

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
М.И. Мещеряков



Школа

5-11 класс (для детей участников СВО)

Отд./корп

Понедельник 1-я нед. День

18.12.2023

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				
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	30,00	83,40	5,70	6,80	41,70	
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	1,00	0,20	19,60	
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25	
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	6,40	54,50	0,10	8,30	0,10	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	3,50	4,50	0,00	
							0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				695	88,66	780,90	19,15	22,55	121,55	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	5,50	16,30	0,90	0,20	3,10	
		102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50	
	1 блюдо		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35,85	343,90	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо			Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	246,60	6,90	7,30	25,20
	гарнир	309	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40	
	напиток	349	Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25	
	хлеб черн.		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,60	0,60	14,70	
	фрукты									
	ИТОГО:				1110	88,66	1140,30	38,75	39,85	139,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1805		1921,20	57,90	62,40	261,20	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Маркина

№ 1



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Вторник 1-я нед.

День

19.12.2023г.

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			
			Икра кабачковая консервированная	1/100	12,80	45,20	13,80	24,50	2,60
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	1,30	1,00	6,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,10	2,40	17,20
	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	5,20	75,00	4,30	1,65	21,25
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	22,00	69,50	0,10	8,30	0,10
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				708	88,66	824,90	27,15	38,95	86,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00	0,90	0,10	1,70
			Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35,45	146,00	17,10	8,20	0,90
			Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,88	189,00	3,60	7,10	25,20
	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	850,60	32,95	23,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1828		1675,50	60,10	62,40	207,50

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

М.Н. Швац



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День 20.12.2023г.

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	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	5,50	16,30	0,90	0,20	3,10
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,05	85,20	1,70	2,70	13,30
	2 блюдо	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	1207,00	38,65	41,35	165,55
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1860		1939,60	56,10	62,50	267,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 1



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 1-я нед. День 21.12.2023г.

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	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00	0,90	0,10	1,70
	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	940,00	37,15	23,75	142,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1875		2250,90	81,70	69,40	319,60

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

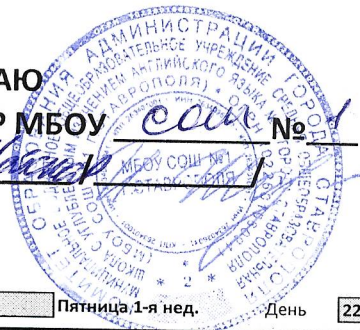
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

Н.Н. Мещеряков

№ 001



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Пятница, 1-я нед.

День

22.12.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	4,70	10,00	0,90	0,10	1,70
	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	824,00	35,55	31,25	100,75
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	5,50	16,30	0,90	0,20	3,10
	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	980,80	29,95	31,15	140,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1987		1804,80	65,50	62,40	241,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

