

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ День **16.04.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	31,28	285,80			
							13,80	24,50	2,60
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	12,60	36,10	1,30	1,00	6,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/180	5,00	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 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
ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
<b>ИТОГО:</b>				668	<b>76,72</b>	815,80	27,15	38,95	86,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	7,20	9,60	0,60	0,10	1,50
							1,80	5,00	12,30
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,37	102,00			
							15,30	8,20	0,90
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	28,65	131,40			
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,50	189,00	3,60	7,10	25,20
	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 чёрн.		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>				1049	<b>76,72</b>	835,60	30,85	23,45	120,85
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1717		1651,40	58,00	62,40	207,30

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

*Ильинская А.В.*



1-4 класс ОБЗ и многолетние

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	5,27	9,60		0,60	1,50
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	23,32	146,00	17,10	8,20	0,90
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,55	189,00	3,60	7,10	25,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	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>				899	<b>49,00</b>	780,70	32,05	22,85	106,15
Полдник (уплотнённый)	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,00	14,00	0,70	0,10	2,20
	2 блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/8/32	22,70	267,50	10,80	12,00	27,20
	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	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				629	<b>40,00</b>	651,90	20,25	22,55	86,65
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1528		1432,60	52,30	45,40	192,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа			Отд./корп			Вторник 1-я нед.	День		16.04.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	38,59	285,80				
							13,80	24,50	2,60	
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/100	12,80	45,20	1,30	1,00	6,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	3,10	2,40	17,20	
	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>				708	<b>88,66</b>	824,90	27,15	38,95	86,45	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8,20	12,00	0,10	0,10	1,90	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30	
		227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35,45	146,00				
	2 блюдо						17,10	8,20	0,90	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,88	189,00	3,60	7,10	25,20	
	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>				1120	<b>88,66</b>	852,60	32,15	23,45	121,25	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1828		1677,50	59,30	62,40	207,70	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ № 13



5-11 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 1-я нед. День 16.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	25,70	285,80			
							13,80	24,50	2,60
	Закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	5,00	36,10	1,30	1,00	6,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	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 чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				528	<b>40,00</b>	671,30	26,45	30,05	71,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	81	Борщ со сметаной	1/250/10	3,50	102,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	25,12	146,00	17,10	8,20	0,90
	гарнир	126	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,55	189,00	3,60	7,10	25,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	0,70	0,30	20,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	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>				959	<b>49,00</b>	781,60	32,15	22,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1487		1452,90	58,60	53,00	178,00

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

