

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

М.И. Шаян

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед. День

22.01.2024

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	18,63	252,60			
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	23,00	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	6,07	75,00	4,30	1,65	21,25
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,25	54,50	0,10	8,30	0,10
	15	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко)	1/150	16,50	69,50	3,50	4,50	0,00	
фрукты						0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				685	76,72	780,90	19,15	22,55	121,55
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	1/60	4,75	12,00			
			Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	0,60	0,00	2,10
	1 блюдо	102	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	32,20	314,90	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	268	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,40	217,80	16,50	24,20	14,30
	гарнир	309	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40			
	напиток	349	Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко)	1/150	16,50	69,50	4,30	1,65	21,25
	фрукты						0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				1039	76,72	1078,20	38,45	39,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1724		1859,10	57,60	62,20	260,20

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

М.И. Шелева

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Вторник 1-я нед.

День

23.01.2024г.

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	31,28	285,80			
							13,80	24,50	2,60
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	12,80	36,10			
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/180	4,80	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)	1/10	6,07	75,00	4,30	1,65	21,25
ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
							0,10	8,30	0,10
Итого:				668	76,72	815,80	27,15	38,95	86,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	5,05	6,00			
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	0,60	0,00	1,00
							1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	30,10	131,40			
	гарнир		Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	189,00	15,30	8,20	0,90
		310					3,60	7,10	25,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20			
	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)	1/150	16,50	69,50	4,30	1,65	21,25
						0,60	0,60	14,70	
Итого:				1049	76,72	832,00	30,85	23,35	120,35
Итого за день:				1717		1647,80	58,00	62,30	206,80

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ с.ош № 1

И.И. Шадрин

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

24.01.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	204	Макаронаты отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/8/32	25,83	165,40			
							4,60	7,70	23,20
	напиток	350	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	4,55	110,20			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,10	0,00	26,90
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
							4,30	1,65	21,25
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,07	75,00	0,10	8,30
			Биоiogурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70			
							4,40	3,00	6,50
ИТОГО:				665	76,72	725,20	17,45	21,15	102,15
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	1/60	4,75	12,00		0,60	0,00
									2,10
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,05	85,20			
							1,70	2,70	13,30
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,91	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	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	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
						4,30	1,65	21,25	
ФРУКТЫ			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	16,50	69,50			
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1080	76,72	1135,50	38,25	41,15	157,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1745		1860,70	55,70	62,30	259,20

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОСН № 1
М. П. Шадеева

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп 2 Четверг 1-я нед. День 25.01.2024г.

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	35,46	732,00	29,20	27,60	91,60
	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
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,07	75,00	0,10	8,30	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,25	54,50	3,50	4,50	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				755	76,72	1310,90	44,55	45,65	176,65
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	5,05	6,00	0,60	0,00	1,00
	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	39,55	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	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	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1010	76,72	936,00	36,85	23,65	142,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1765		2246,90	81,40	69,30	318,90

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ с.о.ш. № 1
И.В. Шадрин

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 26.01.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	5,05	6,00	0,60	0,00	1,00
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/90/270	40,93	320,60	20,60	16,50	23,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,90	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	6,07	75,00	0,10	8,30	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				812	76,72	766,50	30,55	27,55	96,05
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	4,75	12,00	0,60	0,00	2,10
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	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	32,26	202,60	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,90	191,40	3,90	11,50	22,70
	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	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1035	76,72	928,70	29,65	30,95	139,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1695,20	60,20	58,50	235,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

