

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Шакина



5-11 класс (для детей участников СВО)

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

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	19,79	252,60	5,70	6,80	41,70
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	30,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	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	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				695	88,66	780,90	19,15	22,55	121,55
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	5,50	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35,85	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	246,60	6,90	7,30	25,20
	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 или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1110	88,66	1136,00	37,95	39,75	138,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1805		1916,90	57,10	62,30	260,00

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И.Шаренко



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я нед. День 03.10.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	38,59	285,80	13,80	24,50	2,60	
			Икра кабачковая консервированная	1/100	12,80	45,20	1,30	1,00	6,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	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 чёрн.		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	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:				708	88,66	824,90	27,15	38,95	86,45
	Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	4,70	12,00	0,10	0,10	1,90
1 блюдо		82	Борщ с капустой и картофелем 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	35,45	146,00	17,10	8,20	0,90	
гарнир		310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,88	189,00	3,60	7,10	25,20	
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 или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				1120	88,66	852,60	32,15	23,45	121,25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1828		1677,50	59,30	62,40	207,70	

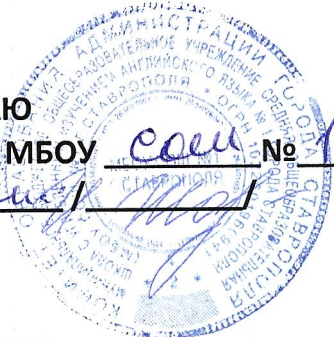
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Шляхун



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. 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%	1/220/36/9	38,64	172,80	4,60	7,70	23,20
		350	Кисель из плодов или ягод свежих(свежемороженных)	1/200	4,55	110,20	0,10	0,00	26,90
	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%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
			Биоогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70	4,40	3,00	6,50
	ИТОГО:			700	88,66	732,60	17,45	21,15	102,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	5,50	12,00	0,10	0,10	1,90
	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	1/100/60	35,85	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	354	Кисель из яблок сушеных	1/200	4,55	110,20	0,10	0,00	26,90
	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
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:			1160	88,66	1202,70	37,85	41,25	164,35
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1860		1935,30	55,30	62,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
Н.И. Шорова



5-11 класс (для детей участников СВО)

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	43,62	732,00	29,20	27,60	91,60
	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 чёрн.		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
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				775	88,66	1310,90	44,55	45,65	176,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	4,70	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	4,58	83,20	2,00	6,10	7,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/300	47,31	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	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 или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1100	88,66	942,00	36,35	23,75	143,15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1875		2252,90	80,90	69,40	319,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Шахенов



5-11 класс (для детей участников СВО)

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	12,00	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/100/300	48,89	374,10	25,30	20,10	27,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	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
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				882	88,66	826,00	34,75	31,25	100,95
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	5,50	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	37,95	224,00	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	8,90	217,80	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 или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1105	88,66	976,50	29,15	31,05	139,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1987		1802,50	63,90	62,30	240,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

