | 0,4 | 17,5 |
| | | | | ИТОГО | 1555 | 228,97 | 1424,0 | 40,9 | 45,5 |

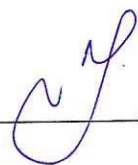
ИП Михайленко Е.Н.

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого" Отд./корп 5-11 кл. 107,70 День 20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша пшенная жидкая с маслом | 200 | 27,24 | 193,3 | 4,8 | 6,9 | 28,0 |
| | гор.напиток | 690-2004 | Кофейный напиток | 200 | 14,32 | 90,9 | 2,3 | 2,5 | 14,8 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Пряники | 60 | 11,64 | 152,9 | 1,8 | 2,5 | 32,0 |
| | кисломол. | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальных стаканчиках | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 625 | 86,52 | 559,3 | 12,4 | 13,8 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

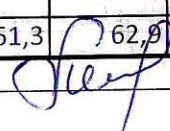
МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

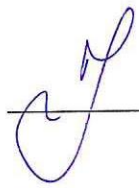
Отд./корп 1-4 кл., СД

День

20.01.2025

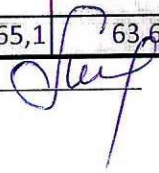
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 284-1996 | Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой | 200 | 52,38 | 244,0 | 18,2 | 16,3 | 6,1 |
| | гор.напиток | 692-2004 | Кофейный напиток, без сахара | 200 | 13,08 | 53,0 | 2,9 | 2,5 | 4,7 |
| | закуска | 1,3-2004 | Бутерброд с сыром и маслом | 55 | 23,92 | 110,0 | 5,8 | 6,4 | 7,4 |
| 2 завтрак | напиток | 260-2001 | Молоко кипяченое | 200 | 19,20 | 106,0 | 5,8 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Мучное изделие на сахарозаменителе | 30 | 10,50 | 41,0 | 0,9 | 1,0 | 7,0 |
| Обед | салат | 58-2013 | Салат из свеклы с сыром | 80 | 7,63 | 84,0 | 2,2 | 5,9 | 5,5 |
| | 1 блюдо | 139-2004 | Суп гороховый на вегетарианском бульоне с гречками, с мясом | 250 | 23,58 | 187,0 | 4,4 | 8,1 | 24,1 |
| | 2 блюдо | 436-2004 | Жаркое по-домашнему (уменьшено количество картофеля) | 250 | 73,59 | 312,0 | 15,7 | 16,3 | 25,5 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 705-2004 | Отвар шиповника | 200 | 8,24 | 50,0 | 0,7 | 0,3 | 11,1 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 70 | 5,04 | 132,0 | 4,7 | 1,1 | 25,9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 1535 | 237,16 | 1319,0 | 61,3 | 62,9 | 126,7 |

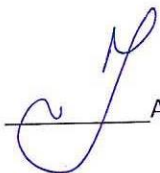
ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого" Отд./корп 5-11 кл., СД День 20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 284-1996 | Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой | 220 | 51,22 | 260,0 | 18,7 | 16,3 | 9,6 |
| | гор.напиток | 692-2004 | Кофейный напиток | 200 | 13,08 | 53,0 | 2,9 | 2,5 | 4,7 |
| | закуска | 1,3-2004 | Бутерброд с сыром и маслом | 55 | 18,87 | 112,0 | 5,8 | 6,4 | 7,9 |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | напиток | 260-2001 | Молоко кипяченое | 200 | 19,20 | 106,0 | 5,8 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Мучное изделие на сахарозаменителе | 30 | 10,50 | 41,0 | 0,9 | 1,0 | 7,0 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | салат | 58-2013 | Салат из свеклы с сыром | 80 | 7,63 | 84,0 | 2,2 | 5,9 | 5,5 |
| | 1 блюдо | 139-2004 | Суп гороховый на вегетарианском бульоне с гренками, с мясом | 250 | 21,56 | 187,0 | 4,4 | 8,1 | 24,1 |
| | 2 блюдо | 436-2004 | Жаркое по-домашнему (уменьшено количество картофеля) | 250 | 73,59 | 312,0 | 15,7 | 16,3 | 25,5 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 705-2004 | Отвар шиповника | 200 | 8,24 | 50,0 | 0,7 | 0,3 | 11,1 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 120 | 8,64 | 226,0 | 8,0 | 1,8 | 44,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 1605 | 232,53 | 1431,0 | 65,1 | 63,6 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

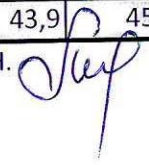
Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 1-4 кл. ОВЗ

День 21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|----------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 451-2004 | Шницель из говядины | 90 | 50,57 | 195,8 | 8,1 | 11,8 | 14,3 |
| | напиток | 518-2013 | Сок фруктовый | 200 | 13,60 | 45,0 | 0,2 | 0,0 | 11,0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | бутерброд | 003-2004 | Бутерброд с сыром | 35 | 15,61 | 83,3 | 5,3 | 3,7 | 7,2 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 8,45 | 175,2 | 3,2 | 2,8 | 34,3 |
| Завтрак 2 | фрукты | 458-2006 | Фрукты | 100 | 12,30 | 25,0 | 0,1 | 0,2 | 5,7 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 101-2004 | Икра кабачковая промышленного производства для детского питания | 100 | 24,15 | 68,1 | 1,4 | 4,5 | 5,5 |
| | 1 блюдо | 138-2004 | Суп с крупой и курицей | 250 | 23,07 | 164,0 | 6,5 | 6,4 | 20,1 |
| | 2 блюдо | 436-2004 | Жаркое по-домашнему | 200 | 77,76 | 302,5 | 14,7 | 15,3 | 26,5 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 639-2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 5,21 | 98,4 | 0,7 | 0,0 | 23,9 |
| | хлеб бел. | | хлеб пшеничный | 40 | 3,32 | 77,8 | 2,0 | 0,6 | 16,2 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 1405 | 237,36 | 1315,3 | 43,9 | 45,7 | 182,2 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа


МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. 107,70

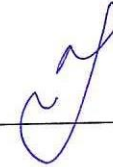
День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|----------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 451-2004 | Шницель из говядины | 100 | 55,80 | 236,2 | 10,1 | 14,2 | 17,0 |
| | напиток | 518-2013 | Сок фруктовый | 200 | 13,60 | 45,0 | 0,2 | 0,0 | 11,0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | бутерброд | 003-2004 | Бутерброд с сыром | 40 | 19,97 | 107,4 | 5,7 | 6,2 | 7,2 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 180 | 9,97 | 210,2 | 3,8 | 3,4 | 41,1 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты | 100 | 12,30 | 25,0 | 0,1 | 0,2 | 5,7 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 640 | 113,30 | 662,7 | 20,9 | 24,3 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:



А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

5-11 кл., ОВЗ

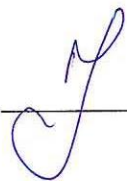
День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|----------|---|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 451-2004 | Шницель из говядины | 100 | 55,80 | 236,2 | 10,1 | 14,2 | 17,0 |
| | напиток | 518-2013 | Сок фруктовый | 200 | 13,60 | 45,0 | 0,2 | 0,0 | 11,0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | бутерброд | 003-2004 | Бутерброд с сыром | 40 | 19,97 | 107,4 | 5,7 | 6,2 | 7,2 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 180 | 9,97 | 210,2 | 3,8 | 3,4 | 41,1 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты | 100 | 12,30 | 25,0 | 0,1 | 0,2 | 5,7 |
| Обед | закуска | 101-2004 | Икра кабачковая промышленного производства для детского питания | 100 | 24,15 | 68,1 | 1,4 | 4,5 | 5,5 |
| | 1 блюдо | 138-2004 | Суп с крупой и курицей | 250 | 23,07 | 164,0 | 6,5 | 6,4 | 20,1 |
| | 2 блюдо | 436-2004 | Жаркое по-домашнему | 250 | 82,87 | 352,9 | 15,7 | 17,9 | 32,3 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 639-2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 5,21 | 98,4 | 0,7 | 0,0 | 23,9 |
| | хлеб бел. | | хлеб пшеничный | 60 | 4,98 | 116,8 | 3,0 | 0,8 | 24,3 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 40 | 3,32 | 81,0 | 1,9 | 0,4 | 17,5 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 1540 | 256,90 | 1543,9 | 50,1 | 54,3 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

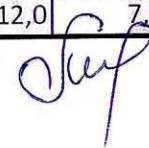
МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. 40,10

День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|----------|------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 138-2004 | Суп с крупой и курицей | 250 | 23,07 | 164,0 | 6,5 | 6,4 | 20,1 |
| | напиток | 518-2013 | Сок фруктовый | 200 | 13,60 | 138,0 | 0,5 | 0,0 | 34,0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 100 | 8,30 | 194,5 | 5,0 | 1,5 | 40,5 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 550 | 44,97 | 496,5 | 12,0 | 7,9 | 94,6 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

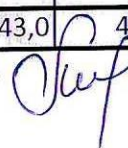
МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

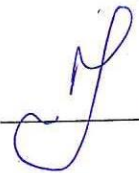
Отд./корп 1-4 кл., СД

День

21.01.2025

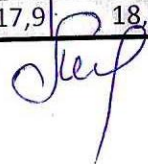
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 413-2004 | Колбасные изделия отварные с соусом (уменьшено количество муки в соусе) | 100 | 28,84 | 79,0 | 5,6 | 5,8 | 1,1 |
| | гор.напиток | 686-2004 | Чай с лимоном | 200 | 2,29 | 3,0 | 0,1 | 0,0 | 0,7 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 10,77 | 165,0 | 4,3 | 3,0 | 30,3 |
| | закуска | 1,2-2004 | Бутерброд с джемом и маслом | 65 | 16,67 | 160,0 | 2,5 | 3,7 | 29,1 |
| Завтрак 2 | напиток | | Кисло-молочный напиток без фруктовых наполнителей | 200 | 17,80 | 103,0 | 5,0 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Мучное изделие на сахарозаменителе | 20 | 7,00 | 38,0 | 1,3 | 0,3 | 7,4 |
| Обед | закуска | 009-2004 | Салат из моркови | 80 | 4,11 | 72,0 | 0,9 | 4,0 | 8,2 |
| | 1 блюдо | 135-2004 | Суп из овощей на вегетарианском бульоне со сметаной, с мясом | 250 | 24,37 | 109,0 | 4,1 | 5,4 | 11,0 |
| | 2 блюдо | 461-1996 | Котлеты рубленые из птицы, припущенные, с маслом | 85 | 25,24 | 143,0 | 10,1 | 10,9 | 1,2 |
| | гарнир | 508-2004 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,58 | 172,0 | 3,1 | 6,6 | 25,0 |
| | напиток | 639-2004 | Компот из кураги, без сахара | 200 | 12,79 | 57,0 | 0,9 | 0,0 | 13,3 |
| | фрукты | 458-2006 | фрукт | 130 | 15,99 | 44,0 | 0,4 | 0,0 | 10,5 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 70 | 5,04 | 132,0 | 4,7 | 1,1 | 25,9 |
| ИТОГО | | | | 1700 | 184,49 | 1277,0 | 43,0 | 45,8 | 173,1 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого" Отд./корп 1-4 кл. 107,70 День 21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|------------|----------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|------|
| Завтрак | гор.блюдо | 451-2004 | Шницель из говядины | 90 | 50,57 | 195,8 | 8,1 | 11,8 | 14,3 | |
| | напиток | 518-2013 | Сок фруктовый | 200 | 13,60 | 45,0 | 0,2 | 0,0 | 11,0 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 | |
| | бутерброд | 003-2004 | Бутерброд с сыром | 35 | 15,61 | 83,3 | 5,3 | 3,7 | 7,2 | |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 8,45 | 175,2 | 3,2 | 2,8 | 34,3 | |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты | 100 | 12,30 | 25,0 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | |
| Обед | закуска | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | 595 | 102,19 | 563,2 | 17,9 | 18,8 | 80,6 |
| | | | | | | | | | | |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:

