

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ № 13



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 1-я нед. День 03.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60	0,60	0,10	1,50
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/90/270	38,78	320,60	20,60	16,50	23,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,90	49,50	0,40	0,00	11,70
	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				812	<b>76,72</b>	770,10	30,55	27,65	96,55
Обед	закуска	71	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	7,00	14,00	0,70	0,10	2,20
	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 рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	31,04	202,60	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,50	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,00	88,20	0,70	0,30	20,80
	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 или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				1035	<b>76,72</b>	930,70	29,75	31,05	139,75
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1847		1700,80	60,30	58,70	236,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



Звягина Надежда  
ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Пятница 1-я нед.

День

03.05.2024г.

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	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,85	119,10			
							4,00	2,90	20,10
		274	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	20,89	202,60			
	2 блюдо						11,60	13,50	13,80
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,90	217,80	3,90	11,50	22,70
	гарнир	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20			
							0,70	0,30	20,80
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	
ИТОГО:				855	49,00	887,60	29,15	30,45	125,05
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	218	Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным	1/200/40	27,70	384,70			
							25,70	13,80	39,30
	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	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,20	75,00				
ИТОГО:				572	40,00	755,10	0,10	8,30	0,10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1427		1642,70	63,60	54,70	221,60

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ



5-11 класс

Школа				Отд./корп	Пятница 1-я нед.		День		03.05.2024г.
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50			
	2 блюдо	289	Рагу из мяса птицы	1/100/300	25,88	356,60	22,00	18,20	26,10
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,15	103,00			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	0,70	0,30	24,40
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	3,95	0,50	24,20
							4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				700	<b>40,00</b>	716,00	31,65	20,85	97,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	5,00	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	111	Суп с макаронными изделиями	1/250	4,18	117,00	3,90	2,80	19,00
	2 блюдо	278	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	24,30	425,80	17,40	20,80	18,50
	гарнир	128	Картофельное пюре	1/180	6,47	141,00	3,10	5,40	20,30
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,55	114,60	0,10	0,10	27,90
	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>				980	<b>49,00</b>	1054,30	33,65	31,35	132,85
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1680		1770,30	65,30	52,20	230,50

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Пятница 1-я нед.

День

03.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8,20	12,00	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/100/300	45,39	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	8,70	75,00	0,10	8,30	0,10
	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>				882	<b>88,66</b>	826,00	34,75	31,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	8,00	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	5,18	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	18,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	<b>ИТОГО:</b>				1105	<b>88,66</b>	976,50	29,15	31,05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1987		1802,50	63,90	62,30	240,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

