



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа		Отд./корп		Понедельник 2-я нед.		День		10.03.2025г.	
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	26,31	212,40	6,80	10,10	25,60
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	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	4,25	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	54,50	3,48	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				695	88,66	718,60	19,98	24,45	102,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	7,37	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	35,20	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	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,25	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:				1172	88,66	1118,50	35,80	32,75	152,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1867		1837,10	55,78	57,20	255,30

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
 Н.А. Жуковская
 ПОВАР-БРИГАДИР
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа	ОТД. / КОРП			Вторник 2-я нед.		День		11.03.2025г.	
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
		237	Зразы рыбные рубленные(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	37,58	222,40			
	2 блюдо	143	РАГУ из овощей	1/180	15,43	202,00	12,10	16,20	13,40
		342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	2,50	15,70	0,50
	напиток						0,20	0,20	27,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,96	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,89	129,00	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:			838	88,66	848,00	24,20	34,85	99,65	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
		1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	6,16	122,40	2,30	5,30
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	32,89	244,00	13,20	12,90	18,80
		гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,90	217,80	3,90	11,50
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	6,86	573,00	0,80	0,80	139,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,96	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,89	129,00	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
	ИТОГО:			1179	88,66	1469,70	29,60	33,25	255,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2017		2317,70	53,80	68,10	355,60	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ С.О.Ш. № 39
В.А. Висунин
 ПОВАР-БРИГАДИР
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.О.Ш. № 39



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

12.03.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запеченный) со сгущенным молоком	1/220/80	18,11	555,10	27,30	25,40	69,30
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	2,70	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	4,25	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
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м.ультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
ИТОГО:									
Обед				935	88,66	1180,60	43,90	40,45	165,75
	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	7,70	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	34,87	241,70	14,10	18,40	15,70
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	246,60	6,90	7,30	25,20
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	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	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (мандарины 2шт или апельсин 1шт)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:									
ОГО ЗА ДЕНЬ:				1089	88,66	1052,60	36,20	34,05	144,15
				2024		2233,20	80,10	74,50	309,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 39
М.А. Власова
 ПОВАР-БРИГАДИР
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.А. Сорокин



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

[Handwritten signature]

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Четверг 2-я нед.

День

13.03.2025г.

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
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/100/60	33,77	241,70	14,10	18,40	15,70
	2 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	гарнир	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	5,60	49,50	0,40	0,00	11,70
	гор.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	4,25	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		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
	ФРУКТЫ								
ИТОГО:				942	88,66	1005,70	34,60	39,85	133,95
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	8,50	15,00	0,90	0,10	2,80
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,50	102,00	1,80	5,00	12,30
		274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	33,90	224,00	11,60	13,50	13,80
	2 блюдо	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,55	189,00	3,60	7,10	25,20
	гарнир	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	6,86	88,20	0,70	0,30	20,80
	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	4,25	1,65	21,25
	хлеб черн.		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
	ФРУКТЫ								
ИТОГО:				1190	88,66	920,50	27,20	28,55	132,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2132		1926,20	61,80	68,40	266,00

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39

[Handwritten signature]

ПОВАР-БРИГАДИР

[Handwritten signature]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

[Handwritten signature]



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Пятница 2-я нед.

День

14.03.2025г.

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/220/8/80	43,71	388,60			
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	113,40	17,70	17,30	40,30
	гор.напиток						2,90	1,90	20,90
	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	4,25	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00			
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	0,10	7,20	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	3,50	4,50	0,00
							0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				783	88,66	924,80	32,80	33,45	118,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/100	9,50	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	7,79	115,00			
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	36,57	343,90	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо						16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	8,73	268,00	11,46	8,12	51,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,72	77,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,00	0,00	19,40
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	4,30	1,65	21,25
							0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				1110	88,66	1118,60	42,31	39,77	154,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1893		2043,40	75,11	73,22	272,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№ 39

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