



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 1-я нед. День 03.03.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|---------------|--------|--|----------|--------------|--------------|---------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 174 | Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/220/10 | 26,31 | 252,60 | | | |
| | | | Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.) | 1/200 | 26,00 | 83,40 | 5,70 | 6,80 | 41,70 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | 1/10 | 8,00 | 66,00 | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 1/15 | 7,00 | 54,50 | 3,50 | 4,40 | 0,00 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 |
| ИТОГО: | | | | 695 | 88,66 | 758,80 | 18,95 | 21,15 | 118,55 |
| Обед | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые(помидоры) | 1/100 | 8,50 | 15,00 | 0,90 | 0,10 | 2,80 |
| | 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с бобовыми | 1/250 | 7,70 | 140,70 | 5,60 | 5,40 | 17,50 |
| | 2 блюдо | 268 | Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/100/10 | 35,87 | 343,90 | 16,50 | 24,20 | 14,30 |
| | гарнир | 309 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200 | 10,44 | 246,60 | 6,90 | 7,30 | 25,20 |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 4,80 | 77,40 | 0,00 | 0,00 | 19,40 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 |
| | ИТОГО: | | | | 1110 | 88,66 | 1125,90 | 38,55 | 39,55 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1805 | | 1884,70 | 57,50 | 60,70 | 254,90 |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Шадрова

ПОВАР-БРИГАДИР [Signature]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ [Signature]



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я нед. День 04.03.2025г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|----------------|------------|-------------|---|--|----------|--------------|---------|-------|----------|--------|
| Завтрак | 2 блюдо | 210 | Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/135/13 | 37,91 | 285,80 | | | | |
| | | | | | | | 13,80 | 24,50 | 2,60 | |
| | закуска | | Икра кабачковая консервированная | 1/100 | 12,80 | 45,20 | 1,30 | 1,00 | 6,40 | |
| | | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | 8,60 | 103,50 | 3,10 | 2,40 | 17,20 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 | |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 | |
| | | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | 1/10 | 8,00 | 66,00 | | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | ФРУКТЫ | | Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 | |
| | ИТОГО: | | | | 708 | 88,66 | 802,80 | 26,95 | 37,65 | 83,45 |
| Обед | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые(огурцы) | 1/100 | 9,50 | 10,20 | 0,80 | 0,20 | 1,50 | |
| | | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 1/250/10 | 6,50 | 102,00 | 1,80 | 5,00 | 12,30 |
| | 2 блюдо | 227 | Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/100/10 | 32,90 | 146,00 | | | | |
| | | | | | | | 17,10 | 8,20 | 0,90 | |
| | гарнир | 310 | Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200 | 11,55 | 189,00 | 3,60 | 7,10 | 25,20 | |
| | напиток | 342 | Компот из свежих яблок | 1/200 | 6,86 | 573,00 | 0,80 | 0,80 | 139,40 | |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 | |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 | |
| | ФРУКТЫ | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 | |
| | ИТОГО: | | | | 1120 | 88,66 | 1322,50 | 32,75 | 23,85 | 236,45 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1828 | | 2125,30 | 59,70 | 61,50 | 319,90 | |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 1
Н.И. Шакина

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



Звятина

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День **05.03.2025г.**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|------------|---------|--|------------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | 2 блюдо | 204 | Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/220/36/9 | 20,81 | 172,80 | | | |
| | | | Сок фруктовый(яблочный,яблочно-виноградный,мультифрукт) | 1/200 | 26,00 | 83,40 | | | |
| | напиток | | | | | | 0,10 | 0,20 | 19,60 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | 1/10 | 8,00 | 66,00 | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | | | Биоогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак. | 1/125 | 30,00 | 96,20 | | | |
| | | | | | | 4,40 | 3,00 | 6,50 | |
| ИТОГО: | | | | 700 | 88,66 | 664,30 | 17,45 | 20,25 | 94,85 |
| Обед | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые(помидоры) | 1/100 | 8,50 | 15,00 | | | |
| | 1 блюдо | 101 | Суп картофельный с крупой рисовой | 1/250 | 6,14 | 85,20 | 0,90 | 0,10 | 2,80 |
| | | 268/331 | Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/100/60 | 36,10 | 343,90 | 1,70 | 2,70 | 13,30 |
| | 2 блюдо | | | | | | 16,50 | 24,20 | 14,30 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200 | 10,44 | 336,00 | 10,60 | 11,50 | 47,80 |
| | напиток | 354 | Кисель из смеси сухофруктов | 1/200 | 6,13 | 110,20 | 0,10 | 0,00 | 26,90 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | ФРУКТЫ | | Фрукты сезонные калиброванные(мандарин 2шт или апельсин 1шт.) | 1/150 | 17,50 | | | | |
| | | | | | | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 |
| ИТОГО: | | | | 1160 | 88,66 | 1192,60 | 38,45 | 41,05 | 162,25 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1860 | | 1856,90 | 55,90 | 61,30 | 257,10 |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ №1
И.И. Шаяенко

