

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звятина Н.И.



5-11 класс

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед.

День

30.09.2024г.

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% и сахаром	1/220/10/10	22,35	334,00				
		377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,48	49,50	6,10	10,90	52,90	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,40	0,00	11,70	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80	
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10	
ИТОГО:				567	40,00	721,90	16,30	24,60	108,70	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	7,50	10,00	0,90	0,10	1,70	
		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%	1/100/10	22,82	241,70	14,10	18,40	15,70	
		202	Макаронные изделия отварные	1/180	5,23	154,20	5,60	8,40	16,70	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40				
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
		хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,70	21,25
	ИТОГО:				940	49,00	869,90	34,50	34,50	116,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1507		1591,80	50,80	59,10	225,15	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ №1

И.И. Шляхенко

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я нед. День **01.10.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/116/10	20,00	285,80			
							13,80	24,50	2,60
	Закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	5,00	36,10			
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	1,30	1,00	6,40
	гор.напиток						3,10	2,40	17,20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80
Фрукта		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	6,63	69,50	0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				636	40,00	703,80	25,00	29,40	84,90
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	6,70	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	81	Борщ со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30
		227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	24,00	146,00	17,10	8,20	0,90
	гарнир		Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,09	189,00	3,60	7,10	25,20
		310							
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,86	114,60	0,10	0,10	27,90
	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	1,70	21,30
ИТОГО:				950	49,00	808,00	31,55	22,80	113,50
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1586		1511,80	56,55	52,20	198,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 1
И.И. Шайкина

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин





5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День 02.10.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/36/9	20,03	404,60			
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	16,40	19,30	41,30
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	3,10	2,40	17,20
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	0,10	8,30	0,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,50	4,50	0,00
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	4,00	0,50	24,20
ИТОГО:				550	40,00	846,50	29,30	35,40	102,60
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	7,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,05	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	21,61	309,50	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	7,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	гарнир	171							
	напиток	354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	4,55	122,80	0,00	0,00	31,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,70	21,30
ИТОГО:				980	49,00	1109,40	38,00	40,70	154,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1530		1955,90	67,30	76,10	256,60

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СШ №1 И.И. Шайсина

ПОВАР-БРИГАДИР Иванов

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звятина Надежда Владимировна
Индивидуальный предприниматель
ИНН 263508395198 *
ОГРНИП 3082635225000047

5-11 класс

Школа _____

Отд./корп _____

Четверг 1-я нед.

День

03.10.2024г.

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	30,26	784,30			
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	28,50	29,60	98,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	2,90	2,50	24,80
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	4,00	0,50	24,20
ИТОГО:							2,20	0,40	19,80
				580	40,00	1127,20			
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	6,70	10,50			
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	1/250	5,55	80,60	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/280	28,10	555,40	1,80	5,00	6,90
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	35,70	39,10	38,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,00	0,00	19,40
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,00	0,50	24,20
ИТОГО:							4,30	1,70	21,30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				930	49,00	969,80	46,50	46,50	111,90
				1510		2097,00	84,10	79,50	278,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № _____

И.И. Шагенов

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День **04.10.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	6,70	10,50			
	2 блюдо	289	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,25	356,60	0,70	0,20	1,70
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,48	49,50	22,00	18,20	26,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,40	0,00	11,70
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	4,00	0,50	24,20
ИТОГО:				687	40,00	625,50	29,30	19,30	83,50
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	7,50	10,00			
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	119,10	0,90	0,10	1,70
	2 блюдо	279	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	21,95	425,80	4,00	2,90	20,10
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским"72,5	1/180	6,97	191,40	17,40	20,80	18,50
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,55	103,00	3,90	11,50	22,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,70	0,30	24,40
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,00	0,50	24,20
	ИТОГО:				980	49,00	1095,20	35,20	37,80
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1667		1720,70	64,50	57,10	216,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____
И.И. Швачкина

ПОВАР-БРИГАДИР _____
[Signature]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____
Сорок

