

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Шестаков



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Понедельник 2-я нед.

День

25.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	4,50	6,00			
							0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	4,99	91,00			
							3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	17,00	301,60			
							12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	206,00	3,60	4,60	37,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40			
						0,00	0,00	19,40	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				960	<b>47,00</b>	927,90	28,25	25,25	130,55
Полдник (уплотненный)	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	4,90	12,00			
							0,60	0,00	2,10
	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/8/32	23,43	267,50			
							10,80	12,00	27,20
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,60	103,50			
							3,10	2,40	17,20
	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
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,20	75,00			
							0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				607	<b>38,50</b>	703,90	22,85	24,85	92,05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1567		1631,80	51,10	50,10	222,60

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СМ № 1  
 И.И. Шеняков



1-4 класс ОВЗ и многодетные

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	4,90	12,00		0,60	2,10
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,16	122,40	2,30	5,30	16,40
		239/331	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	18,91	244,00			
	2 блюдо		Картофельное пюре с маслом сливочным				13,20	12,90	18,80
		312	"Крестьянским" 72,5%	1/180	8,90	217,80	3,90	11,50	22,70
	гарнир	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
	<b>ИТОГО:</b>				930	<b>47,00</b>	930,30	28,95	32,15
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным	1/200/80	25,43	434,90	12,30	13,60	64,60
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	65,00	0,10	0,00	15,90
	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%	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				612	<b>38,50</b>	820,80	20,75	24,05	126,05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1542		1751,10	49,70	56,20	252,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СМШ № 1  
М. И. Швабко



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 2-я нед. \_\_\_\_\_ День 27.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	4,50	6,00			
							0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	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	17,52	217,50			
							14,10	18,40	15,70
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,11	166,50	5,40	0,70	34,70
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10			
						0,20	0,20	27,10	
хлеб бел.			Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
хлеб черн.			Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				859	<b>47,00</b>	887,70	34,15	26,85	141,45
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	23,43	210,30			
							6,60	9,70	24,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,60	103,50			
							3,10	2,40	17,20
	хлеб бел.			Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50
хлеб черн.			Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				520	<b>38,50</b>	634,70	18,05	22,55	87,15
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1379		1522,40	52,20	49,40	228,60

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И. И. Шарова



1-4 класс ОБЗ и многодетные

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	4,90	12,00			
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	0,60	0,00	2,10
		274/331	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	22,92	224,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	4,55	189,00	11,60	13,54	13,80
	гарнир	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	3,60	7,10	25,20
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.						4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				960	<b>47,00</b>	861,10	26,50	28,00	119,60
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущённым молоком	1/200/80	25,43	523,80			
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	67,00	24,50	19,20	63,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,30	0,10	16,40
	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
<b>ИТОГО:</b>				612	<b>38,50</b>	911,70	33,15	29,75	124,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1572		1772,80	59,65	57,75	244,55

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.А.Матвеев



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 2 я нед. День 29.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	4,50	6,00	0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	4,79	115,00	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	21,79	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,85	268,00	7,10	10,10	40,30
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	<b>ИТОГО:</b>			859	<b>47,00</b>	1056,20	38,05	41,25	130,65
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	21,86	212,40	6,80	10,10	25,60
	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 черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>			520	<b>38,50</b>	667,30	18,05	23,05	95,95	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1379		1723,50	56,10	64,30	226,60

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

