



1-4 класс

Школа

Отд. Корго

Понедельник 1-я нед.

День

17.02.2025

Прием пищ	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%	1/200/10	16,33	252,60				
							5,70	6,80	41,70	
	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	4,30	1,65	21,25	
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
			15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00	3,50	4,40	0,00
фрукты			Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
<b>ИТОГО:</b>				685	<b>80,18</b>	771,40	19,15	21,35	121,55	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00	0,60	0,00	2,10	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,50	140,70	5,60	5,40	17,50	
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	32,94	314,90	16,50	24,20	14,30	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,44	217,80	6,90	7,30	25,20	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	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 1 шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				1039	<b>80,18</b>	1078,20	38,45	39,65	138,65	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1724		1849,60	57,60	61,00	260,20	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № 59  
*Н.А. Дасулмаева*

ПОВАР-БРИГАДИР *[Signature]*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *[Signature]*



1-4 класс

Школа \_\_\_\_\_ Отд./класс \_\_\_\_\_ Вторник 1-я нед. День 18.02.2025г.

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	31,53	285,80				
							13,80	24,50	2,60	
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	12,80	36,10	1,30	1,00	6,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/180	6,00	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)	1/110	8,50	66,00		0,10	7,20	0,10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:				688	80,18	806,80	27,15	37,85	86,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00	
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,27	102,00	1,80	5,00	12,30	
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	29,95	131,40	15,30	8,20	0,90	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,50	189,00	3,60	7,10	25,20	
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	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	69,50	0,60	0,60	14,70	
	ИТОГО:				1049	80,18	832,00	30,85	23,35	120,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1737		1638,80	58,00	61,20	206,80	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ coll № 39  
Н.А. Дзугмашва

ПОВАР-БРИГАДИР [Signature]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ [Signature]



*Звэг*

1-4 класс

Школа

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%	1/197/8/32	16,83	165,40			
			Сок фруктовый(яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	26,00	83,40	4,60	7,70	23,20
	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.		14 Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
			Биоогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик .банан) в инд упак.	1/125	25,00	96,20			
							4,40	3,00	6,50
<b>ИТОГО:</b>				672	<b>80,18</b>	656,90	18,35	20,25	94,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00			
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	6,14	85,20	0,60	0,00	2,10
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	33,29	309,50	1,70	2,70	13,30
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	1/180	9,20	336,00	10,60	11,50	47,80	
	напиток	354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	5,00	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(мандарины 2шт или апельсин 1шт)	1/150	17,50	69,50			
							0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				1080	<b>80,18</b>	1135,50	38,25	41,15	157,05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1752		1792,40	56,60	61,40	251,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Солн. №39  
И.А. Дусманова

ПОВАР-БРИГАДИР Ю.Ф.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.С.



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

20.02.2025г.

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	1/200/80	37,13	732,00				
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5,20	134,00	29,20	27,60	91,60	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	2,90	2,50	24,80	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	4,30	1,65	21,25
			15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00	0,10	7,20	0,10
	фрукты			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	3,50	4,40	0,00
ИТОГО:				755	80,18	1301,40	0,60	0,60	14,70	
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	44,55	44,45	176,65	
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	6,55	83,20	0,60	0,00	1,00	
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	41,28	454,00	2,00	6,10	7,00	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	77,40	25,40	14,80	54,70	
	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(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:							0,60	0,60	14,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1030	80,18	936,00	36,85	23,65	142,25	
				1785		2237,40	81,40	68,10	318,90	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СМШ № 39  
М.А. Висулмошова

ПОВАР-БРИГАДИР И.И. Звятина

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.С. Сорокин



1-4 класс

Школа

Отд./корп

Пятница 1-я нед.

День

21.02.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00	0,60	0,00	1,00
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/90/270	39,48	320,60	20,60	16,50	23,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	4,60	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	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
<b>ИТОГО:</b>				812	<b>80,18</b>	757,50	30,55	26,45	96,05
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00	0,60	0,00	2,10
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	32,69	202,60	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,90	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	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	69,50	0,60	0,60	14,70
	<b>ИТОГО:</b>				1035	<b>80,18</b>	928,70	29,65	30,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1847		1686,20	60,20	57,40	235,70

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