А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл., СД

День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 413-2004 | Колбасные изделия отварные с соусом (уменьшено количество муки в соусе) | 120 | 28,64 | 103,0 | 7,4 | 7,7 | 1,1 |
| | гор.напиток | 686-2004 | Чай с лимоном | 200 | 2,29 | 3,0 | 0,1 | 0,0 | 0,7 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 180 | 8,17 | 208,0 | 5,3 | 3,6 | 38,7 |
| | закуска | 1,2-2004 | Бутерброд с джемом и маслом | 65 | 11,62 | 164,0 | 2,6 | 3,7 | 30,0 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | напиток | | Кисло-молочный напиток без фруктовых наполнителей | 200 | 17,80 | 103,0 | 5,0 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Мучное изделие на сахарозаменителе | 20 | 7,00 | 38,0 | 1,3 | 0,3 | 7,4 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 009-2004 | Салат из моркови | 100 | 5,09 | 91,0 | 1,1 | 5,0 | 10,3 |
| | 1 блюдо | 135-2004 | Суп из овощей на вегетарианском бульоне со сметаной, с мясом | 250 | 22,35 | 109,0 | 4,1 | 5,4 | 11,0 |
| | 2 блюдо | 461-1996 | Котлеты рубленые из птицы, припущенные, с маслом | 105 | 26,99 | 160,0 | 11,7 | 11,9 | 1,5 |
| | гарнир | 508-2004 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,63 | 266,0 | 3,7 | 7,9 | 45,0 |
| | напиток | 639-2004 | Компот из кураги, без сахара | 200 | 12,79 | 57,0 | 0,9 | 0,0 | 13,3 |
| | фрукты | 458-2006 | фрукт | 130 | 15,99 | 44,0 | 0,4 | 0,0 | 10,5 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 100 | 7,20 | 188,0 | 6,7 | 1,5 | 37,0 |
| | | | | | | | | | |
| ИТОГО | | | | 1850 | 177,56 | 1534,0 | 50,3 | 52,0 | 215,9 |

ИП Михайленко Е.Н.

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

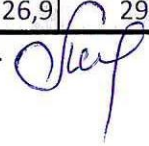
1-4 кл. 107,70

День

22.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 493-2004 | Фрикассе из птицы | 100 | 62,73 | 245,1 | 18,5 | 18,7 | 0,7 |
| | гор.напиток | 630-1996 | Чай с молоком | 200 | 12,58 | 94,1 | 2,8 | 2,5 | 15,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Конфеты | 15 | 5,09 | 27,7 | 0,4 | 0,5 | 5,4 |
| | гарнир | 416-2013 | Рис припущенный с овощами "Мозаика" | 150 | 19,97 | 189,4 | 2,7 | 5,8 | 31,6 |
| | йогурт | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | 610 | 132,03 | 639,6 | 26,9 | 29,1 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:  А.Г.Ковалева

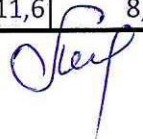
Школа

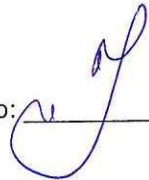
МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11кл. 40,10

День 22.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом | 200 | 30,41 | 198,4 | 6,4 | 7,2 | 27,0 |
| | гор.напиток | 686-2004 | Чай "Цитрусовый заряд" | 200 | 12,86 | 62,8 | 0,2 | 0,0 | 15,5 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 100 | 8,30 | 194,5 | 5,0 | 1,5 | 40,5 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 500 | 51,57 | 455,7 | 11,6 | 8,7 | 83,0 |

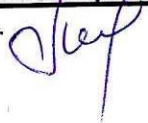
ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого" Отд./корп 1-4 кл. ОВЗ

