



Зубов

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День **21.04.2025г.**

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% и сахаром	1/220/10/10	34,20	348,30	9,90	14,70	44,00
			Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
		15	Сыр "Российский"	1/15	11,00	54,50	3,50	4,50	0,00
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	10,50	75,00	0,10	8,30	0,10
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,50	103,50	3,10	2,40	17,20
ИТОГО:				545	70,00	790,20	22,80	30,80	105,30
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	9,90	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	49,60	202,60			
							11,60	13,50	13,80
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	13,20	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	6,00	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
ИТОГО:				945	98,00	1000,60	34,30	31,70	146,90
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1490		1790,80	57,10	62,50	252,20

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *с.о.ш. № 4*
И.Н. Мейкина

ПОВАР-БРИГАДИР *Рубцов*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорокин*



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День 22.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50	0,70	0,20	1,70
		237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	29,80	252,50	10,40	16,50	15,50
	2 блюдо	128	Картофельное пюре	1/180	12,40	141,00	3,10	5,40	20,30
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,50	103,50	3,10	2,40	17,20
	гарнир		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	напиток		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
	хлеб бел.								
хлеб черн.									
ИТОГО:				688	70,00	716,40	23,50	25,40	98,70
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	12,50	10,00	0,90	0,10	1,70
		96	Рассольник Ленинградский	1/250	10,80	122,40	2,30	5,30	16,40
	1 блюдо	280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	46,60	254,30	11,90	16,10	14,20
		305	Рис припущенный	1/180	15,30	212,30	4,30	5,10	39,20
	2 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	7,00	77,40	0,00	0,00	19,40
			Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	гарнир		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
	напиток								
хлеб бел.									
хлеб черн.									
ИТОГО:				980	98,00	922,30	27,70	28,80	136,40
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1648		1638,70	51,20	54,20	235,10

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ ОСШ № 1
И.Н. Алексеева

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Петров



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я нед. День **23.04.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога (запеченый) со сгущенным молоком	1/220/80	45,70	416,30	27,30	25,40	69,30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	8,00	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	10,50	75,00	0,10	8,30	0,10
ИТОГО:				590	70,00	834,20	36,50	37,10	138,20
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	9,70	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	290	Птица(окрочка) тушеные в соусе сметанном	1/100/50	51,56	429,80	26,60	32,10	4,20
	гарнир	202	Макаронные изделия отварные	1/180	11,44	176,80	7,50	0,90	36,80
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	6,00	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
ИТОГО:				980	98,00	1118,30	48,80	40,90	133,60
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1570		1952,50	85,30	78,00	271,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ МБОУ № 1

И.И. Матвеева

ПОВАР-БРИГАДИР Алексей

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сергей



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 2-я нед. День **24.04.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	31,20	241,70			
							14,10	18,40	15,70
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	13,20	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	6,30	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
ИТОГО:				677	70,00	846,60	32,00	31,00	120,90
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	12,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	10,50	102,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	229	Рыба минтай, тушеная в томате с овощами	1/100/50	43,80	210,00	19,50	9,90	7,60
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	17,40	189,00	3,60	7,10	25,20
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	8,00	119,20	0,10	0,10	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
	ИТОГО:				990	98,00	876,10	34,20	24,40
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1667		1722,70	66,20	55,40	238,30

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____
И.И. Матвеева

ПОВАР-БРИГАДИР _____
В.В. Вдовин

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____
С.В. Сорокин



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 2-я нед. День **25.04.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом маслом сливочным "крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/220/8/80	40,20	388,60	17,70	17,30	40,30
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,50	142,20	3,30	2,40	26,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
	Фрукта		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	15,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:									
Обед				738	70,00	809,20	27,80	21,20	125,70
	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	118	Суп картофельный с клёцками	1/250	10,86	115,00	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	279	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	46,76	425,80	17,40	20,80	18,50
	гарнир	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	12,28	325,00	11,50	8,10	51,50
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	8,80	103,00	0,70	0,30	24,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
ИТОГО:									
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				980	98,00	1225,20	44,20	36,40	151,80
				1718		2034,40	72,00	57,60	277,50

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 2
И.И. Шарокова

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Смирнов



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День **26.04.2025г.**

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%	1/200/36/9	34,20	404,60	16,40	19,30	41,30
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,50	103,50	3,10	2,40	17,20
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	10,50	75,00	0,10	8,30	0,10
		15	Сыр "Российский"	1/15	11,00	54,50	3,50	4,50	0,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
ИТОГО:				550	70,00	846,50	29,30	35,40	102,60
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	12,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	8,10	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	50,70	309,50	16,50	24,20	14,30
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	13,20	336,00	10,60	11,50	47,80
		354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	7,70	122,80	0,00	0,00	31,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
	ИТОГО:				980	98,00	1109,40	38,00	40,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1530		1955,90	67,30	76,10	256,60

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ *с.м. № 1*
Н.Н. Матвеева

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____