



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День 27.01.2025г.

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%	1/200/10	16,33	212,40				
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./в иног.,мультифр.)	1/200	26,00	83,40	6,80	10,10	25,60	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	1,00	0,20	19,60	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	4,30	1,65	21,25
			15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00	0,10	7,20	0,10
	фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	3,50	4,40	0,00
ИТОГО:				685	80,18	731,20	20,25	24,65	105,45	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00	
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	6,25	91,00	3,00	4,20	10,20	
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	32,38	268,00	12,80	14,30	16,80	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,20	336,00	10,60	11,50	47,80	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10	0,00	0,20	27,10	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25	
	фрукты			Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1110	80,18	1127,50	35,85	32,95	163,05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1795		1858,70	56,10	57,60	268,50	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





1-4 класс

Школа

Отд./Корп

Вторник 2-я нед.

День

28.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00
		237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	32,40	201,60	12,10	16,20	13,40
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	15,43	202,00	2,50	15,70	0,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10	0,20	0,20	27,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				767	80,18	836,10	24,25	34,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00	0,60	0,00	2,10
		96	Рассольник Ленинградский	1/250	6,32	122,40	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,55	244,00	13,20	12,90	18,80
		гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,90	191,40	3,90	11,50
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				1080	80,18	973,40	29,55	32,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1809,50	53,80	67,60	243,10

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ №

И.И. Шайенко

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





Гузев

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

29.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюд	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/200/80	14,13	416,30	27,30	25,40	69,30	
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	2,70	134,00	2,90	2,50	24,80	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25	
				Сок Фруктовый (яблочный,яблочно-виноградный,мультифрукт)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
				Биоогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	25,00	96,20	4,40	3,00	6,50
ИТОГО:										
Обед				715	80,18	1041,80	43,95	40,45	165,75	
	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,50	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	31,89	217,50	14,10	18,40	15,70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,44	217,80	6,90	7,30	25,20	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10	0,20	0,20	27,10	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(мандарины 2шт или апельсин 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:									
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1039	80,18	1008,50	36,25	34,05	146,65	
				1754		2050,30	80,20	74,50	312,40	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Шахматов

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





1-4 класс

Школа

Од/журп

Четверг 2-я нед.

День

30.01.2025г.

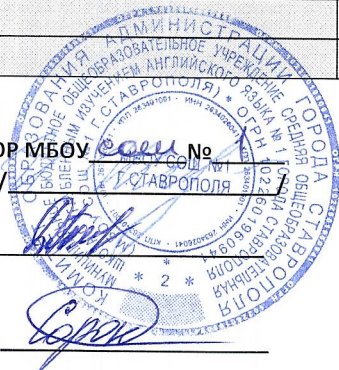
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00
	2 блюдо	295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,28	241,70	14,10	18,40	15,70
		302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,20	336,00	10,60	11,50	47,80
	гарнир								
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	4,60	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
Завтрак 2		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				862	80,18	1014,60	34,65	39,85	136,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00	0,60	0,00	2,10
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,27	102,00	1,80	5,00	12,30
		274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	31,00	224,00	11,60	13,50	13,80
	2 блюдо								
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,50	189,00	3,60	7,10	25,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				1110	80,18	930,60	27,15	28,65	134,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1972		1945,20	61,80	68,50	270,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ №1

И.И. Шакина

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





Звятина

1-4 класс

Школа

Отд. Кооп

Пятница 2-я нед.

День

31.01.2025г.

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	36,33	388,60	17,70	17,30	40,30
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	6,00	113,40	2,90	1,90	20,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00	3,50	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				762	80,18	937,40	33,05	33,55	121,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	6,89	115,00	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	32,94	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,00	325,00	11,46	8,12	51,52
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1039	80,18	1182,70	43,01	39,87	156,57
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1801		2120,10	76,06	73,42	278,02

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *Солнышко* №

И.И. Матвеева

ПОВАР-БРИГАДИР *Солнышко*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Солнышко*

