



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп. № \_\_\_\_\_ Понедельник 1-я нед. День 18.11.2024

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			
							5,70	6,80	41,70
	напиток		Сок фруктовый (яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	26,00	83,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	1,00	0,20	19,60
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	4,30	1,65	21,25
			14 Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,40	54,00	0,10	7,20	0,10
	фрукты		15 Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1 шт)	1/150	17,50	69,50	3,50	4,40	0,00
<b>ИТОГО:</b>				685	<b>90,00</b>	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
<b>ИТОГО:</b>				1039	<b>90,00</b>	1080,20	38,55	39,75	138,75
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1724		1851,60	57,70	61,10	260,30

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шайенов

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_





1-4 класс

Школа

Отд./корп.

263508395196  
308263522500047

Вторник 1-я нед.

День

19.11.2024г.

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	
			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)	1/10	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	
<b>ИТОГО:</b>				688	<b>90,00</b>	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	
		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(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	<b>ИТОГО:</b>				1049	<b>90,00</b>	1320,40	30,95	23,95	239,45
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1737		2127,20	58,10	61,80	325,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сам № 1

И.И. Шаян

ПОВАР-БРИГАДИР Иван

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сергей



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

20.11.2024г.

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%	1/1978/32	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	1,00	0,20	19,60
	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
			Биоогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	30,00	96,20			
						4,40	3,00	6,50	
<b>ИТОГО:</b>				672	<b>90,00</b>	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	
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	
<b>ИТОГО:</b>				1080	<b>90,00</b>	1137,50	38,35	41,25	157,15
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1752		1794,40	56,70	61,50	252,00

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Совм № 1

И.И. Маслова

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



*Звятина*

1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День 21.11.2024г.

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(апельсин 1шт или 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

*И.И. Шагенов*

ПОВАР-БРИГАДИР *[Signature]*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *[Signature]*

УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГИНА Н.И.



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 1-я нед. День 22.11.2024г.

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)	1/10	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или 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 рубленные 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 СОШ № 1  
И.И. Шагенов

ПОВАР-БРИГАДИР [Signature]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ [Signature]