



**5-11 класс**

Школа		Отд./корп		Понедельник 1-я нед.		День		14.04.2025г.	
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% и сахаром	1/220/10/10	<b>36,40</b>	334,00			
		377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	<b>6,30</b>	49,50	6,10	10,90	52,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,85</b>	116,90	0,40	0,00	11,70
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	<b>2,95</b>	92,00	2,20	0,40	19,80
		15	Сыр "Российский"	1/15	<b>11,00</b>	54,50	3,50	4,50	0,00
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	<b>10,50</b>	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				567	<b>70,00</b>	721,90	16,30	24,60	108,70
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	<b>12,50</b>	10,00	0,90	0,10	1,70
		102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	<b>9,70</b>	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	<b>51,56</b>	241,70	14,10	18,40	15,70
		гарнир	202	Макаронные изделия отварные	1/180	<b>11,44</b>	154,20	5,60	8,40
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>7,00</b>	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,85</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,95</b>	129,00	4,30	1,70	21,25
	<b>ИТОГО:</b>				940	<b>98,00</b>	869,90	34,50	34,50
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1507		1591,80	50,80	59,10	225,15

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Ильяшенко

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

*Звятина* / *Звятина*

**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 1-я нед. День 15.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/116/10	27,90	285,80				
							13,80	24,50	2,60	
	Закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	12,30	36,10				
							1,30	1,00	6,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,50	103,50				
							3,10	2,40	17,20	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90		4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00		2,20	0,40	19,80
	Фрукта		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	15,50	69,50		0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				636	<b>70,00</b>	703,80	25,00	29,40	84,90	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50				
							0,70	0,20	1,70	
	1 блюдо	81	Борщ со сметаной	1/250/10	10,50	102,00				
							1,80	5,00	12,30	
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	44,80	146,00				
							17,10	8,20	0,90	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	17,40	189,00				
							3,60	7,10	25,20	
напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	6,00	114,60					
						0,10	0,10	27,90		
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90				
							3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00				
							4,30	1,70	21,30	
<b>ИТОГО:</b>				950	<b>98,00</b>	808,00	31,55	22,80	113,50	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1586		1511,80	56,55	52,20	198,40	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сам № 1  
*И.И. Мухоморов*

ПОВАР-БРИГАДИР *Иванов*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Смирнов*



УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День 16.04.2025г.

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%	1/200/36/9	34,20	404,60			
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,50	103,50	16,40	19,30	41,30
	напиток	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	10,50	75,00	3,10	2,40	17,20
		15	Сыр "Российский"	1/15	11,00	54,50	0,10	8,30	0,10
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,50	4,50
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	4,00	0,50	24,20
	<b>ИТОГО:</b>				550	<b>70,00</b>	846,50	29,30	35,40
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	12,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	8,10	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	50,70	309,50	16,50	24,20	14,30
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	13,20	336,00	10,60	11,50	47,80
		354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	7,70	122,80	0,00	0,00	31,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
	<b>ИТОГО:</b>				980	<b>98,00</b>	1109,40	38,00	40,70
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1530		1955,90	67,30	76,10	256,60

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Маслен

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День **17.04.2025г.**

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	<b>56,20</b>	784,30			
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	<b>8,00</b>	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,85</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	<b>2,95</b>	92,00	2,20	0,40	19,80
<b>ИТОГО:</b>				580	<b>70,00</b>	1127,20	37,60	33,00	166,90
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	<b>13,50</b>	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	1/250	<b>9,60</b>	80,60	1,80	5,00	6,90
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/280	<b>62,10</b>	555,40	35,70	39,10	38,40
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>7,00</b>	77,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,85</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,95</b>	129,00	4,30	1,70	21,30
<b>ИТОГО:</b>				930	<b>98,00</b>	969,80	46,50	46,50	111,90
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1510		2097,00	84,10	79,50	278,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Владенко

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 1-я нед. День **18.04.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	<b>13,50</b>	10,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	289	Рагу из мяса птицы	1/100/300	<b>44,40</b>	356,60	22,00	18,20	26,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	<b>6,30</b>	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,85</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	<b>2,95</b>	92,00	2,20	0,40	19,80
<b>ИТОГО:</b>				687	<b>70,00</b>	625,50	29,30	19,30	83,50
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	<b>12,50</b>	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	<b>8,35</b>	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	279	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	<b>44,15</b>	425,80	17,40	20,80	18,50
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским"72,5	1/180	<b>18,40</b>	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	<b>8,80</b>	103,00	0,70	0,30	24,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,85</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,95</b>	129,00	4,30	1,70	21,30
<b>ИТОГО:</b>				980	<b>98,00</b>	1095,20	35,20	37,80	132,90
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1667		1720,70	64,50	57,10	216,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И. И. Масленко

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_