



1-4 класс

Школа

Отд./Корп

Понедельник 1-я нед.

День

17.03.2025

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%	1/200/10	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
ИТОГО:				685	80,18	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
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	32,94	314,90	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо								
	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
ИТОГО:				1039	80,18	1078,20	38,45	39,65	138,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1724		1849,60	57,60	61,00	260,20

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



1-4 класс

Школа

Отд./корп.

263508395196

Вторник 1-я нед.

День

18.03.2025г.

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)	1/10	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
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
	1 блюдо								
	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	120,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1737		1638,80	58,00	61,20	206,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ И.П. Звятина № 39ПОВАР-БРИГАДИР И.П. ЗвятинаЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.А. Сорокин



Школа

Отд./корп. 3

Среда 1-я нед.

День

19.03.2025г.

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сол № 39

М.А. Якушманова

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



7/3/25

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

20.03.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		224	Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным	1/200/80	37,13	732,00			
	гор.блюдо						29,20	27,60	91,60
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5,20	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
			Масло сливочное "Крестьянское"						
		14	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 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				755	80,18	1301,40	44,55	44,45	176,65
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00			
							0,60	0,00	1,00
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	6,55	83,20			
							2,00	6,10	7,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	41,28	454,00	25,40	14,80	54,70
	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 сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)						
	фрукты			1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1030	80,18	936,00	36,85	23,65	142,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1785		2237,40	81,40	68,10	318,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сам № 39
М.А. Дзюма

ПОВАР-БРИГАДИР Рого

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорож



1-4 класс

Школа				Отд./корп		Пятница 1-я нед.	День	21.03.2025г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	1/60	6,25	6,00			
	закуска						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
ИТОГО:				812	80,18	757,50	30,55	26,45	96,05
Обед		70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/60	5,20	12,00			
	закуска						0,60	0,00	2,10
		112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	119,10			
	1 блюдо						4,00	2,90	20,10
		274	Зразы рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	32,69	202,60			
	2 блюдо						11,60	13,50	13,80
			Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%						
	гарнир	312		1/180	10,90	191,40	3,90	11,50	22,70
		388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	88,20			
	напиток						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:				1035	80,18	928,70	29,65	30,95	139,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1686,20	60,20	57,40	235,70

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ с.м. № 39

ПОВАР-БРИГАДИР И.И. Звятина

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.С. Звятина