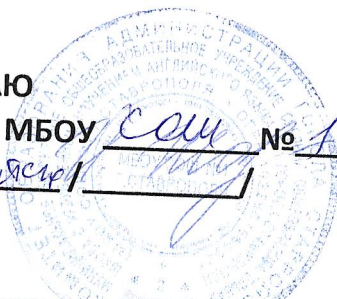


УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

№ 1

М.И. Шадрин



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед. День

18.09.2023

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	18,13	252,60			
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	30,00	83,40	5,70	6,80	41,70
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	1,00	0,20	19,60
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	0,10	8,30	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	3,50	4,50	0,00
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				685	82,50	780,90	19,15	22,55	121,55
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	4,90	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	34,79	314,90	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	217,80	6,90	7,30	25,20
	гарнир	309	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	напиток	349	Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
фрукты									
ИТОГО:				1039	82,50	1080,20	38,55	39,75	138,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1724		1861,10	57,70	62,30	260,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

Соловьев № *1*



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Вторник 1-я нед.

День

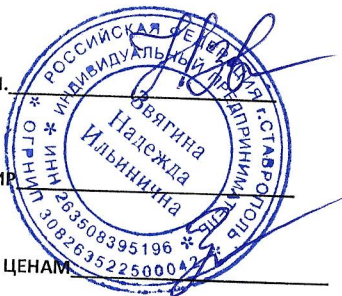
19.09.2023г.

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	37,13	285,80				
			Икра кабачковая консервированная	1/80	12,80	36,10	13,80	24,50	2,60	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/180	4,60	103,50	1,30	1,00	6,40	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,10	2,40	17,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/110	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,10	8,30	0,10	
							0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:				668	82,50	815,80	27,15	38,95	86,45
	Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	4,50	9,60	0,60	0,10	1,50
82			Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30	
2 блюдо		227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	35,32	131,40	15,30	8,20	0,90	
			Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,55	189,00	3,60	7,10	25,20	
гарнир		310	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	0,70	0,30	20,80	
напиток		388	Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20	
хлеб бел.			Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25	
хлеб черн.			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
ФРУКТЫ										
ИТОГО:					1049	82,50	835,60	30,85	23,45	120,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1717		1651,40	58,00	62,40	207,30	

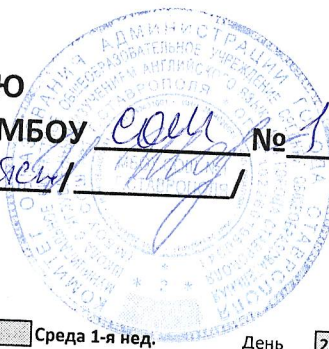
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ
И.К. Шадрин



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

20.09.2023г.

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	32,48	165,40			
		350	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	4,55	110,20	4,60	7,70	23,20
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,10	0,00	26,90
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25
		14	Биойогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70	0,10	8,30	0,10
							4,40	3,00	6,50
ИТОГО:				665	82,50	725,20	17,45	21,15	102,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	4,90	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,05	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	35,54	309,50	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
		302	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	гарнир		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	напиток	349	Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб бел.		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	хлеб черн.								
	ФРУКТЫ								
ИТОГО:				1080	82,50	1137,50	38,35	41,25	157,15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1745		1862,70	55,80	62,40	259,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Шваб

№ 1



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

21.09.2023г.

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	41,96	732,00			
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	29,20	27,60	91,60
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	2,90	2,50	24,80
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
			14 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25
			15 Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	0,10	8,30	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	3,50	4,50	0,00
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				755	82,50	1310,90	44,55	45,65	176,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	4,50	9,60	0,60	0,10	1,50
	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	44,88	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	4,80	77,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,00	0,00	19,40
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	4,30	1,65	21,25
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1010	82,50	939,60	36,85	23,75	142,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1765		2250,50	81,40	69,40	319,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

Звягина
Надежда
Ильинична

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шваб

№ 1



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Пятница 1-я нед.

День

22.09.2023г.

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			
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/90/270	47,43	320,60	0,60	0,10	1,50
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	49,50	20,60	16,50	23,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,40	0,00	11,70
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/110	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	17,50	69,50	0,10	8,30	0,10
ИТОГО:				812	82,50	770,10	30,55	27,65	96,55
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	4,90	14,00			
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	119,10	0,70	0,10	2,20
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	36,89	202,60	4,00	2,90	20,10
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,90	191,40	11,60	13,50	13,80
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	3,90	11,50	22,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,70	0,30	20,80
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	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:				1035	82,50	930,70	29,75	31,05	139,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1700,80	60,30	58,70	236,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

