

**УТВЕРЖДАЮ**  
**ДИРЕКТОР МБОУ** *Сидель А.В.* **№ 16**



**1-4 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. \_\_\_\_\_ День \_\_\_\_\_ 03.04.2024г.

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%	1/197/8/32	25,83	165,40	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	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,84	75,00	0,10	8,30	0,10	
			Биойогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70	4,40	3,00	6,50	
	<b>ИТОГО:</b>				665	<b>76,72</b>	725,20	17,45	21,15	102,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	7,00	14,00	0,70	0,10	2,20	
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,82	85,20	1,70	2,70	13,30	
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,90	309,50	16,50	24,20	14,30	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,20	336,00	10,60	11,50	47,80	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	<b>ИТОГО:</b>				1080	<b>76,72</b>	1137,50	38,35	41,25	157,15
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1745		1862,70	55,80	62,40	259,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И. *Звягина Н.И.*

ПОВАР-БРИГАДИР *Ильинична*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сидель А.В.*





УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13

*Киселев А. В.*



1-4 класс ОБЗ и многолетние

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День 03.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,00	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,72	85,20	1,70	2,70	13,30
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19,79	309,50	16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	354	Кисель из яблок сушеных	1/200	4,55	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				900	<b>49,00</b>	1068,00	37,75	40,65	142,45
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	1/200/10	25,70	256,70	8,00	10,20	33,20
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,60	103,50	3,10	2,40	17,20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				520	<b>40,00</b>	681,10	19,45	23,05	95,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1420		1749,10	57,20	63,70	238,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ № 4  
Киселёв А.В.



5-11 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День 03.04.2024г.

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	<b>25,00</b>	404,60				
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>4,80</b>	77,40	16,40	19,30	41,30	
	напиток	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	<b>5,70</b>	75,00	0,10	8,30	0,10	
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,00</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
		хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,50</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>			552	<b>40,00</b>	802,90	24,75	29,75	106,25		
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	<b>5,00</b>	10,00	0,90	0,10	1,70	
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	<b>4,05</b>	85,20	1,70	2,70	13,30	
		280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	<b>20,46</b>	254,30	11,90	16,10	14,20	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	<b>10,44</b>	336,00	10,60	11,50	47,80	
		напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	<b>4,55</b>	119,20	0,10	0,10	25,10
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,00</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,50</b>	129,00	4,30	1,65	21,25	
	<b>ИТОГО:</b>			980	<b>49,00</b>	1050,60	33,45	32,65	147,55	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1532		1853,50	58,20	62,40	253,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И. Звятина Надежда Викторовна

ПОВАР-БРИГАДИР Звятина Надежда Викторовна

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Звятина Надежда Викторовна





УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ № 16

*Киселев А.В.*



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День 03.04.2024г.

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	35,14	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	8,70	75,00	0,10	8,30	0,10
			Биойогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	35,00	128,70	4,40	3,00	6,50
	<b>ИТОГО:</b>				700	<b>88,66</b>	732,60	17,45	21,15
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	8,00	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	5,05	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		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,44	336,00	10,60	11,50	47,80
		302							
	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	18,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				1160	<b>88,66</b>	1202,70	37,85	41,25	164,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1860		1935,30	55,30	62,40	266,50

ИП ЗВЯГИНА Н.И. \_\_\_\_\_

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_

