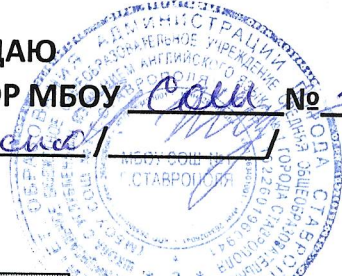


УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ Солн № 1
И.И. Шадина



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 1-я нед. День 02.10.2023г.

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%	1/220/10	19,15	334,00			
							6,10	10,90	52,90
	гор.напиток		Чай с лимоном*	1/200/7	2,48	49,50	0,40	0,00	11,70
	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
		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:				562	38,50	758,90	18,35	25,85	110,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	5,50	10,00			
							0,90	0,10	1,70
	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%	1/100/10	21,40	241,70			
							14,10	18,40	15,70
	гарнир	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				
						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	
ИТОГО:				940	47,00	869,90	34,45	34,45	116,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1502		1628,80	52,80	60,30	226,60

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И. И. Уласенко



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. 2 День 04.10.2023г.

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%	1/200/9/33	23,23	404,60	16,40	19,30	41,30	
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40	
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
	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
ИТОГО:				552	38,50	802,90	24,75	29,75	106,25	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	5,50	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	
		280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	17,19	254,30	11,90	16,10	14,20	
	гарнир			Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
		171								
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	4,55	119,20	0,10	0,10	25,10	
	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
ИТОГО:				980	47,00	1050,60	33,45	32,65	147,55	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1532		1853,50	58,20	62,40	253,80	

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Уласенко



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 1-я нед. День 05.10.2023г.

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	27,06	784,30	28,50	29,60	98,10
	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 чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				600	38,50	1164,20	39,65	34,25	168,35
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	4,70	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	1/250	5,55	80,60	1,80	5,00	6,90
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/280	26,68	555,40	35,70	39,10	38,40
	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
ИТОГО:				930	47,00	969,80	46,45	46,45	111,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1530		2134,00	86,10	80,70	280,20

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ Сам **№ 1**
И.И. Шелякина / СТАВРОПОЛЬ



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 06.10.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	4,70	10,50	0,70	0,20	1,70	
	2 блюдо	289	Рагу из мяса птицы	1/100/300	24,38	356,60	22,00	18,20	26,10	
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,15	103,00	0,70	0,30	24,40	
		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
	ИТОГО:			700	38,50	716,00	31,65	20,85	97,65	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	5,50	10,00	0,90	0,10	1,70	
	1 блюдо	111	Суп с макаронными изделиями	1/250	4,18	117,00	3,90	2,80	19,00	
		278	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	21,53	425,80	17,40	20,80	18,50	
	гарнир	128	Картофельное пюре	1/180	5,97	141,00	3,10	5,40	20,30	
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,55	114,60	0,10	0,10	27,90	
	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	
	ИТОГО:			980	47,00	1054,30	33,65	31,35	132,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1680		1770,30	65,30	52,20	230,50	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

