

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Швабел / И.И. Швабел



1-4 класс

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%	1/200/10	26,25	212,40	6,80	10,10	25,60
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./в иног.,мультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,40	54,00	3,50	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				685	90,00	731,20	20,25	24,65	105,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	7,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	33,92	268,00	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,80	111,10	0,00	0,20	27,10
	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	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт)	1/150	20,00	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1110	90,00	1131,10	35,85	33,05	163,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1795		1862,30	56,10	57,70	269,00

ИП ЗВЯГИНА И.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ *Сам* № *1*

И.И. Шаян / *Ильична*



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День 10.09.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60			
							0,60	0,10	1,50
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	36,42	201,60			
							12,10	16,20	13,40
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	15,93	202,00	2,50	15,70	0,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,80	111,10			
							0,20	0,20	27,10
	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	1,65	21,25	
Фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт)	1/150	20,00	69,50			
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				767	90,00	839,70	24,25	34,95	102,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	8,90	14,00			
							0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	6,16	122,40			
							2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	33,83	244,00			
							13,20	12,90	18,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	12,90	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	6,86	88,20			
						0,70	0,30	20,80	
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	1,65	21,25	
Фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50			
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1080	90,00	975,40	29,65	32,85	141,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1815,10	53,90	67,80	243,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 1
И.И.Маяков



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я нед. День 11.09.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/200/80	19,00	416,30	27,30	25,40	69,30
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	3,15	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
			Сок Фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10
			Биоогурт фруктовый(ябл., персик, абрик., банан) в инд упак.	1/125	30,00	96,20	4,40	3,00	6,50
ИТОГО:									
Обед				715	90,00	1041,80	43,95	40,45	165,75
	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,60	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	36,31	217,50	14,10	18,40	15,70
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,44	217,80	6,90	7,30	25,20
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	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	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт)	1/150	20,00	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:								
Всего за день:				1039	90,00	1012,10	36,25	34,15	147,15
				1754		2053,90	80,20	74,60	312,90

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Мещеряков

№ _____



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 2-я нед. День: 12.09.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60	0,60	0,10	1,50	
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/90/50	34,11	241,70	14,10	18,40	15,70	
	2 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80	
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	5,60	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25	
	гарнир	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10	
		ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт)	1/150	20,00	69,50	0,60	0,60	14,70
	Итого:				862	90,00	1018,20	34,65	39,95	136,95
	Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	8,90	14,00	0,70	0,10	2,20
82			Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,60	102,00	1,80	5,00	12,30	
1 блюдо		274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	34,74	224,00	11,60	13,50	13,80	
		2 блюдо	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	11,55	189,00	3,60	7,10	25,20
напиток			388	Напиток из плодов шиповника	1/200	6,86	88,20	0,70	0,30	20,80
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	1,65	21,25	
ФРУКТЫ			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
Итого:				1110	90,00	932,60	27,25	28,75	134,45	
Итого за день:				1972		1950,80	61,90	68,70	271,40	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шляева / _____ /

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 2-я нед. День 13.09.2024г.

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/200/7/80	43,65	388,60			
							17,70	17,30	40,30
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	113,40			
							2,90	1,90	20,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90			
							3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00			
							4,30	1,65	21,25
Зачёт		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00			
							0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,40	54,00			
							3,50	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50			
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				762	90,00	937,40	33,05	33,55	121,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60			
							0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	6,79	115,00			
							5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	36,76	343,90			
							16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,80	325,00			
							11,46	8,12	51,52
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,80	77,40			
							0,00	0,00	19,40
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	1,65	21,25	
фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт)	1/150	20,00	69,50				
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1039	90,00	1186,30	43,01	39,97	157,07
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1801		2123,70	76,06	73,52	278,52

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

