

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ Сам №1



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Понедельник 2-я нед.

День

11.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	19,79	212,40	6,80	10,10	25,60
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	30,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
		15	Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
фрукты									
ИТОГО:				695	88,66	740,70	20,25	25,85	105,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	5,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	35,46	301,60	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1172	88,66	1131,40	36,15	32,85	156,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1867		1872,10	56,40	58,70	261,50

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ Сели **№ 1**
И.И. Звягина



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-й нед. День **12.12.2023г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00			
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	38,96	222,40	0,90	0,10	1,70
		гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	12,93	202,00	12,10	16,20
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	2,50	15,70	0,50
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,20	0,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	4,30	1,65	21,25
								0,60	0,60
ИТОГО:				838	88,66	860,90	24,55	34,95	102,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00			
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,16	122,40	0,90	0,10	1,70
		239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	36,77	244,00	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо		Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				13,20	12,90	18,80
		гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,90	217,80	3,90	11,50
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	0,70	0,30	20,80
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50				
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1179	88,66	997,80	29,85	32,85	140,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2017		1858,70	54,40	67,80	243,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И. Звягина

ПОВАР-БРИГАДИР Ильинина

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И.Ильинична



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа		Отд./корп		Среда 2-я нед.		День 13.12.2023г.				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/220/80	37,02	555,10				
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	27,30	25,40	69,30	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	2,90	2,50	24,80	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25
				Биоогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд.упак.	1/125	35,00	128,70	0,10	8,30	0,10
							4,40	3,00	6,50	
ИТОГО:				735	88,66	1138,70	42,95	41,35	146,15	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00	0,90	0,10	1,70	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35,59	241,70	14,10	18,40	15,70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,50	246,60	6,90	7,30	25,20	
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	0,20	0,20	27,10	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:				1089	88,66	1065,50	36,55	34,15	147,35
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1824		2204,20	79,50	75,50	293,50

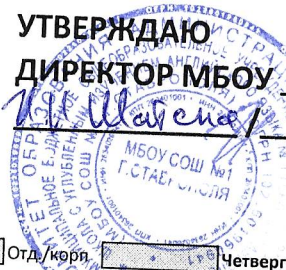
ИП ЗВЯГИНА Н.И. Звягина

ПОВАР-БРИГАДИР Ильинична

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Ильинична



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1



Школа _____ 5-11 класс (для детей участников СВО) _____ Отд./корт. _____ Четверг 2-я нед. _____ День 14.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00				
	2 блюдо	295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/100/60	37,45	241,70	0,90	0,10	1,70	
		302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,44	336,00	14,10	18,40	15,70	
	гарнир									
	гор.напиток	377	Чай с ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	2,60	49,50	10,60	11,50	47,80	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,40	0,00	11,70	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50				
							0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				942	88,66	1027,60	34,95	41,05	137,15	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	5,50	16,30				
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	0,90	0,20	3,10	
		274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	34,65	224,00	1,80	5,00	12,30	
	2 блюдо									
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,88	189,00	11,60	13,50	13,80	
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	3,60	7,10	25,20	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,70	0,30	20,80	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	4,30	1,65	21,25	
							0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1190	88,66	934,90	27,45	28,85	135,35	
				2132		1962,50	62,40	69,90	272,50	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



