



Звягина

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 18.04.2025г.

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	39,53	320,60	20,60	16,50	23,10	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	4,60	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	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00		0,10	7,20	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				812	80,18	761,10	30,55	26,55	96,55	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	6,20	14,00	0,70	0,10	2,20	
	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 рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	31,69	202,60	11,60	13,50	13,80	
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,90	191,40	3,90	11,50	22,70	
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	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	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:				1035	80,18	930,70	29,75	31,05	139,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1691,80	60,30	57,60	236,30	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 18.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	11,50	14,00			
							0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	8,35	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	45,15	202,60			
							11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	18,40	217,80	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	8,80	88,20	0,70	0,30	20,80
хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20	
хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,65	21,25	
ИТОГО:				855	98,00	887,60	29,15	30,45	125,05
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	218	Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным	1/200/40	38,70	384,70			
							25,70	13,80	39,30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	8,00	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	10,50	75,00			
							0,10	8,30	0,10
ИТОГО:				572	63,00	839,60	36,95	26,75	109,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1427		1727,20	66,10	57,20	234,70

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № 19

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звягина Н.И. / Звягина

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 18.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	13,50	10,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	289	Рагу из мяса птицы	1/100/300	44,40	356,60	22,00	18,20	26,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	6,30	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	2,95	92,00	2,20	0,40	19,80
	ИТОГО:				687	70,00	625,50	29,30	19,30
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	12,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	8,35	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	279	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	44,15	425,80	17,40	20,80	18,50
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским"72,5	1/180	18,40	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	8,80	103,00	0,70	0,30	24,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,85	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,95	129,00	4,30	1,70	21,30
	ИТОГО:				980	98,00	1095,20	35,20	37,80
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1667		1720,70	64,50	57,10	216,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 18.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	11,20	12,00	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/100/300	41,31	374,10	25,30	20,10	27,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	6,30	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
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	9,50	75,00			
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				882	88,66	826,00	34,75	31,25	100,95
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	10,20	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	6,55	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	274	Зразы рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	32,80	224,00	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,90	217,80	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	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:				1105	88,66	976,50	29,15	31,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1987		1802,50	63,90	62,30	240,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 13

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____