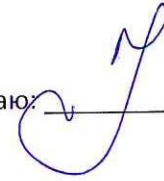
День 22.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 493-2004 | Фрикассе из птицы | 100 | 62,73 | 245,1 | 18,5 | 18,7 | 0,7 |
| | гор.напиток | 630-1996 | Чай с молоком | 200 | 12,58 | 94,1 | 2,8 | 2,5 | 15,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Конфеты | 15 | 5,09 | 27,7 | 0,4 | 0,5 | 5,4 |
| | гарнир | 416-2013 | Рис припущенный с овощами "Мозаика" | 150 | 19,97 | 189,4 | 2,7 | 5,8 | 31,6 |
| | йогурт | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | закуска | 106-2013 | Овощи натуральные | 100 | 29,48 | 20,5 | 1,1 | 0,1 | 3,8 |
| | 1 блюдо | 110-2004 | Борщ "Сибирский", со сметаной | 250 | 16,23 | 135,0 | 4,3 | 5,7 | 16,7 |
| | 2 блюдо | 341-2013 | Рыба запеченная со сметаной и сыром | 90 | 51,27 | 233,3 | 21,4 | 14,5 | 4,3 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 150 | 20,17 | 146,6 | 3,3 | 4,4 | 23,5 |
| | напиток | 518-2013 | Сок | 200 | 13,60 | 89,6 | 0,4 | 0,0 | 22,0 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,32 | 77,8 | 2,0 | 0,6 | 16,2 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 1460 | 267,76 | 1383,7 | 60,1 | 54,5 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:

А.Г.Ковалева



Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

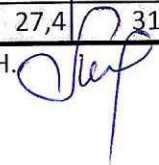
5-11 кл. 107,70

День

22.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 493-2004 | Фрикассе из птицы | 100 | 62,73 | 245,1 | 18,5 | 18,7 | 0,7 |
| | гор.напиток | 630-1996 | Чай с молоком | 200 | 13,46 | 94,1 | 2,8 | 2,5 | 15,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Конфеты | 15 | 5,09 | 27,7 | 0,4 | 0,5 | 5,4 |
| | гарнир | 416-2013 | Рис припущенный с овощами "Мозаика" | 180 | 24,38 | 233,7 | 3,2 | 7,7 | 37,9 |
| | йогурт | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 640 | 137,32 | 683,9 | 27,4 | 31,0 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:

А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

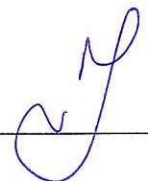
Отд./корп 5-11 кл.ОВЗ

День

22.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 493-2004 | Фрикассе из птицы | 100 | 62,73 | 245,1 | 18,5 | 18,7 | 0,7 |
| | гор.напиток | 630-1996 | Чай с молоком | 200 | 13,46 | 94,1 | 2,8 | 2,5 | 15,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | сладкое | | Конфеты | 15 | 5,09 | 27,7 | 0,4 | 0,5 | 5,4 |
| | гарнир | 416-2013 | Рис припущенный с овощами "Мозаика" | 180 | 24,38 | 233,7 | 3,2 | 7,7 | 37,9 |
| | йогурт | | Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке | 125 | 30,00 | 42,0 | 1,8 | 1,5 | 4,5 |
| Обед | закуска | 106-2013 | Помидоры свежие парниковые | 100 | 29,48 | 20,5 | 1,1 | 0,1 | 3,8 |
| | 1 блюдо | 110-2004 | Борщ "Сибирский", со сметаной | 250 | 16,23 | 135,0 | 4,3 | 5,7 | 16,7 |
| | 2 блюдо | 341-2013 | Рыба запеченная со сметаной и сыром | 100 | 56,76 | 284,8 | 23,8 | 18,8 | 5,1 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 180 | 25,25 | 175,5 | 3,9 | 5,9 | 26,7 |
| | напиток | 518-2013 | Сок | 200 | 13,60 | 138,0 | 0,5 | 0,0 | 34,0 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 40 | 3,32 | 81,0 | 1,9 | 0,4 | 17,5 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 60 | 4,98 | 116,8 | 3,0 | 0,8 | 24,3 |
| | | | | ИТОГО | 1570 | 286,94 | 1635,5 | 65,9 | 62,7 |

ИП Михайленко Е.Н.

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

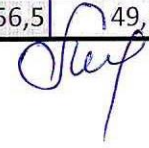
1-4 кл. СД

День

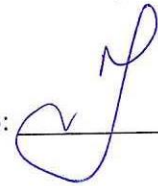
22.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 366-2004 | Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим | 200 | 117,88 | 262,0 | 18,5 | 12,7 | 18,5 |
| | гор.напиток | 630-1996 | Чай с молоком, без сахара | 200 | 10,46 | 53,0 | 2,8 | 2,5 | 4,7 |
| | закуска | 003-2004 | Бутерброд с сыром | 45 | 13,87 | 119,0 | 6,1 | 4,1 | 14,5 |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | напиток | 260-2001 | Молоко кипяченое | 200 | 19,20 | 106,0 | 5,8 | 5,0 | 9,4 |
| | закуска | | Хлебцы для диетического питания | 20 | 10,20 | 35,0 | 0,6 | 0,2 | 7,7 |
| Обед | закуска | 16,1-2011 | Нарезка из свежих овощей с маслом растительным | 84 | 14,39 | 49,0 | 0,7 | 4,0 | 2,5 |
| | 1 блюдо | 110-2004 | Борщ с капустой, картофелем на вегетарианском бульоне, с мясом и сметаной | 250 | 24,04 | 133,0 | 4,3 | 5,7 | 16,2 |
| | 2 блюдо | 492-2004 | Плов из мяса птицы с крупой перловой | 200 | 31,10 | 309,0 | 16,2 | 14,2 | 29,2 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 707-2004 | Сок овощной | 200 | 11,00 | 67,0 | 0,6 | 0,2 | 15,8 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукт | 150 | 18,45 | 73,0 | 0,3 | 0,3 | 17,4 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | 4,32 | 67,0 | 0,6 | 0,2 | 15,8 |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 1609 | 274,91 | 1273,0 | 56,5 | 49,1 | 151,7 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:



