

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 13
Ильинична



1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 24 вкл. День 22.04.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|------------|---------|---|----------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 173 | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200/10 | 17,63 | 212,40 | | | |
| | | | | | | | 6,80 | 10,10 | 25,60 |
| | напиток | | Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./в иног.,мультифр.) | 1/200 | 23,00 | 83,40 | | | |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 2,00 | 116,90 | 1,00 | 0,20 | 19,60 |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 2,50 | 129,00 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | | | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | 1/10 | 6,84 | 75,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | | 14 Сыр "Российский" (порциями) | 1/15 | 8,25 | 54,50 | 0,10 | 8,30 | 0,10 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко) | 1/150 | 16,50 | 69,50 | 3,50 | 4,50 | 0,00 |
| | | | | 1/150 | 16,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 685 | 76,72 | 740,70 | 20,25 | 25,85 | 105,45 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 1/60 | 7,20 | 9,60 | | | |
| | 1 блюдо | 99 | Суп из овощей со сметаной | 1/250/10 | 5,49 | 91,00 | 0,60 | 0,10 | 1,50 |
| | | 278/331 | Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/90/70 | 29,73 | 268,00 | 3,00 | 4,20 | 10,20 |
| | 2 блюдо | | | | | | 12,80 | 14,30 | 16,80 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 8,50 | 336,00 | 10,60 | 11,50 | 47,80 |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 4,80 | 77,40 | | | |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 2,00 | 116,90 | 0,00 | 0,00 | 19,40 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 2,50 | 129,00 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко) | 1/150 | 16,50 | 69,50 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | | | 1/150 | 16,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 1110 | 76,72 | 1097,40 | 35,85 | 32,85 | 155,85 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1795 | | 1838,10 | 56,10 | 58,70 | 261,30 |

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



Звягина Надежда Ильинична

ИНП 263508395

ИНП 308263522500

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День 22.04.2024г.

| 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 | 0,10 | 1,50 |
| | 1 блюдо | 99 | Суп из овощей со сметаной | 1/250/10 | 4,99 | 91,00 | | | |
| | | | | | | | 3,00 | 4,20 | 10,20 |
| | 2 блюдо | 278/331 | Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/90/70 | 19,00 | 301,60 | | | |
| | | | | | | | 12,80 | 14,30 | 16,80 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,44 | 206,00 | 3,60 | 4,60 | 37,70 |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 4,80 | 77,40 | | | |
| | | | | | | 0,00 | 0,00 | 19,40 | |
| 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 |
| ИТОГО: | | | | 960 | 49,00 | 931,50 | 28,25 | 25,35 | 131,05 |
| Полдник (уплотнённый) | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие (помидоры) | 1/60 | 5,00 | 14,00 | | | |
| | | | | | | | 0,70 | 0,10 | 2,20 |
| | гор.блюдо | 204 | Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/197/8/32 | 25,70 | 267,50 | | | |
| | | | | | | | 10,80 | 12,00 | 27,20 |
| | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | 4,60 | 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 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 |
| ИТОГО: | | | | 607 | 40,00 | 705,90 | 22,95 | 24,95 | 92,15 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1567 | | 1637,40 | 51,20 | 50,30 | 223,20 |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

Ильинична



5-11 класс

Школа

Отд./корп

Понедельник 2-я нед.

День

22.04.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|---------------|--------|---|----------|--------------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 173 | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/220/10 | 20,92 | 348,30 | | | |
| | | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 2,00 | 116,90 | 9,90 | 14,70 | 44,00 |
| | хлеб чёрн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 2,50 | 129,00 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | | 15 | Сыр "Российский" | 1/15 | 6,40 | 54,50 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% | 1/10 | 5,70 | 75,00 | 3,50 | 4,50 | 0,00 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном* | 1/200/7 | 2,48 | 49,50 | 0,10 | 8,30 | 0,10 |
| | | | | | | | 0,40 | 0,00 | 11,70 |
| ИТОГО: | | | | 562 | 40,00 | 773,20 | 22,15 | 29,65 | 101,25 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 1/100 | 5,47 | 10,50 | 0,70 | 0,20 | 1,70 |
| | 1 блюдо | 99 | Суп из овощей со сметаной | 1/250/10 | 5,99 | 91,00 | 3,00 | 4,20 | 10,20 |
| | 2 блюдо | 297 | Фрикадельки из филе кур | 1/100 | 18,05 | 183,80 | 16,90 | 9,10 | 8,70 |
| | гарнир | 171 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,44 | 336,00 | 10,60 | 11,50 | 47,80 |
| | напиток | 342 | Компот из свежих яблок | 1/200 | 4,55 | 114,60 | 0,10 | 0,10 | 27,90 |
| | 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 |
| | ИТОГО: | | | | 940 | 49,00 | 981,80 | 39,55 | 27,25 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1502 | | 1755,00 | 61,70 | 56,90 | 243,00 |

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День 22.04.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|------------|---------|---|----------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 173 | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/220/10 | 17,79 | 212,40 | 6,80 | 10,10 | 25,60 |
| | напиток | | Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.) | 1/200 | 30,00 | 83,40 | 1,00 | 0,20 | 19,60 |
| | 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 |
| | | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 1/15 | 8,40 | 54,50 | 3,50 | 4,50 | 0,00 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные(яблоко или апельсин по 1шт.,мандарин по 2шт.) | 1/150 | 18,50 | 69,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| ИТОГО: | | | | 695 | 88,66 | 740,70 | 20,25 | 25,85 | 105,45 |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 1/100 | 8,20 | 12,00 | 0,10 | 0,10 | 1,90 |
| | 1 блюдо | 99 | Суп из овощей со сметаной | 1/250/10 | 5,99 | 91,00 | 3,00 | 4,20 | 10,20 |
| | 2 блюдо | 278/331 | Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/100/80 | 35,46 | 301,60 | 12,80 | 14,30 | 16,80 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200 | 10,44 | 336,00 | 10,60 | 11,50 | 47,80 |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 4,80 | 77,40 | 0,00 | 0,00 | 19,40 |
| | 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 |
| ИТОГО: | | | | 1172 | 88,66 | 1133,40 | 35,35 | 32,85 | 156,25 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | | 1867 | | 1874,10 | 55,60 | 58,70 | 261,70 |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

