

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Отд./корп. Понедельник 1-я нед. День 14.10.2024

1-4 класс

Школа

| 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% | 1/200/10 | 26,25 | 252,60 | | | | |
| | | | Сок фруктовый (яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.) | 1/200 | 26,00 | 83,40 | 5,70 | 6,80 | 41,70 | |
| | напиток | | | | | | 1,00 | 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 |
| | | | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 1/15 | 8,40 | 54,00 | 3,50 | 4,40 | 0,00 |
| | фрукты | | | Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 685 | 90,00 | 771,40 | 19,15 | 21,35 | 121,55 | |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие(помидоры) | 1/60 | 8,90 | 14,00 | | | | |
| | | | | | | | 0,70 | 0,10 | 2,20 | |
| | 1 блюдо | | 102 | Суп картофельный с бобовыми | 1/250 | 7,60 | 140,70 | 5,60 | 5,40 | 17,50 |
| | 2 блюдо | | 268 | Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/9 | 35,91 | 314,90 | 16,50 | 24,20 | 14,30 |
| | гарнир | | 309 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,44 | 217,80 | 6,90 | 7,30 | 25,20 |
| | напиток | | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 5,80 | 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(яблоко 1 шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| | ИТОГО: | | | | 1039 | 90,00 | 1080,20 | 38,55 | 39,75 | 138,75 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1724 | | 1851,60 | 57,70 | 61,10 | 260,30 | |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ сам № 1
И.И. Шаденко

ПОВАР-БРИГАДИР Сорокин

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Вторник 1-я нед.

День

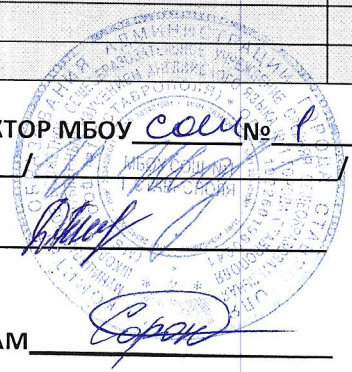
15.10.2024г.

| 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 | 39,25 | 285,80 | | | |
| | | | | | | | 13,80 | 24,50 | 2,60 |
| | закуска | | Икра кабачковая консервированная | 1/80 | 12,80 | 36,10 | 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) | 1/110 | 8,00 | 66,00 | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | ФРУКТЫ | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| | | | | | | | | | |
| ИТОГО: | | | | 688 | 90,00 | 806,80 | 27,15 | 37,85 | 86,45 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие(огурцы) | 1/60 | 8,00 | 9,60 | 0,60 | 0,10 | 1,50 |
| | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 1/250/10 | 6,60 | 102,00 | 1,80 | 5,00 | 12,30 |
| | | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 227 | Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/9 | 35,64 | 131,40 | 15,30 | 8,20 | 0,90 |
| | | | | | | | | | |
| | гарнир | 310 | Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 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 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | |
| ИТОГО: | | | | 1049 | 90,00 | 1320,40 | 30,95 | 23,95 | 239,45 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1737 | | 2127,20 | 58,10 | 61,80 | 325,90 |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
Н.И. Шагенд

ПОВАР-БРИГАДИР [Подпись]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ [Подпись]



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звягина Н.И.

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

16.10.2024г.

| 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% | 1/197/8/32 | 22,15 | 165,40 | | | |
| | | | | | | | 4,60 | 7,70 | 23,20 |
| | напиток | | Сок фруктовый(яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) | 1/200 | 26,00 | 83,40 | | | |
| | 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 |
| | | | Биоюгurt фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак. | 1/125 | 30,00 | 96,20 | | | |
| | | | | | | 4,40 | 3,00 | 6,50 | |
| ИТОГО: | | | | 672 | 90,00 | 656,90 | 18,35 | 20,25 | 94,85 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие(помидоры) | 1/60 | 8,90 | 14,00 | | | |
| | | | | | | | 0,70 | 0,10 | 2,20 |
| | 1 блюдо | 101 | Суп картофельный с крупой рисовой | 1/250 | 6,05 | 85,20 | | | |
| | | | | | | | 1,70 | 2,70 | 13,30 |
| | 2 блюдо | 268/331 | Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/90/50 | 37,13 | 309,50 | | | |
| | | | | | | | 16,50 | 24,20 | 14,30 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,44 | 336,00 | 10,60 | 11,50 | 47,80 |
| | напиток | 354 | Кисель из смеси сухофруктов | 1/200 | 6,13 | 77,40 | | | |
| | | | | | | | 0,00 | 0,00 | 19,40 |
| | | | | | | 3,95 | 0,50 | 24,20 | |
| | | | | | | 4,30 | 1,65 | 21,25 | |
| | ФРУКТЫ | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | | | |
| | | | | | | 0,60 | 0,60 | 14,70 | |
| ИТОГО: | | | | 1080 | 90,00 | 1137,50 | 38,35 | 41,25 | 157,15 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1752 | | 1794,40 | 56,70 | 61,50 | 252,00 |

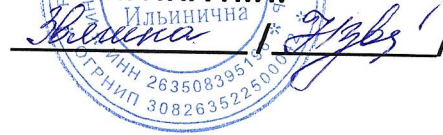
СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *Сом* № 1

И.И. Шахенов

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 1-я нед. День 17.10.2024г.

| 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 | 1/200/80 | 44,55 | 732,00 | 29,20 | 27,60 | 91,60 |
| | гор.напиток | 382 | Какао с молоком | 1/200 | 7,70 | 134,00 | 2,90 | 2,50 | 24,80 |
| | 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 | 8,40 | 54,00 | 3,50 | 4,40 | 0,00 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 755 | 90,00 | 1301,40 | 44,55 | 44,45 | 176,65 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие(огурцы) | 1/60 | 8,00 | 9,60 | 0,60 | 0,10 | 1,50 |
| | 1 блюдо | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем | 1/250 | 7,55 | 83,20 | 2,00 | 6,10 | 7,00 |
| | 2 блюдо | 291 | Плов из птицы | 1/90/270 | 47,30 | 454,00 | 25,40 | 14,80 | 54,70 |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 5,80 | 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(яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 1030 | 90,00 | 939,60 | 36,85 | 23,75 | 142,75 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1785 | | 2241,00 | 81,40 | 68,20 | 319,40 |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
Н.И. Шляенца

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звятина Н.И.



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 18.10.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|--------|---|------------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие(огурцы) | 1/60 | 8,00 | 9,60 | 0,60 | 0,10 | 1,50 |
| | 2 блюдо | 289 | Рагу из птицы | 1/90/270 | 45,05 | 320,60 | 20,60 | 16,50 | 23,10 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном* | 1/200/15/7 | 7,60 | 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) | 1/110 | 8,00 | 66,00 | 0,10 | 7,20 | 0,10 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт) | 1/150 | 17,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 812 | 90,00 | 761,10 | 30,55 | 26,55 | 96,55 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие(помидоры) | 1/60 | 8,90 | 14,00 | 0,70 | 0,10 | 2,20 |
| | 1 блюдо | 112 | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 1/250 | 6,18 | 119,10 | 4,00 | 2,90 | 20,10 |
| | 2 блюдо | 274 | Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/5 | 33,81 | 202,60 | 11,60 | 13,50 | 13,80 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 12,90 | 191,40 | 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 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| | ИТОГО: | | | | 1035 | 90,00 | 930,70 | 29,75 | 31,05 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1847 | | 1691,80 | 60,30 | 57,60 | 236,30 |

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

ПОВАР-БРИГАДИР *Рябко*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорок*

