

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Швецова



**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 1-я нед. День 19.02.2024г.

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%	1/220/10	20,65	334,00	6,10	10,90	52,90
	гор.напиток		Чай с лимоном*	1/200/7	2,48	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
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
	<b>ИТОГО:</b>				562	<b>40,00</b>	758,90	18,35	25,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	5,50	16,30	0,90	0,20	3,10
	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	22,40	241,70	14,10	18,40	15,70
	гарнир	202	Макаронные изделия отварные	1/180	6,23	154,20	5,60	8,40	16,70
	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>				940	<b>49,00</b>	876,20	34,45	34,55
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1502		1635,10	52,80	60,40	228,00

ИП ЗВЯГИНА Н.И. \_\_\_\_\_

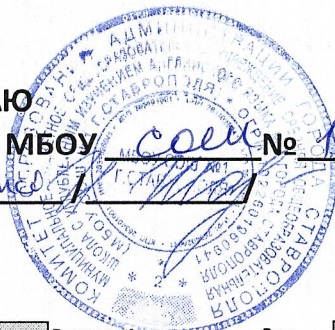
ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ № 1

*Н.Н. Швабрина*



**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 1-я нед. День 20.02.2024г.

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	<b>25,43</b>	285,80			
							13,80	24,50	2,60
	Закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	<b>4,50</b>	36,10	1,30	1,00	6,40
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	<b>4,80</b>	103,50	3,10	2,40	17,20
	гор.напиток								
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,59</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,68</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				528	<b>40,00</b>	671,30	26,45	30,05	71,65
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	<b>4,70</b>	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	81	Борщ со сметаной	1/250/10	<b>3,50</b>	102,00	1,80	5,00	12,30
		2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	<b>25,12</b>	146,00	17,10	8,20
	гарнир		Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	<b>5,55</b>	189,00	3,60	7,10	25,20
		126							
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	<b>4,86</b>	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,59</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,68</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				959	<b>49,00</b>	781,60	32,35	22,85	106,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1487		1452,90	58,80	52,90	178,00

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

*И.И. Матвеев*

№ *1*



**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День **21.02.2024г.**

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%	1/200/9/33	<b>24,73</b>	404,60	16,40	19,30	41,30	
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>4,80</b>	77,40	0,00	0,00	19,40	
	напиток	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	<b>5,20</b>	75,00	0,10	8,30	0,10	
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,59</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
		хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,68</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				552	<b>40,00</b>	802,90	24,75	29,75	106,25	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	<b>5,50</b>	16,30	0,90	0,20	3,10	
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	<b>4,05</b>	85,20	1,70	2,70	13,30	
		280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	<b>19,19</b>	254,30	11,90	16,10	14,20	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	<b>10,44</b>	336,00	10,60	11,50	47,80	
		352	Кисель из свежих яблок	1/200	<b>4,55</b>	119,20	0,10	0,10	25,10	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,59</b>	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,68</b>	129,00	4,30	1,65	21,25	
	<b>ИТОГО:</b>				980	<b>49,00</b>	1056,90	33,45	32,75	148,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1532		1859,80	58,20	62,50	255,20	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

*М. И. Шлягина*

№ 1



5-11 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

22.02.2024г.

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	1/220/80	28,56	784,30			
							28,50	29,60	98,10
	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
ИТОГО:				600	40,00	1164,20	39,65	34,25	168,35
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	1/250	5,55	80,60	1,80	5,00	6,90
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/280	28,68	555,40	35,70	39,10	38,40
	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
ИТОГО:				930	49,00	969,30	46,65	46,35	111,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1530		2133,50	86,30	80,60	280,20

ИП ЗВЯГИНА НИ

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

