

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

№ 1

*И.И. Звягина*



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День 11.09.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	18,13	212,40	6,80	10,10	25,60
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	30,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	напиток								
	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
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
<b>ИТОГО:</b>				685	<b>82,50</b>	740,70	20,25	25,85	105,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	4,50	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	5,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	34,00	268,00	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	<b>ИТОГО:</b>				1110	<b>82,50</b>	1097,40	35,85	32,85
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1795		1838,10	56,10	58,70	261,30

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

№ \_\_\_\_\_

1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 2-я нед. День 12.09.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	4,50	9,60	0,60	0,10	1,50
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые( из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	37,50	201,60	12,10	16,20	13,40
		гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	12,93	202,00	2,50	15,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	4,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:			767	82,50	839,70	24,25	34,95	102,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	4,90	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,16	122,40	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	36,91	244,00	13,20	12,90	18,80
		гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,90	191,40	3,90	11,50
	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:			1080	82,50	975,40	29,65	32,85	141,05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1815,10	53,90	67,80	243,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





№ 1  
 [Handwritten signature]

1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 2-я нед. День 13.09.2023г.

Прием пищ.	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/200/80	<b>30,86</b>	416,30	27,30	25,40	69,30	
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	<b>6,17</b>	134,00	2,90	2,50	24,80	
	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	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	<b>5,20</b>	75,00	0,10	8,30	0,10	
			Биоюгурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	<b>35,00</b>	128,70	4,40	3,00	6,50	
	<b>ИТОГО:</b>				715	<b>82,50</b>	999,90	42,95	41,35	146,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	<b>4,50</b>	9,60	0,60	0,10	1,50	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	<b>4,80</b>	140,70	5,60	5,40	17,50	
		295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	<b>35,19</b>	217,50	14,10	18,40	15,70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	<b>10,44</b>	217,80	6,90	7,30	25,20	
		342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>4,80</b>	111,10	0,20	0,20	27,10	
	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	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	<b>17,50</b>	69,50	0,60	0,60	14,70	
	<b>ИТОГО:</b>				1039	<b>82,50</b>	1012,10	36,25	34,15	147,15
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1754		2012,00	79,20	75,50	293,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.  
 ПОВАР-БРИГАДИР  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 2-я нед. День 14.09.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	4,50	9,60	0,60	0,10	1,50
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/90/50	36,99	241,70	14,10	18,40	15,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	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%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	<b>ИТОГО:</b>				862	<b>82,50</b>	1027,20	34,65	41,05
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	4,90	14,00	0,70	0,10	2,20
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	40,92	224,00	11,60	13,50	13,80
		гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	4,55	189,00	3,60	7,10
	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
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	<b>ИТОГО:</b>				1110	<b>82,50</b>	932,60	27,25	28,75
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1972		1959,80	61,90	69,80	271,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



