

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
Н.Н. Шелева



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 1-я нед. День 18.03.2024г.

| Прием пищи            | Раздел        | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------|---------------|--------|---|----------|--------------|--------------|--------|-------|----------|
| Обед                  | закуска       | 70     | Овощи натуральные соленые(помидоры)                                 | 1/60     | 4,90         | 12,00        | 0,60   | 0,00  | 2,10     |
|                       | 1 блюдо       | 102    | Суп картофельный с бобовыми   | 1/250    | 4,80         | 140,70       | 5,60   | 5,40  | 17,50    |
|                       | 2 блюдо       | 268    | Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%         | 1/90/9   | 23,79        | 314,90       | 16,50  | 24,20 | 14,30    |
|                       | гарнир        | 309    | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180    | 5,44         | 166,50       | 5,40   | 0,70  | 34,70    |
|                       | 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    |
|                       | <b>ИТОГО:</b> |        |   |          | 859          | <b>49,00</b> | 957,40 | 36,35 | 32,45    |
| Полдник(уплотнённый)  | гор.блюдо     | 188    | Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным                    | 1/200/80 | 23,36        | 320,00       | 9,30   | 7,20  | 53,60    |
|                       | гор.напиток   | 382    | Какао с молоком   | 1/200    | 6,17         | 134,00       | 2,90   | 2,50  | 24,80    |
|                       | хлеб бел.     |        | Хлеб Пшеничный  | 1/50     | 2,59         | 116,90       | 3,95   | 0,50  | 24,20    |
|                       | хлеб чёрн.    |        | Хлеб Ржаной   | 1/50     | 2,68         | 129,00       | 4,30   | 1,65  | 21,25    |
|                       |               | 14     | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)                      | 1/10     | 5,20         | 75,00        | 0,10   | 8,30  | 0,10     |
| <b>ИТОГО:</b>         |               |        |   | 590      | <b>40,00</b> | 774,90       | 20,55  | 20,15 | 123,95   |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |               |        |   | 1449     |              | 1732,30      | 56,90  | 52,60 | 257,40   |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шаенко

1-4 класс ОБЗ и многодетные

| Школа                 |             |        | Отд./корп   |            |              | Вторник 1-я нед. | День  | 19.03.2024г. |          |
|-----------------------|-------------|--------|---|------------|--------------|------------------|-------|--------------|----------|
| Прием пищи            | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г   | Цена         | Калорийность     | Белки | Жиры         | Углеводы |
| Обед                  | закуска     | 70     | Овощи натуральные соленые(огурцы)                                 | 1/60       | 4,50         | 6,00             |       | 0,60         | 1,00     |
|                       |             | 82     | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                          | 1/250/10   | 4,50         | 102,00           |       | 0,00         |          |
|                       | 1 блюдо     |        |   |            |              |                  | 1,80  | 5,00         | 12,30    |
|                       | 2 блюдо     | 227    | Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%   | 1/90/9     | 23,32        | 146,00           |       |              |          |
|                       | гарнир      | 310    | Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%        | 1/180      | 6,55         | 189,00           | 3,60  | 7,10         | 25,20    |
|                       | 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         | 24,20    |
|                       | хлеб черн.  |        | Хлеб Ржаной   | 1/50       | 2,68         | 129,00           | 4,30  | 1,65         | 21,25    |
| <b>ИТОГО:</b>         |             |        |   | 899        | <b>49,00</b> | 777,10           | 32,05 | 22,75        | 105,65   |
| Полдник (уплотнённый) | закуска     | 70     | Овощи натуральные соленые(помидоры)                               | 1/60       | 4,90         | 12,00            |       |              |          |
|                       |             | 204    | Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/197/8/32 | 22,03        | 267,50           |       |              |          |
|                       | гор.напиток | 377    | Чай с лимоном*  | 1/200/15/7 | 2,60         | 49,50            | 0,40  | 0,00         | 11,70    |
|                       | 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    |
|                       |             | 14     | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%                              | 1/10       | 5,20         | 75,00            | 0,10  | 8,30         | 0,10     |
| <b>ИТОГО:</b>         |             |        |   | 629        | <b>40,00</b> | 649,90           | 25,55 | 22,45        | 86,55    |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |             |        |   | 1528       |              | 1427,00          | 57,60 | 45,20        | 192,20   |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Шабенко



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День 20.03.2024г.

