

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп. _____ Вторник 2-я нед. День 09.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	7,20	9,60			
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	31,00	201,60	0,60	0,10	1,50
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	12,72	202,00	12,10	16,20	13,40
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	4,80	111,10	2,50	15,70	0,50
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	0,20	0,20	27,10
	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
ИТОГО:				767	76,72	839,70	24,25	34,95	102,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	7,00	14,00			
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,22	122,40	0,70	0,10	2,20
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	31,00	244,00	2,30	5,30	16,40
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,50	191,40	13,20	12,90	18,80
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,00	88,20	3,90	11,50	22,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	0,70	0,30	20,80
	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
ИТОГО:				1080	76,72	975,40	29,65	32,85	141,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1815,10	53,90	67,80	243,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа	Отд./корп	Вторник 2-я нед.	День	09.04.2024г.					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,00	14,00			
							0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,16	122,40			
							2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	239/331	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	20,58	244,00			
							13,20	12,90	18,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,90	217,80	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	0,70	0,30	20,80
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:				930	49,00	932,30	29,05	32,25	126,35
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным	1/200/80	27,70	434,90			
							12,30	13,60	64,60
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	65,00	0,10	0,00	15,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		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:				612	40,00	820,80	20,75	24,05	126,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1542		1753,10	49,80	56,30	252,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День 09.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	21,76	252,50	10,40	16,50	15,50
		гарнир	128	Картофельное пюре	1/180	4,47	141,00	3,10	5,40
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	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:				688	40,00	761,00	22,65	24,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	5,00	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,43	122,40	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	23,17	254,30	11,90	16,10	14,20
	гарнир	305	Рис припущенный	1/180	7,04	212,30	4,30	5,10	39,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	103,00	0,70	0,30	24,40
	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:				980	49,00	947,90	28,35	29,05	141,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1668		1708,90	51,00	53,50	251,40

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День 09.04.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8,20	12,00			
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	38,96	222,40	0,10	0,10	1,90
		гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	12,93	202,00	2,50	15,70
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,20	0,20	27,10
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	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:				838	88,66	862,90	23,75	34,95	103,05
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	8,20	12,00			
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,16	122,40	0,10	0,10	1,90
		239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	36,77	244,00	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо		Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,90	217,80	13,20	12,90	18,80
		312							
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20	3,90	11,50	22,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,70	0,30	20,80
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
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:				1179	88,66	999,80	29,05	32,85	140,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2017		1862,70	52,80	67,80	243,80

ИП звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