ПОВАР-БРИГАДИР *Ятук*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорок*



Звятина

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____

Отд./корп _____

Четверг 1-я нед.

День

06.03.2025г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|-----------------------|-------------|--------|---|---|--------------|--------------|-------|-------|----------|-------|
| Завтрак | гор.блюдо | 224 | Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным | 1/220/80 | 44,61 | 732,00 | | | | |
| | гор.напиток | 382 | Какао с молоком | 1/200 | 7,70 | 134,00 | 29,20 | 27,60 | 91,60 | |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 2,90 | 2,50 | 24,80 | |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 3,95 | 0,50 | 24,20 | |
| | | | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | 1/10 | 8,00 | 66,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 1/15 | 7,00 | 54,00 | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | фрукты | | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 3,50 | 4,40 | 0,00 |
| ИТОГО: | | | | 775 | 88,66 | 1288,30 | 44,35 | 44,25 | 173,65 | |
| Обед | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые(огурцы) | 1/100 | 9,50 | 10,20 | 0,80 | 0,20 | 1,50 | |
| | 1 блюдо | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем | 1/250 | 7,08 | 83,20 | 2,00 | 6,10 | 7,00 | |
| | 2 блюдо | 291 | Плов из птицы | 1/100/300 | 45,93 | 454,00 | 25,40 | 14,80 | 54,70 | |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/180 | 4,80 | 77,40 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 | |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 | |
| | фрукты | | | Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 |
| ИТОГО: | | | | 1100 | 88,66 | 927,10 | 36,85 | 23,65 | 139,75 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1875 | | 2215,40 | 81,20 | 67,90 | 313,40 | |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Уласенко

ПОВАР-БРИГАДИР *Антон*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорок*



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 07.03.2025г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|-------------|--------|---|------------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые(огурцы) | 1/100 | 9,50 | 10,20 | 0,80 | 0,20 | 1,50 |
| | 2 блюдо | 289 | Рагу из птицы | 1/100/300 | 44,21 | 374,10 | 25,30 | 20,10 | 27,10 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном* | 1/200/15/7 | 5,60 | 49,50 | 0,40 | 0,00 | 11,70 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | 1/10 | 8,00 | 66,00 | | | |
| | | | | | | | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 |
| ИТОГО: | | | | 882 | 88,66 | 802,10 | 35,25 | 30,05 | 97,55 |
| Обед | закуска | 70 | Овощи натуральные соленые(помидоры) | 1/100 | 8,50 | 15,00 | 0,90 | 0,10 | 2,80 |
| | 1 блюдо | 112 | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 1/250 | 6,55 | 119,10 | 4,00 | 2,90 | 20,10 |
| | 2 блюдо | 274 | Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/100/5 | 33,50 | 224,00 | | | |
| | | | | | | | 11,60 | 13,50 | 13,80 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200 | 11,90 | 217,80 | 3,90 | 11,50 | 22,70 |
| | напиток | 388 | Напиток из плодов шиповника | 1/200 | 6,86 | 88,20 | 0,70 | 0,30 | 20,80 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,89 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,96 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.) | 1/150 | 17,50 | 56,40 | 0,40 | 0,40 | 11,70 |
| ИТОГО: | | | | 1105 | 88,66 | 966,40 | 29,75 | 30,85 | 137,35 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1987 | | 1768,50 | 65,00 | 60,90 | 234,90 |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Шеняева / _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____