



### 5-11 класс

Школа

Отд./корп

Понедельник 2-я нед.

День

05.05.2025г.

| Прием пищи     | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                                                   | Выход, г    | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------|-------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак        | гор.блюдо   | 173    | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сахаром | 1/220/10/10 | 34,20 | 348,30       |       |       |          |
|                |             |        |                                                                                         |             |       |              | 9,90  | 14,70 | 44,00    |
|                | хлеб бел.   |        | Хлеб Пшеничный                                                                          | 1/50        | 2,85  | 116,90       | 4,00  | 0,50  | 24,20    |
|                | хлеб чёрн.  |        | Хлеб Ржаной                                                                             | 1/30        | 2,95  | 92,00        | 2,20  | 0,40  | 19,80    |
|                |             | 15     | Сыр "Российский"                                                                        | 1/15        | 11,00 | 54,50        | 3,50  | 4,50  | 0,00     |
|                |             | 14     | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%                                                    | 1/10        | 10,50 | 75,00        | 0,10  | 8,30  | 0,10     |
|                | гор.напиток | 379    | Кофейный напиток с молоком                                                              | 1/200       | 8,50  | 103,50       | 3,10  | 2,40  | 17,20    |
|                |             |        |                                                                                         |             |       |              |       |       |          |
| ИТОГО:         |             |        |                                                                                         | 545         | 70,00 | 790,20       | 22,80 | 30,80 | 105,30   |
| Обед           | закуска     | 71     | Овощи натуральные свежие(огурцы)                                                        | 1/100       | 13,50 | 10,50        |       |       |          |
|                |             |        |                                                                                         |             |       |              | 0,70  | 0,20  | 1,70     |
|                | 1 блюдо     | 99     | Суп из овощей со сметаной                                                               | 1/250/10    | 9,90  | 91,00        | 3,00  | 4,20  | 10,20    |
|                | 2 блюдо     | 274    | Зразы рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%                | 1/100/5     | 49,60 | 202,60       |       |       |          |
|                |             |        |                                                                                         |             |       |              | 11,60 | 13,50 | 13,80    |
|                | гарнир      | 171    | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%                      | 1/180       | 13,20 | 336,00       | 10,60 | 11,50 | 47,80    |
|                | напиток     | 342    | Компот из свежих яблок                                                                  | 1/200       | 6,00  | 114,60       | 0,10  | 0,10  | 27,90    |
|                | хлеб бел.   |        | Хлеб Пшеничный                                                                          | 1/50        | 2,85  | 116,90       | 4,00  | 0,50  | 24,20    |
|                | хлеб черн.  |        | Хлеб Ржаной                                                                             | 1/50        | 2,95  | 129,00       | 4,30  | 1,70  | 21,30    |
|                |             |        |                                                                                         |             |       |              |       |       |          |
| ИТОГО:         |             |        |                                                                                         | 945         | 98,00 | 1000,60      | 34,30 | 31,70 | 146,90   |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |             |        |                                                                                         | 1490        |       | 1790,80      | 57,10 | 62,50 | 252,20   |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Мотехал

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



# 5-11 класс

Школа

Отд./корп

Вторник 2-я нед.

День

06.05.2025г.

