



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед.

День

03.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	26,31	252,60				
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	26,00	83,40	5,70	6,80	41,70	
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	1,00	0,20	19,60	
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	4,30	1,65	21,25	
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	0,10	7,20	0,10	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	56,40	3,50	4,40	0,00	
ИТОГО:				695	88,66	758,80	18,95	21,15	118,55	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	8,50	15,00				
			Суп картофельный с бобовыми	1/250	7,70	140,70	0,90	0,10	2,80	
	1 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	35,87	343,90	5,60	5,40	17,50	
			Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				16,50	24,20	14,30	
	2 блюдо		309	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,44	246,60	6,90	7,30	25,20
	гарнир		349	Хлеб Пшеничный	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	напиток			Хлеб Ржаной	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.			Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.				1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
фрукты										
ИТОГО:				1110	88,66	1125,90	38,55	39,55	136,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1805		1884,70	57,50	60,70	254,90	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 39

Н.Н. Бусуевича

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Сорокин



Звятина

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____

Отд./корп _____

Вторник 1-я нед.

День

04.02.2025г.

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
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/100	12,80	45,20	1,30	1,00	6,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	103,50	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
	1 блюдо	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 СОШ № 39

Н.А. Дусманова

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

Сережа



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

05.02.2025г.

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 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	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10	
		14	Биоюгурт 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	
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80	
		302	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	6,13	110,20	0,10	0,00	26,90	
	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(мандарин 2шт или апельсин 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70	
	ФРУКТЫ									
	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 СОШ № 39

Н.А. Дзусманова

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____

Отд./корп _____

Четверг 1-я нед.

День

06.02.2025г.

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	66,00	0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,00	3,50	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
	ИТОГО:				775	88,66	1288,30	44,35	44,25
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	7,08	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	4,80	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	56,40	0,40	0,40	11,70
	ИТОГО:				1100	88,66	927,10	36,85	23,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1875		2215,40	81,20	67,90	313,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39

Н.А. Дзюманова

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сороко





5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа			Отд./корп			Пятница 1-я нед.			День	07.02.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50		
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/100/300	44,21	374,10	25,30	20,10	27,10		
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	5,60	49,50	0,40	0,00	11,70		
	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:				882	88,66	802,10	35,25	30,05	97,55		
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	8,50	15,00	0,90	0,10	2,80		
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	6,55	119,10	4,00	2,90	20,10		
	2 блюдо	274	Зразы рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	33,50	224,00					
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,90	217,80	3,90	11,50	22,70		
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	6,86	88,20	0,70	0,30	20,80		
	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:				1105	88,66	966,40	29,75	30,85	137,35		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1987		1768,50	65,00	60,90	234,90		

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СМШ № 39

Н.А. Дзусуашва

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок