

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День 22.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/8/32	16,83	165,40	4,60	7,70	23,20
			Сок фруктовый(яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	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	4,30	1,65	21,25
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
	14		Биоогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	25,00	96,20	4,40	3,00	6,50
ИТОГО:				672	80,18	656,90	18,35	20,25	94,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00	0,60	0,00	2,10
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	6,14	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	33,29	309,50	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,20	336,00	10,60	11,50	47,80
		302	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	5,00	77,40	0,00	0,00	19,40
	напиток	354	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(мандарины 2шт или апельсин 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	фрукты								
	ИТОГО:				1080	80,18	1135,50	38,25	41,15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1752		1792,40	56,60	61,40	251,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № 13

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





Звезда

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День **22.01.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	1/60	5,65	12,00	0,60	0,00	2,10
		101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,72	85,20	1,70	2,70	13,30
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19,79	309,50	16,50	24,20	14,30
		302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	354	Кисель из яблок сушеных	1/200	4,55	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
	ИТОГО:				900	49,00	1066,00	37,65	40,55
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	1/200/10	25,22	256,70	8,00	10,20	33,20
		гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5,00	134,00	2,90	2,50
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,69	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10
ИТОГО:				520	40,00	711,60	19,25	23,15	103,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1420		1777,60	56,90	63,70	245,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 13
Ильинична
 ПОВАР-БРИГАДИР _____
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____
Сорокин



Звягина

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. _____ День **22.01.2025г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	2 блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/36/9	20,03	404,60	16,40	19,30	41,30	
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	3,10	2,40	17,20	
	напиток	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10	
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00	
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
		хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80
ИТОГО:			550	40,00	846,50	29,30	35,40	102,60		
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленные(помидоры)	1/100	6,50	15,00	0,90	0,10	2,80	
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,05	85,20	1,70	2,70	13,30	
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	22,61	309,50	16,50	24,20	14,30	
	2 блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	7,44	336,00	10,60	11,50	47,80	
		354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	4,55	122,80	0,00	0,00	31,40	
	гарнир		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20	
	напиток		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,70	21,30	
	хлеб бел.									
хлеб черн.										
ИТОГО:			980	49,00	1114,40	38,00	40,70	155,10		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1530		1960,90	67,30	76,10	257,70	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № **13**

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День 22.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/36/9	20,81	172,80	4,60	7,70	23,20
			Сок фруктовый(яблочный,яблочно-виноградный,мультифрукт)	1/200	26,00	83,40	0,10	0,20	19,60
	напиток								
	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
			Биоогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	30,00	96,20	4,40	3,00	6,50
ИТОГО:				700	88,66	664,30	17,45	20,25	94,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	8,50	15,00	0,90	0,10	2,80
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	6,14	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/60	36,10	343,90	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
		302							
	напиток	354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	6,13	110,20	0,10	0,00	26,90
	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(мандарин 2шт или апельсин 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				1160	88,66	1192,60	38,45	41,05	162,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1860		1856,90	55,90	61,30	257,10

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 43

 ПОВАР-БРИГАДИР _____
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

