



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День **11.11.2024г.**

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	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	0,08	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	3,48	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				695	88,66	718,60	19,96	24,45	102,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,08	0,13	1,88
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	7,58	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	35,49	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	1120,30	35,08	32,68	153,23
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1867		1838,90	55,04	57,13	255,68

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
М.А. Анисимкина
 ПОВАР-БРИГАДИР И.И. Звягина
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Вторник 2-я нед.

День

12.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00			
		237	Зразы рыбные рубленные(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	38,08	222,40	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо гарнир	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
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,96	116,90	0,20	0,20	27,10
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,89	129,00	3,95	0,50	24,20
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	4,25	1,65	21,25
							0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				838	88,66	849,80	23,50	34,75	100,05
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00			
		96	Рассольник Ленинградский	1/250	6,16	122,40	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	33,39	244,00	2,30	5,30	16,40
			Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				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	22,70
	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 (яблоко1шт.)	1/150	17,50	56,40				
						0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:				1179	88,66	1471,50	28,90	33,15	256,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2017		2321,30	52,40	67,90	356,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сеш № 39

М.А. Якушова

ПОВАР-БРИГАДИР Жуко

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

13.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) 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
			Биойогурт 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:				935	88,66	1180,60	43,90	40,45	165,75
Обед									
закуска		71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,10	0,10	1,90
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	36,37	241,70	14,10	18,40	15,70
гарнир		309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	9,44	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 (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:									
ОГО ЗА ДЕНЬ:				1089	88,66	1054,40	35,50	33,95	144,55
				2024		2235,00	79,40	74,40	310,30

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39

Н.А. Агуманцева

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа	Отд./корп	Четверг 2-я нед.	День	14.11.2024г.						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,10	0,10	1,90	
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/100/60	34,27	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	
		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	4,25	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:				942	88,66	1007,50	33,90	39,75	134,35	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	9,90	14,00	0,70	0,10	2,20	
		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	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	32,50	224,00	11,60	13,50	13,80	
		гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,55	189,00	3,60	7,10	25,20
	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	4,25	1,65	21,25	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:				1190	88,66	919,50	27,00	28,55	131,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2132		1927,00	60,90	68,30	265,80	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
 М.А. Ахмедовичева
 ПОВАР-БРИГАДИР А.А. [подпись]
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.А. [подпись]



УТВЕРЖДАЮ
И.П. ЗВЯГИНА Н.И.

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 2-я нед. День 15.11.2024г.

Прием пищи	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	17,70	17,30	40,30
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	113,40	2,90	1,90	20,90
	гор.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	4,25	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	3,50	4,50	0,00
фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:				783	88,66	924,80	32,80	33,45	118,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,10	0,10	1,90
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	8,18	115,00	5,60	4,80	10,20
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	36,60	343,90	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо		Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%						
		302		1/200	8,73	268,00	11,46	8,12	51,50
	гарнир	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40
	напиток								
	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:				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 СОШ № 39
Н.А. Власова

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