



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

21.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным	1/200/80	44,55	732,00	29,20	27,60	91,60
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	7,70	134,00	2,90	2,50	24,80
	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
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,40	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:				755	90,00	1301,40	44,55	44,45	176,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	7,55	83,20	2,00	6,10	7,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	47,30	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,80	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1030	90,00	939,60	36,85	23,75	142,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1785		2241,00	81,40	68,20	319,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День **21.11.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	<b>5,55</b>	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	<b>5,92</b>	83,20	2,00	6,10	7,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	<b>28,88</b>	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>4,80</b>	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				<b>880</b>	<b>49,00</b>	<b>870,10</b>	<b>36,25</b>	<b>23,15</b>	<b>128,05</b>
Полдник (уплотнённый)	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	<b>5,65</b>	14,00	0,70	0,10	2,20
	гор.блюдо	213	Омлет с жареным картофелем и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180/10	<b>19,30</b>	420,00	12,60	32,40	18,80
	напиток	379	Кофейный напиток с маслом	1/200	<b>5,00</b>	103,50	3,10	2,40	17,20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	<b>6,20</b>	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				<b>560</b>	<b>40,00</b>	<b>858,40</b>	<b>24,75</b>	<b>45,35</b>	<b>83,75</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				<b>1440</b>		<b>1728,50</b>	<b>61,00</b>	<b>68,50</b>	<b>211,80</b>

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Соч № 13

ПОВАР-БРИГАДИР Ильинична

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



**5-11 класс**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День **21.11.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным	1/220/80	<b>30,26</b>	784,30	28,50	29,60	98,10
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	<b>6,17</b>	134,00	2,90	2,50	24,80
	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
<b>ИТОГО:</b>				580	<b>40,00</b>	1127,20	37,60	33,00	166,90
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	<b>6,70</b>	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	1/250	<b>5,55</b>	80,60	1,80	5,00	6,90
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/280	<b>28,10</b>	555,40	35,70	39,10	38,40
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>4,80</b>	77,40	0,00	0,00	19,40
	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>				930	<b>49,00</b>	969,80	46,50	46,50	111,90
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1510		2097,00	84,10	79,50	278,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 13

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_





5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День 21.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным	1/220/80	44,61	732,00	29,20	27,60	91,60
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	7,70	134,00	2,90	2,50	24,80
	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	75,00	0,10	8,30	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	3,50	4,50	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				775	<b>88,66</b>	1310,90	44,55	45,65	176,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	6,58	83,20	2,00	6,10	7,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/300	45,93	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	5,80	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				1100	<b>88,66</b>	942,00	36,35	23,75	143,15
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1875		2252,90	80,90	69,40	319,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Соч № 13

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_