

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 1
И.И. Звягина



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День **22.04.2024г.**

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%	1/220/10	20,92	348,30			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	9,90	14,70	44,00
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	3,95	0,50	24,20
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,70	75,00	3,50	4,50	0,00
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	2,48	49,50	0,10	8,30	0,10
							0,40	0,00	11,70
ИТОГО:				562	40,00	773,20	22,15	29,65	101,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	5,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	297	Фрикадельки из филе кур	1/100	18,05	183,80	16,90	9,10	8,70
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,55	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				940	49,00	981,80	39,55	27,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1502		1755,00	61,70	56,90	243,00

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

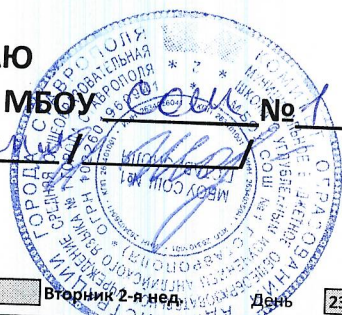


УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

М.И. Ша...

№ 1



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День 23.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50			
		237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	21,76	252,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо гарнир	128	Картофельное пюре	1/180	4,47	141,00	10,40	16,50	15,50
		342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,80	111,10	3,10	5,40	20,30
	напиток						0,20	0,20	27,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				688	40,00	761,00	22,65	24,45	110,05
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	5,00	10,00			
		96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,43	122,40	0,90	0,10	1,70
	2 блюдо	280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	23,17	254,30	2,30	5,30	16,40
		305	Рис припущенный	1/180	7,04	212,30	11,90	16,10	14,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	103,00	4,30	5,10	39,20
							0,70	0,30	24,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25	
ИТОГО:				980	49,00	947,90	28,35	29,05	141,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1668		1708,90	51,00	53,50	251,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Шабел

№ 1



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я нед. _____ День _____ 24.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	23,63	334,00			
							6,10	10,90	52,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,70	75,00	0,10	8,30
ИТОГО:				540	40,00	788,90	17,35	23,85	123,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	290	Птица(окрочка) тушеные в соусе сметанном	1/100/50	23,45	429,80	26,60	32,10	4,20
	гарнир	202	Макаронные изделия отварные	1/180	6,23	176,80	7,50	0,90	36,80
	напиток	350	Компот из свежих яблок	1/200	4,55	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				980	49,00	1118,30	48,75	40,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1520		1907,20	66,10	64,70	256,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 1



5-11 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 2-я нед.

День

25.04.2024г.

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50		0,70	1,70	
		295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	16,64	241,70		0,20	15,70	
	2 блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,59	336,00	14,10	18,40	15,70	
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	10,60	11,50	47,80	
	гарнир						0,20	0,20	27,10	
	напиток						3,95	0,50	24,20	
	хлеб бел.			Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	4,30	1,65	21,25
хлеб чёрн.			Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00				
Итого:				690	40,00	945,20	33,85	32,45	137,75	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	5,00	10,00		0,90	1,70	
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	5,50	102,00	1,80	5,00	12,30	
	1 блюдо	229	Рыба минтай, тушеная в томате с овощами	1/100/100	22,48	210,00	19,50	9,90	7,60	
		гарнир	128	Картофельное пюре	1/180	6,97	141,00	3,10	5,40	20,30
	напиток	350	Кисель из свежих яблок	1/200	4,55	119,20	0,10	0,10	25,10	
	хлеб бел.			Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.			Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
Итого:				1040	49,00	828,10	33,65	22,65	112,45	
Итого за день:				1730		1773,30	67,50	55,10	250,20	

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
 [Подпись]



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 2-я нед. День 26.04.2024г.

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	30,70	784,30			
							28,50	29,60	98,10
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	142,20			
							3,30	2,40	26,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				600	40,00	1172,40	40,05	34,15	170,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50			
							0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	118	Суп картофельный с клецками	1/250	4,79	115,00			
							5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	278	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	24,21	425,80			
							17,40	20,80	18,50
	гарнир	202	Макаронные изделия отварные	1/180	5,23	176,80			
						7,50	0,90	36,80	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40			
							0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				980	49,00	1051,40	39,45	28,85	132,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1580		2223,80	79,50	63,00	302,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

№

И.И. Маженин



5-11 класс

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед.

День

27.04.2024г.

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	20,92	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	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	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	5,70	75,00	0,10	8,30	0,10
	ИТОГО:				562	40,00	758,90	18,35	25,85	110,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	5,00	10,00	0,90	0,70	1,70	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,10	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	23,37	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	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25	
	ИТОГО:				940	49,00	869,90	34,45	35,05	116,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1502		1628,80	52,80	60,90	226,60	

ИП ЗВЯГИНА И.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

