

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ *СОШ* № *1*
И.И. Шадяков



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День 25.12.2023г.

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	27,65	212,40			
							6,80	10,10	25,60
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	30,00	83,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	1,00	0,20	19,60
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	3,95	0,50	24,20
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	9,00	75,00	4,30	1,65	21,25
			14 Сыр "Российский" (порциями)	1/15	11,00	54,50	0,10	8,30	0,10
		15 Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	3,50	4,50	0,00	
	фрукты					0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				685	104,00	740,70	20,25	25,85	105,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	8,05	6,00			
							0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	7,36	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	47,00	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	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1110	104,00	1093,80	35,85	32,75	155,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1795		1834,50	56,10	58,60	260,80

ИП Звягина И.И.
 ПОВАР-БРИГАДИР *Ильинична*
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сережа*



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Мачкал

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед _____ День 26.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	8,05	6,00	0,60	0,00	1,00
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	49,00	201,60	12,10	16,20	13,40
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	15,80	202,00	2,50	15,70	0,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	4,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				767	104,00	836,10	24,25	34,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	6,20	12,00	6,00	0,00	2,10
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	7,21	122,40	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	46,00	244,00	13,20	12,90	18,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	12,44	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,80	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1080	104,00	973,40	34,95	32,75	140,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1809,50	59,20	67,60	243,10

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ *С.И.И.* **№ 1**
И.И.Маслова

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я нед. День 27.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/200/80	43,89	416,30	27,30	25,40	69,30
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	10,26	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	9,00	75,00	0,10	8,30	0,10
			Биоогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70	4,40	3,00	6,50
ИТОГО:				715	104,00	999,90	42,95	41,35	146,15
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	8,05	6,00	0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,81	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	47,55	217,50	14,10	18,40	15,70
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	217,80	6,90	7,30	25,20
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				1039	104,00	1008,50	36,25	34,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1754		2008,40	79,20	75,40	292,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ *с.с.ш. № 1*
И.И. Шадеев



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 2-я нед. День 28.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	8,05	6,00	0,60	0,00	1,00
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/90/50	45,16	241,70	14,10	18,40	15,70
	2 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00			
		гарнир					10,60	11,50	47,80
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	5,00	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	9,00	75,00	0,10	8,30	0,10
ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				862	104,00	1023,60	34,60	40,95	136,40
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	1/60	6,20	12,00	0,60	0,00	2,10
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	7,20	102,00	1,80	5,00	12,30
	1 блюдо	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	46,22	224,00	11,60	13,50	13,80
		2 блюдо	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	12,23	189,00		
	гарнир						3,60	7,10	25,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,80	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт., мандарин по 2шт.)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				1110	104,00	861,10	26,50	28,00	119,60
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1972		1884,70	61,10	68,95	256,00

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ *Сем* **№ 1**

И.И. Мадина



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 2-я нед. День 29.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/200/7/80	49,05	388,60	17,70	17,30	40,30
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	113,40	2,90	1,90	20,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	9,00	75,00	0,10	8,30	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	11,00	54,50	3,50	4,50	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				762	104,00	946,90	33,05	34,75	121,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	8,05	6,00	0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	7,11	115,00	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	48,40	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,29	325,00	11,46	8,12	51,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	3,00	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/150	20,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				1039	104,00	1113,20	42,30	39,30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1801		2060,10	75,35	74,05	263,30

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

