



Зубов

1-4 класс

Отдел № 263508395

Вторник 1-я нед.

День 21.01.2025г.

Школа

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	31,53	285,80	13,80	24,50	2,60
			Икра кабачковая консервированная	1/80	12,80	36,10	1,30	1,00	6,40
	закуска	379	Кофейный напиток с молоком	1/180	6,00	103,50	3,10	2,40	17,20
	гор.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	4,30	1,65	21,25
	хлеб чёрн.	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:			688	80,18	806,80	27,15	37,85	86,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,27	102,00	1,80	5,00	12,30
		227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	29,95	131,40	15,30	8,20	0,90
	2 блюдо		Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,50	189,00	3,60	7,10	25,20
		гарнир	310	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	88,20	0,70	0,30
	напиток	388	Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ФРУКТЫ								
	ИТОГО:			1049	80,18	832,00	30,85	23,35	120,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1737		1638,80	58,00	61,20	206,80	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *Иванов* № 13

ПОВАР-БРИГАДИР *Сорокин*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорокин*





Звятина

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Отд./корп

Вторник 1-я нед.

День

21.01.2025г.

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	5,55	6,00	0,60	0,00	1,00		
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,87	102,00	1,80	5,00	12,30		
1 блюдо		227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	23,32	146,00	17,10	8,20	0,90		
		310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,55	189,00	3,60	7,10	25,20		
		388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	0,70	0,30	20,80		
			Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20		
			Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25		
			ИТОГО:			899	49,00	777,10	32,05	22,75	105,65
		Полдник (уплотнённый)	закуска	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	1/60	5,65	12,00	0,60	0,00	2,10
2 блюдо	291			Плов из птицы	1/90/270	21,70	454,00	25,40	14,80	54,70	
гор.напиток	377			Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	49,50	0,40	0,00	11,70	
	Хлеб Пшеничный			1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20		
	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	
ИТОГО:				655	40,00	836,40	34,75	25,25	114,05		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1554		1613,50	66,80	48,00	219,70		

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№ 43

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





Звятина Е.И.

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я нед. День **21.01.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/116/10	20,00	285,80			
							13,80	24,50	2,60
	Закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	5,00	36,10	1,30	1,00	6,40
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	3,10	2,40	17,20
	гор.напиток								
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80
	Фрукта		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	6,63	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				636	40,00	703,80	25,00	29,40	84,90
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	7,00	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	81	Борщ 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%	1/100/10	23,70	146,00	17,10	8,20
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,09	189,00	3,60	7,10	25,20
		напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,86	114,60	0,10	0,10
	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	1,70	21,30
	ИТОГО:				950	49,00	808,00	31,65	22,80
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1586		1511,80	56,65	52,20	198,20

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Светловодский № 13

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок



Звятина

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я нед. День **21.01.2025г.**

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	37,91	285,80	13,80	24,50	2,60
			Икра кабачковая консервированная	1/100	12,80	45,20	1,30	1,00	6,40
	закуска	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	103,50	3,10	2,40	17,20
	гор.напиток						3,10	2,40	17,20
	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	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				708	88,66	802,80	26,95	37,65	83,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,50	102,00	1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	32,90	146,00	17,10	8,20	0,90
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,55	189,00	3,60	7,10	25,20
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	6,86	573,00	0,80	0,80	139,40
	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
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				1120	88,66	1322,50	32,75	23,85	236,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1828		2125,30	59,70	61,50	319,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 13

 ПОВАР-БРИГАДИР

 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