А.Г.Ковалева

День

22.01.2024

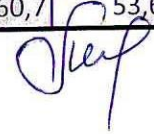
№ школы

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. СД

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|-------------|--------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| 0-2 завтрак | гор.блюдо | 004 | Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим | 220 | 123,75 | 296,0 | 20,2 | 14,1 | 22,0 |
| | гор.напиток | 1996 | Чай с молоком, без сахара | 200 | 10,46 | 53,0 | 2,8 | 2,5 | 4,7 |
| | закуска | 2004 | Бутерброд с сыром | 45 | 13,87 | 119,0 | 6,1 | 4,1 | 14,5 |
| 0-2 завтрак | напиток | 2001 | Молоко кипяченое | 200 | 19,20 | 106,0 | 5,8 | 5,0 | 9,4 |
| | закуска | | Хлебцы для диетического питания | 40 | 20,40 | 72,0 | 1,5 | 0,5 | 15,4 |
| | закуска | 1011 | Нарезка из свежих овощей с маслом растительным | 100 | 17,20 | 61,0 | 0,9 | 5,0 | 3,1 |
| 0-2 | 1 блюдо | 2004 | Борщ с капустой, картофелем на вегетарианском бульоне, с мясом и сметаной | 250 | 22,02 | 133,0 | 4,3 | 5,7 | 16,2 |
| 0-2 | 2 блюдо | 2004 | Плов из мяса птицы с крупой перловой | 250 | 54,76 | 335,0 | 18,2 | 16,2 | 29,2 |
| 7-2 | напиток | 2004 | Сок овощной | 200 | 11,00 | 67,0 | 0,6 | 0,2 | 15,8 |
| 3-2 | фрукты | 2006 | Фрукт | 150 | 18,45 | 73,0 | 0,3 | 0,3 | 17,4 |
| ИТОГО | | | | 1655 | 311,11 | 1315,0 | 60,7 | 53,6 | 147,7 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

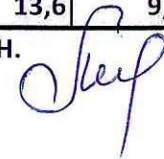
Отд./корп 5-11кл. 40,10

День

23.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|------------|--------------|--------------|-------------|------------|-------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 147-2013 | Суп с макаронными изделиями, с курицей | 250 | 26,18 | 158,1 | 7,3 | 6,1 | 18,5 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай с молоком | 200 | 13,46 | 94,1 | 2,8 | 2,5 | 15,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 100 | 8,30 | 206,5 | 3,5 | 0,5 | 47,0 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 550 | 47,94 | 458,7 | 13,6 | 9,1 | 80,6 |

ИП Михайленко Е.Н.




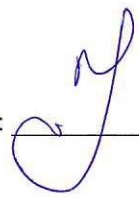
Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого" Отд./корп 1-4 кл. ОВЗ

День 23.01.2025

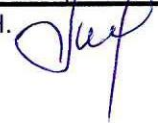
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|-------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 195-2011 | Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным | 200 | 109,56 | 276,0 | 13,5 | 10,8 | 31,2 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 2,68 | 60,8 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | закуска | 001-2004 | Бутерброд с маслом | 40 | 12,54 | 133,8 | 2,3 | 7,4 | 14,5 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты в ассортименте | 100 | 12,30 | 59,2 | 0,4 | 0,0 | 14,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 009-2013 | Салат из моркови с изюмом | 80 | 8,23 | 75,8 | 0,7 | 4,2 | 8,8 |
| | 1 блюдо | 124-2004 | Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной | 250 | 26,83 | 129,7 | 5,8 | 6,5 | 12,0 |
| | 2 блюдо | 431-2004 | Печень говяжья по-строгановски | 100 | 54,99 | 160,5 | 11,9 | 10,9 | 3,7 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 8,45 | 175,2 | 3,2 | 2,8 | 34,3 |
| | напиток | 638-2004 | Компот из кураги | 200 | 8,52 | 128,8 | 0,9 | 0,0 | 31,3 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 89,6 | 0,4 | 0,0 | 22,0 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,32 | 77,8 | 2,0 | 0,6 | 16,2 |
| | | | | 1380 | 249,08 | 1367,2 | 41,3 | 43,2 | 203,4 |

ИП Михайленко Е.Н. 

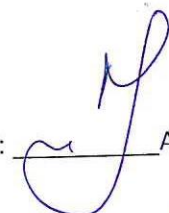
Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого" Отд./корп 1-4 кл. 107,70 День 23.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|--------------|------------|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 195-2011 | Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным | 200 | 109,56 | 276,0 | 13,5 | 10,8 | 31,2 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 2,68 | 60,8 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | закуска | 001-2004 | Бутерброд с маслом | 40 | 12,54 | 133,8 | 2,3 | 7,4 | 14,5 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты в ассортименте | 100 | 12,30 | 59,2 | 0,4 | 0,0 | 14,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | ИТОГО | 540 | 137,08 | 529,8 | 16,4 | 18,2 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:



