



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День 13.01.2025г.

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%	1/200/10	16,33	212,40			
							6,80	10,10	25,60
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,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	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	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	80,18	731,20	20,25	24,65	105,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	6,25	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	32,38	268,00	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,20	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	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 или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				1110	80,18	1127,50	35,85	32,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1795		1858,70	56,10	57,60	268,50

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № \_\_\_\_\_

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_





1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День 13.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	5,55	6,00	6,00	0,00	1,00
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	4,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19,37	301,60	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	206,00	3,60	4,60	37,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	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
	<b>ИТОГО:</b>				960	<b>49,00</b>	927,90	33,65	25,25
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/32/8	24,95	267,50	10,80	12,00	27,20
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	5,00	103,50	3,10	2,40	17,20
	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
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				607	<b>40,00</b>	691,90	22,25	24,85	89,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1567		1619,80	55,90	50,10	220,50

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ \_\_\_\_\_ № 13

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_





**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День **13.01.2025г.**

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	<b>20,03</b>	348,30			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	<b>1,68</b>	92,00	2,20	0,40	19,80
		15	Сыр "Российский"	1/15	<b>6,40</b>	54,50	3,50	4,50	0,00
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	<b>5,20</b>	75,00	0,10	8,30	0,10
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	<b>4,80</b>	103,50	3,10	2,40	17,20
	<b>ИТОГО:</b>				545	<b>40,00</b>	790,20	22,80	30,80
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	<b>7,00</b>	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	<b>4,69</b>	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	<b>21,16</b>	202,60			
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	<b>7,44</b>	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	<b>4,86</b>	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	4,30	1,70	21,30
	<b>ИТОГО:</b>				945	<b>49,00</b>	1000,30	34,40	31,70
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1490		1790,50	57,20	62,50	252,00

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Школа № 13

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок





5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День 13.01.2025г.

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%	1/220/10	26,31	212,40	6,80	10,10	25,60
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног., мультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,25	1,65	21,25
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	3,48	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				695	<b>88,66</b>	718,60	19,98	24,45	102,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	7,37	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	35,20	301,60	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	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	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				1172	<b>88,66</b>	1118,50	35,80	32,75	152,85
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1867		1837,10	55,78	57,20	255,30

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ \_\_\_\_\_ № 13

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_