

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
 И.И. Швецова



1-4 класс

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	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	18,63	212,40				
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./в иног.,мультифр.)		1/200	23,00	83,40	6,80	10,10	25,60	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный		1/50	2,59	116,90	1,00	0,20	19,60	
	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	0,10	8,30	0,10
			15	Сыр "Российский" (порциями)		1/15	7,25	54,50			
	фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)		1/150	16,50	69,50	3,50	4,50	0,00
ИТОГО:					685	76,72	740,70	20,25	25,85	105,45	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)		1/60	5,05	6,00	0,60	0,00	1,00	
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной		1/250/10	5,49	91,00	3,00	4,20	10,20	
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом		1/90/70	29,17	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	2,59	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)		1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:					1110	76,72	1093,80	35,85	32,75	155,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:					1795		1834,50	56,10	58,60	260,80	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

*С.И.И.* № 1  
*И.И. Швецова*



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Вторник 2-я нед.

День

30.01.2024г.

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			
		237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	32,40	201,60	0,60	0,00	1,00
	2 блюдо								
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	12,70	202,00	12,10	16,20	13,40
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	4,80	111,10	2,50	15,70	0,50
							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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/150	16,50	69,50			
						0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				767	76,72	836,10	24,25	34,85	102,15
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	4,75	12,00			
		96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,16	122,40	6,00	0,00	2,10
	1 блюдо								
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,74	244,00	2,30	5,30	16,40
	гарнир		Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				13,20	12,90	18,80
		312		1/180	10,44	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)	1/150	16,50	69,50				
						0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				1080	76,72	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 СОСН № 1

И.И. Мясников



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 2-я нед. День 31.01.2024

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	24,21	416,30				
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	27,30	25,40	69,30	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	2,90	2,50	24,80	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,07	75,00	4,30	1,65	21,25	
			Биоогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70	0,10	8,30	0,10	
							4,40	3,00	6,50	
<b>ИТОГО:</b>				715	<b>76,72</b>	999,90	42,95	41,35	146,15	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	5,05	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	31,90	217,50	14,10	18,40	15,70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,40	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	2,59	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)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	<b>ИТОГО:</b>				1039	<b>76,72</b>	1008,50	36,25	34,05	146,65
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1754		2008,40	79,20	75,40	292,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 2-я нед.

День

01.02.2024г.

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
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,49	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	10,60	11,50	47,80
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,90	49,50	0,40	0,00
	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)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				862	<b>76,72</b>	1023,60	34,60	40,95	136,40
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	1/60	4,75	12,00	0,60	0,00	2,10
		1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00
	2 блюдо	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/70	30,40	224,00	11,60	13,50	13,80
		гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	189,00	3,60	7,10
	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)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				1110	<b>76,72</b>	861,10	26,50	28,00	119,60
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1972		1884,70	61,10	68,95	256,00

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



**УТВЕРЖДАЮ**  
**ДИРЕКТОР МБОУ** *Сели* **№ 1**  
*Н.И. Шелемова*



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 2-я нед. День 02.02.2024г.

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	36,83	388,60				
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	113,40	17,70	17,30	40,30	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	2,90	1,90	20,90	
	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	
			Сыр "Российский" (порциями)				0,10	8,30	0,10	
		15	Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/15	7,25	54,50	3,50	4,50	0,00	
	фрукты			1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
<b>Итого:</b>				762	<b>76,72</b>	946,90	33,05	34,75	121,45	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/60	5,05	6,00	0,60	0,00	1,00	
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	1/250	6,79	115,00	5,60	4,80	10,20	
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	29,46	343,90	16,50	24,20	14,30	
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,85	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	2,59	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)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	<b>Итого:</b>				1039	<b>76,72</b>	1113,20	42,30	39,30	141,85
	<b>Итого за день:</b>				1801		2060,10	75,35	74,05	263,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И. \_\_\_\_\_  
 ПОВАР-БРИГАДИР *Звягина Надежда Ильинична* \_\_\_\_\_  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Звягина Надежда Ильинична* \_\_\_\_\_