А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

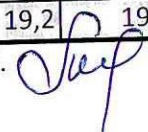
5-11 кл. 107,70

День

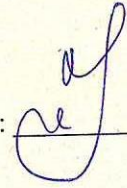
23.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 195-2011 | Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным | 220 | 121,38 | 309,5 | 16,3 | 11,9 | 34,3 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 3,56 | 60,8 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | закуска | 001-2004 | Бутерброд с маслом | 40 | 12,54 | 133,8 | 2,3 | 7,4 | 14,5 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукт | 100 | 12,30 | 59,2 | 0,4 | 0,0 | 14,4 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | 560 | 149,78 | 563,3 | 19,2 | 19,3 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:



А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

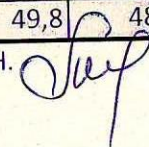
Отд./корп 5-11 кл. ОВЗ

День

23.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 195-2011 | Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным | 220 | 121,38 | 309,5 | 16,3 | 11,9 | 34,3 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 3,56 | 60,8 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | закуска | 001-2004 | Бутерброд с маслом | 40 | 12,54 | 133,8 | 2,3 | 7,4 | 14,5 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукт | 100 | 12,30 | 59,2 | 0,4 | 0,0 | 14,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 009-2013 | Салат из моркови с изюмом | 100 | 10,50 | 87,6 | 0,9 | 5,2 | 9,3 |
| | 1 блюдо | 124-2004 | Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной | 250 | 26,83 | 129,7 | 5,8 | 6,5 | 12,0 |
| | 2 блюдо | 431-2004 | Печень говяжья по-строгановски | 120 | 47,72 | 190,9 | 14,3 | 12,9 | 4,4 |
| | гарнир | 516-2004 | Макаронные изделия отварные | 180 | 9,97 | 210,2 | 3,8 | 3,4 | 41,1 |
| | напиток | 638-2004 | Компот из кураги | 200 | 8,52 | 128,8 | 0,9 | 0,0 | 31,3 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 40 | 3,32 | 81,0 | 1,9 | 0,4 | 17,5 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 60 | 4,98 | 116,8 | 3,0 | 0,8 | 24,3 |
| | | | | 1510 | 261,62 | 1508,3 | 49,8 | 48,5 | 218,1 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:

А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

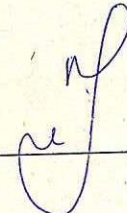
Отд./корп 1-4 кл. СД

День

23.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша кукурузная жидкая с маслом | 200 | 26,63 | 223,0 | 7,3 | 8,4 | 29,5 |
| | гор.напиток | 692-2004 | Кофейный напиток | 200 | 10,35 | 53,0 | 2,9 | 2,5 | 4,7 |
| | закуска | 1,3-2004 | Бутерброд с сыром и маслом | 55 | 23,92 | 110,0 | 5,8 | 6,4 | 7,4 |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | напиток | | Кисломолочный напиток без фруктовых наполнителей | 200 | 17,80 | 103,0 | 5,0 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Печенье затяжное на сахарозаменителе | 20 | 4,86 | 63,0 | 1,1 | 1,2 | 12,0 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 70-2006 | Огурцы свежие | 80 | 15,58 | 9,0 | 0,6 | 0,1 | 1,5 |
| | 1 блюдо | 145-1995 | Суп овсяный с мелкошинкованными овощами на вегетарианском бульоне, с мясом и сметаной | 250 | 21,21 | 130,0 | 4,9 | 5,9 | 14,2 |
| | 2 блюдо | 346-2013 | Котлета мясо-рыбная припущенная | 100 | 42,29 | 140,0 | 9,5 | 5,5 | 13,0 |
| | гарнир | 422-2013 | Овощи отварные с маслом | 150 | 49,56 | 102,0 | 2,3 | 2,5 | 17,5 |
| | напиток | 639-2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,69 | 98,0 | 0,7 | 0,0 | 23,9 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 100 | 7,20 | 189,0 | 6,7 | 1,6 | 37,0 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты в ассортименте | 150 | 18,45 | 73,0 | 0,3 | 0,3 | 17,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 1705 | 241,54 | 1293,0 | 47,1 | 39,4 |

ИП Михайленко Е.Н.

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

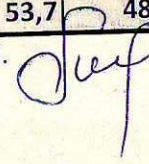
День 23.01.2025

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им.В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. СД

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 311-2004 | Каша кукурузная жидкая с маслом | 200 | 21,28 | 223,0 | 7,3 | 8,4 | 29,5 |
| | гор.напиток | 692-2004 | Кофейный напиток | 200 | 10,35 | 53,0 | 2,9 | 2,5 | 4,7 |
| | закуска | 1,3-2004 | Бутерброд с сыром и маслом | 55 | 18,87 | 110,0 | 5,8 | 6,4 | 7,4 |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | напиток | | Кисломолочный напиток без фруктовых наполнителей | 200 | 17,80 | 103,0 | 5,0 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Печенье затяжное на сахарозаменителе | 40 | 9,72 | 134,0 | 2,5 | 3,1 | 24,1 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 70-2006 | Огурцы свежие | 100 | 19,38 | 11,0 | 0,7 | 0,1 | 1,9 |
| | 1 блюдо | 145-1995 | Суп овсяный с мелкошинкованными овощами на вегетарианском бульоне, с мясом и сметаной | 250 | 19,19 | 130,0 | 4,9 | 5,9 | 14,2 |
| | 2 блюдо | 346-2013 | Котлета мясо-рыбная припущенная | 100 | 32,97 | 175,0 | 11,9 | 6,9 | 16,2 |
| | гарнир | 422-2013 | Овощи отварные с маслом | 200 | 55,10 | 189,0 | 3,7 | 7,9 | 25,7 |
| | напиток | 639-2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,69 | 98,0 | 0,7 | 0,0 | 23,9 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 120 | 8,64 | 226,0 | 8,0 | 1,8 | 44,4 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукты в ассортименте | 150 | 18,45 | 73,0 | 0,3 | 0,3 | 17,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 1815 | 235,44 | 1525,0 | 53,7 | 48,3 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