| Прием пищи            | Раздел      | № рец.  | Блюдо  | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------|-------------|---------|--|----------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед                  | закуска     | 70      | Овощи натуральные соленые(помидоры)                                | 1/60     | 4,90         | 12,00        | 0,60  | 0,00  | 2,10     |
|                       | 1 блюдо     | 101     | Суп картофельный с крупой рисовой                                  | 1/250    | 4,05         | 85,20        | 1,70  | 2,70  | 13,30    |
|                       | 2 блюдо     | 268/331 | Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом              | 1/90/50  | 19,79        | 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 яблок сушеных  | 1/200    | 4,55         | 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    |
| <b>ИТОГО:</b>         |             |         |  | 900      | <b>49,00</b> | 1066,00      | 37,65 | 40,55 | 142,35   |
| Полдник (уплотнённый) | гор.блюдо   | 182     | Каша жидкая молочная из овсяной крупы                              | 1/200/10 | 24,93        | 256,70       | 8,00  | 10,20 | 33,20    |
|                       | гор.напиток | 379     | Кофейный напиток с молоком   | 1/200    | 4,60         | 103,50       | 3,10  | 2,40  | 17,20    |
|                       | 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    |
|                       | хлеб черн.  | 14      | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)                     | 1/10     | 5,20         | 75,00        | 0,10  | 8,30  | 0,10     |
| <b>ИТОГО:</b>         |             |         |  | 520      | <b>40,00</b> | 681,10       | 19,45 | 23,05 | 95,95    |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |             |         |  | 1420     |              | 1747,10      | 57,10 | 63,60 | 238,30   |

ИП ЗВЯГИНА И.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОСЦ № 1  
И.И. Шестаков



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День 21.03.2024г.

| Прием пищи               | Раздел     | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|--------------------------|------------|--------|--|----------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед                     | закуска    | 70     | Овощи натуральные соленые(огурцы)                                  | 1/60     | 4,50         | 6,00         | 0,60  | 0,00  | 1,00     |
|                          | 1 блюдо    | 88     | Щи из свежей капусты с картофелем                                  | 1/250    | 5,55         | 83,20        | 2,00  | 6,10  | 7,00     |
|                          | 2 блюдо    | 291    | Плов из птицы  | 1/90/270 | 28,88        | 454,00       | 25,40 | 14,80 | 54,70    |
|                          | 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    |
| <b>ИТОГО:</b>            |            |        |  | 880      | <b>49,00</b> | 866,50       | 36,25 | 23,05 | 127,55   |
| Полдник<br>(уплотнённый) | закуска    | 70     | Овощи натуральные соленые(помидоры)                                | 1/60     | 4,90         | 12,00        | 0,60  | 0,00  | 2,10     |
|                          | гор.блюдо  | 213    | Омлет с жареным картофелем и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180/10 | 19,77        | 420,00       | 12,60 | 32,40 | 18,80    |
|                          | 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  | 24,20    |
|                          | хлеб черн. |        | Хлеб Ржаной  | 1/50     | 2,68         | 129,00       | 4,30  | 1,65  | 21,25    |
|                          |            | 14     | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%                               | 1/10     | 5,20         | 75,00        | 0,10  | 8,30  | 0,10     |
| <b>ИТОГО:</b>            |            |        |  | 560      | <b>40,00</b> | 841,10       | 22,25 | 43,15 | 87,25    |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>    |            |        |  | 1440     |              | 1707,60      | 58,50 | 66,20 | 214,80   |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.К. Шестаков



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 1-я нед. День 22.03.2024г.

| Прием пищи            | Раздел        | № рец. | Блюдо  | Выход, г   | Цена         | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------|---------------|--------|--|------------|--------------|--------------|--------|-------|----------|
| Обед                  | закуска       | 70     | Овощи натуральные соленые(помидоры)                                      | 1/60       | 4,90         | 12,00        | 0,60   | 0,00  | 2,10     |
|                       | 1 блюдо       | 112    | Суп с макаронными изделиями и картофелем                                 | 1/250      | 4,18         | 119,10       | 4,00   | 2,90  | 20,10    |
|                       | 2 блюдо       | 274    | ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/5     | 20,89        | 202,60       | 11,60  | 13,50 | 13,80    |
|                       | гарнир        | 312    | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%                | 1/180      | 8,90         | 217,80       | 3,90   | 11,50 | 22,70    |
|                       | 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  | 24,20    |
|                       | хлеб черн.    |        | Хлеб Ржаной  | 1/50       | 2,68         | 129,00       | 4,30   | 1,65  | 21,25    |
|                       | <b>ИТОГО:</b> |        |  |            | 855          | <b>49,00</b> | 885,60 | 29,05 | 30,35    |
| Полдник (уплотнённый) | гор.блюдо     | 218    | Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным                            | 1/200/40   | 26,93        | 384,70       | 25,70  | 13,80 | 39,30    |
|                       | гор.напиток   | 377    | Чай с лимоном*   | 1/200/15/7 | 2,60         | 49,50        | 0,40   | 0,00  | 11,70    |
|                       | хлеб бел.     |        | Хлеб Пшеничный   | 1/50       | 2,59         | 116,90       | 3,95   | 0,50  | 24,20    |
|                       | хлеб чёрн.    |        | Хлеб Ржаной  | 1/50       | 2,68         | 129,00       | 4,30   | 1,65  | 21,25    |
|                       |               | 14     | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%                                     | 1/10       | 5,20         | 75,00        | 0,10   | 8,30  | 0,10     |
| <b>ИТОГО:</b>         |               |        |  | 572        | <b>40,00</b> | 755,10       | 34,45  | 24,25 | 96,55    |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |               |        |  | 1427       |              | 1640,70      | 63,50  | 54,60 | 221,50   |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