| Прием пищи     | Раздел     | № рец. | Блюдо                                                                     | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------|------------|--------|---------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак        | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие(огурцы)                                          | 1/100    | 13,50 | 10,50        | 0,70  | 0,20  | 1,70     |
|                | 2 блюдо    | 237    | Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/100/8  | 29,80 | 252,50       | 10,40 | 16,50 | 15,50    |
|                | гарнир     | 128    | Картофельное пюре                                                         | 1/180    | 12,40 | 141,00       | 3,10  | 5,40  | 20,30    |
|                | напиток    | 379    | Кофейный напиток с молоком                                                | 1/200    | 8,50  | 103,50       | 3,10  | 2,40  | 17,20    |
|                | хлеб бел.  |        | Хлеб Пшеничный                                                            | 1/50     | 2,85  | 116,90       | 4,00  | 0,50  | 24,20    |
|                | хлеб черн. |        | Хлеб Ржаной                                                               | 1/30     | 2,95  | 92,00        | 2,20  | 0,40  | 19,80    |
|                |            |        |                                                                           |          |       |              |       |       |          |
| ИТОГО:         |            |        |                                                                           | 688      | 70,00 | 716,40       | 23,50 | 25,40 | 98,70    |
| Обед           | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие(помидоры)                                        | 1/100    | 12,50 | 10,00        | 0,90  | 0,10  | 1,70     |
|                | 1 блюдо    | 96     | Рассольник Ленинградский                                                  | 1/250    | 10,80 | 122,40       | 2,30  | 5,30  | 16,40    |
|                | 2 блюдо    | 280    | Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе                       | 1/100/50 | 46,60 | 254,30       | 11,90 | 16,10 | 14,20    |
|                | гарнир     | 305    | Рис припущенный                                                           | 1/180    | 15,30 | 212,30       | 4,30  | 5,10  | 39,20    |
|                | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов                                               | 1/200    | 7,00  | 77,40        | 0,00  | 0,00  | 19,40    |
|                | хлеб бел.  |        | Хлеб Пшеничный                                                            | 1/50     | 2,85  | 116,90       | 4,00  | 0,50  | 24,20    |
|                | хлеб черн. |        | Хлеб Ржаной                                                               | 1/50     | 2,95  | 129,00       | 4,30  | 1,70  | 21,30    |
| ИТОГО:         |            |        |                                                                           | 980      | 98,00 | 922,30       | 27,70 | 28,80 | 136,40   |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |            |        |                                                                           | 1648     |       | 1638,70      | 51,20 | 54,20 | 235,10   |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





## 5-11 класс

| Школа          |             |        |                                                    | Отд./корп | Среда 2-я нед. |              | День  |       | 07.05.2025г. |
|----------------|-------------|--------|----------------------------------------------------|-----------|----------------|--------------|-------|-------|--------------|
| Прием пищи     | Раздел      | № рец. | Блюдо                                              | Выход, г  | Цена           | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы     |
| Завтрак        | гор.блюдо   | 222    | Пудинг из творога (запеченый) со сгущенным молоком | 1/220/80  | 45,70          | 416,30       | 27,30 | 25,40 | 69,30        |
|                | гор.напиток | 382    | Какао с молоком                                    | 1/200     | 8,00           | 134,00       | 2,90  | 2,50  | 24,80        |
|                | хлеб бел.   |        | Хлеб Пшеничный                                     | 1/50      | 2,85           | 116,90       | 4,00  | 0,50  | 24,20        |
|                | хлеб чёрн.  |        | Хлеб Ржаной                                        | 1/30      | 2,95           | 92,00        | 2,20  | 0,40  | 19,80        |
|                |             |        | Масло сливочное                                    |           |                |              |       |       |              |
|                |             | 14     | "Крестьянское" 72,5%                               | 1/10      | 10,50          | 75,00        | 0,10  | 8,30  | 0,10         |
| ИТОГО:         |             |        |                                                    | 590       | 70,00          | 834,20       | 36,50 | 37,10 | 138,20       |
| Обед           | закуска     | 71     | Овощи натуральные свежие(огурцы)                   | 1/100     | 13,50          | 10,50        | 0,70  | 0,20  | 1,70         |
|                | 1 блюдо     | 102    | Суп картофельный с бобовыми                        | 1/250     | 9,70           | 140,70       | 5,60  | 5,40  | 17,50        |
|                | 2 блюдо     | 290    | Птица(окрокча) тушеные в соусе сметанном           | 1/100/50  | 51,56          | 429,80       | 26,60 | 32,10 | 4,20         |
|                | гарнир      | 202    | Макаронные изделия отварные                        | 1/180     | 11,44          | 176,80       | 7,50  | 0,90  | 36,80        |
|                | напиток     | 342    | Компот из свежих яблок                             | 1/200     | 6,00           | 114,60       | 0,10  | 0,10  | 27,90        |
|                | хлеб бел.   |        | Хлеб Пшеничный                                     | 1/50      | 2,85           | 116,90       | 4,00  | 0,50  | 24,20        |
|                | хлеб черн.  |        | Хлеб Ржаной                                        | 1/50      | 2,95           | 129,00       | 4,30  | 1,70  | 21,30        |
|                |             |        |                                                    |           |                |              |       |       |              |
| ИТОГО:         |             |        |                                                    | 980       | 98,00          | 1118,30      | 48,80 | 40,90 | 133,60       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |             |        |                                                    | 1570      |                | 1952,50      | 85,30 | 78,00 | 271,80       |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ №

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