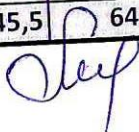
День 24.01.2025

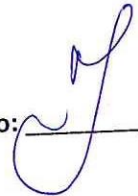
Отд./корп 1-4 кл. ОВЗ

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---------------------------------|-------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | 90 | 37,80 | 212,4 | 14,0 | 11,6 | 13,0 |
| Завтрак | гор.блюдо | 345-2013 | Биточки рыбные | 200 | 8,77 | 82,9 | 0,7 | 0,1 | 19,8 |
| | гор.напиток | 493-2013 | Чай "Витаминный" | 60 | 18,64 | 6,9 | 0,5 | 0,1 | 1,0 |
| | закуска | 70-2006 | Огурцы консервированные | 150 | 20,15 | 147,0 | 3,3 | 4,4 | 23,5 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | хлеб | | хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | | | | | | |
| | | | | 80 | 20,64 | 132,6 | 4,6 | 9,8 | 6,5 |
| Обед | закуска | 50-2004 | Салат из свеклы с сыром | 250 | 32,46 | 113,2 | 4,1 | 5,2 | 12,5 |
| | 1 блюдо | 130-2004 | Рассольник с мясом, со сметаной | 200 | 61,40 | 298,7 | 13,5 | 32,5 | 32,5 |
| | 2 блюдо | 4,8-2011 | Гречка по-купечески с мясом | | | | | | |
| | гарнир | | | 200 | 5,35 | 82,0 | 0,4 | 0,0 | 20,1 |
| | напиток | 505-2013 | Кисель фруктово-ягодный | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 40 | 3,32 | 77,8 | 2,0 | 0,6 | 16,2 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | | | | | | |
| | | | | 1330 | 213,51 | 1275,0 | 45,5 | 64,8 | 172,0 |

ИП Михайленко Е.Н. 

Утверждаю:  А.Г.Ковалева

День 24.01.2025

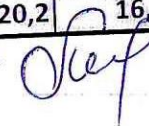
Отд./корп 1-4 кл. 107,70

Школа

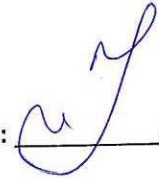
МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | | | | 90 | 37,80 | 212,4 | 14,0 | 11,6 | 13,0 |
| | гор.блюдо | 345-2013 | Биточки рыбные | 200 | 8,77 | 82,9 | 0,7 | 0,1 | 19,8 |
| | гор.напиток | 493-2013 | Чай "Витаминный" | 60 | 18,64 | 6,9 | 0,5 | 0,1 | 1,0 |
| | закуска | 70-2006 | Огурцы консервированные | 150 | 20,15 | 147,0 | 3,3 | 4,4 | 23,5 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | хлеб | | хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 540 | 88,68 | 529,4 | 20,2 | 16,6 | 74,8 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:



А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

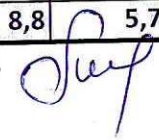
Отд./корп 5-11кл., 40,10

День

24.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 139-2004 | Суп гороховый,с гренками | 250 | 16,34 | 176,1 | 3,1 | 4,1 | 31,7 |
| | гор.напиток | 493-2013 | Чай "Витаминный" | 200 | 9,65 | 82,9 | 0,7 | 0,1 | 19,8 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 100 | 8,30 | 194,5 | 5,0 | 1,5 | 40,5 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 550 | 34,29 | 453,5 | 8,8 | 5,7 | 92,0 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:

А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп

1-4 кл. СД

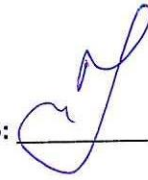
День

24.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---------------------------------------|-------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 494-2004 | Курица запеченная | 100 | 50,20 | 204,0 | 16,2 | 15,1 | 0,7 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай без сахара | 200 | 1,36 | 3,0 | 0,2 | 0,0 | 0,5 |
| | гарнир | 510-2004 | Каша гречневая вязкая отварная | 150 | 10,00 | 149,0 | 2,1 | 4,5 | 24,9 |
| | закуска | 001-2004 | Бутерброд с маслом | 55 | 17,24 | 68,0 | 1,3 | 3,7 | 7,4 |
| | | | | | | | | | |
| 2 завтрак | напиток | 260-2001 | Молоко кипяченое | 200 | 19,20 | 106,0 | 5,8 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Мучное изделие на сахарозаменителе | 20 | 6,00 | 38,0 | 1,3 | 0,3 | 7,4 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 71-2004 | Винегрет овощной | 100 | 15,81 | 111,0 | 1,5 | 5,0 | 14,9 |
| | 1 блюдо | 147-2013 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 250 | 26,50 | 153,0 | 7,7 | 5,4 | 18,5 |
| | гарнир | 534-2004 | Капуста тушеная | 150 | 9,85 | 107,0 | 3,6 | 5,8 | 10,0 |
| | 2 блюдо | 379-2013 | Кнели из говядины припущенные | 100 | 56,72 | 146,0 | 15,4 | 9,1 | 0,6 |
| | напиток | | Сок томатный | 200 | 11,00 | 67,0 | 0,6 | 0,2 | 15,8 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 80 | 5,76 | 151,0 | 5,4 | 1,3 | 29,6 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукт | 150 | 18,45 | 73,0 | 0,3 | 0,3 | 17,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | ИТОГО | 1755 | 248,09 | 1376,0 | 61,4 | 55,7 | 157,1 |

ИП Михайленко Е.Н.

Утверждаю:



А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. СД

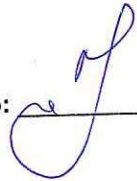
День

24.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---------------------------------------|-------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 494-2004 | Курица запеченная | 100 | 49,81 | 204,0 | 16,2 | 15,1 | 0,7 |
| | гор.напиток | 685-2004 | Чай без сахара | 200 | 1,36 | 3,0 | 0,2 | 0,0 | 0,5 |
| | гарнир | 510-2004 | Каша гречневая вязкая отварная | 180 | 6,51 | 175,0 | 2,5 | 5,4 | 29,2 |
| | закуска | 001-2004 | Бутерброд с маслом | 40 | 7,16 | 120,0 | 2,3 | 7,4 | 11,1 |
| 2 завтрак | напиток | 260-2001 | Молоко кипяченое | 200 | 19,20 | 106,0 | 5,8 | 5,0 | 9,4 |
| | выпечка | | Мучное изделие на сахарозаменителе | 25 | 9,25 | 38,0 | 1,3 | 0,3 | 7,4 |
| Обед | закуска | 71-2004 | Винегрет овощной | 100 | 15,81 | 111,0 | 1,5 | 5,0 | 14,9 |
| | 1 блюдо | 147-2013 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 250 | 24,48 | 153,0 | 7,7 | 5,4 | 18,5 |
| | гарнир | 534-2004 | Капуста тушеная | 180 | 11,75 | 128,0 | 4,3 | 7,0 | 12,0 |
| | 2 блюдо | 379-2013 | Кнели из говядины припущенные | 100 | 56,72 | 146,0 | 15,4 | 9,1 | 0,6 |
| | напиток | | Сок томатный | 200 | 11,00 | 67,0 | 0,6 | 0,2 | 15,8 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 120 | 8,64 | 226,0 | 8,0 | 1,8 | 44,4 |
| | фрукты | 458-2006 | Фрукт | 150 | 18,45 | 73,0 | 0,3 | 0,3 | 17,4 |
| | | | ИТОГО | 1845 | 240,14 | 1550,0 | 66,1 | 62,0 | 181,9 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:  А.Г.Ковалева

Школа

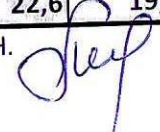
МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. 107,70

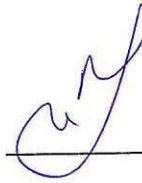
День 24.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 345-2013 | Биточки рыбные | 100 | 42,18 | 235,7 | 15,5 | 12,9 | 14,4 |
| | гор.напиток | 493-2013 | Чай "Витаминный" | 200 | 9,65 | 82,9 | 0,7 | 0,1 | 19,8 |
| | закуска | 70-2006 | Огурцы консервированные | 100 | 31,12 | 10,6 | 0,8 | 0,1 | 1,6 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 180 | 25,25 | 175,5 | 3,9 | 5,9 | 26,7 |
| | хлеб | | хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | 620 | 111,52 | 584,9 | 22,6 | 19,4 |

ИП Михайленко Е.Н.



Утверждаю:



А.Г.Ковалева

Школа

МАОУ "Аромашевская СОШ им. В.Д.Кармацкого"

Отд./корп 5-11 кл. ОВЗ

День

24.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---------------------------------|-------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 345-2013 | Биточки рыбные | 100 | 42,18 | 235,7 | 15,5 | 12,9 | 14,4 |
| | гор.напиток | 493-2013 | Чай "Витаминный" | 200 | 9,65 | 82,9 | 0,7 | 0,1 | 19,8 |
| | закуска | 70-2006 | Огурцы консервированные | 100 | 31,12 | 10,6 | 0,8 | 0,1 | 1,6 |
| | гарнир | 520-2004 | Пюре картофельное | 180 | 25,25 | 175,5 | 3,9 | 5,9 | 26,7 |
| | хлеб | | хлеб ржаной | 20 | 1,66 | 41,3 | 0,7 | 0,1 | 9,4 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 20 | 1,66 | 38,9 | 1,0 | 0,3 | 8,1 |
| Обед | закуска | 50-2004 | Салат из свеклы с сыром | 100 | 29,55 | 171,3 | 6,1 | 12,9 | 7,7 |
| | 1 блюдо | 130-2004 | Рассольник с мясом, со сметаной | 250 | 32,46 | 113,2 | 4,1 | 5,2 | 12,5 |
| | 2 блюдо | 4,8-2011 | Гречка по-купечески с мясом | 250 | 76,74 | 359,6 | 15,3 | 16,4 | 37,7 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | 505-2013 | Кисель фруктово-ягодный | 200 | 5,35 | 82,0 | 0,4 | 0,0 | 20,1 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 40 | 3,32 | 81,0 | 1,9 | 0,4 | 17,5 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 60 | 4,98 | 116,8 | 3,0 | 0,8 | 24,3 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | 1520 | 263,92 | 1508,8 | 53,4 | 55,1 | 199,8 |

ИП Михайленко Е.Н.

