



Звягина

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа			Отд./корп			Понедельник 1-я нед.	День	18.11.2024г.	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,65	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	24,46	314,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,44	166,50	5,40	0,70	34,70
	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	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				859	49,00	959,40	36,45	32,55
Полдник(уплотнённый)	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным	1/200/80	24,95	320,00	9,30	7,20	53,60
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	5,00	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	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10
ИТОГО:				590	40,00	744,40	20,75	20,05	116,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1449		1703,80	57,20	52,60	249,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
М.А. Бусуев

ПОВАР-БРИГАДИР *Звягина*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорокин*



Школа 1-4 класс ОВЗ и многодетные

Отд./корп

Вторник 1-я нед.

День

19.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	5,55	9,60				
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,87	102,00	0,60	0,10	1,50	
	1 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	23,32	146,00	1,80	5,00	12,30	
		310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				17,10	8,20	0,90	
		388	Напиток из плодов шиповника	1/180	6,55	189,00	3,60	7,10	25,20	
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,70	0,30	20,80	
			Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
		Итого:			899	49,00	780,70	4,30	1,65	21,25
	Полдник (уплотнённый)	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,65	14,00			
			291	Плов из птицы	1/90/270	21,70	454,00	0,70	0,10	2,20
гор.напиток		377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	49,50	25,40	14,80	54,70	
			Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,40	0,00	11,70	
			Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
Итого:			14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10
		Итого за день:			1554	40,00	838,40	34,85	25,35	114,15
				1554		1619,10	66,90	48,20	220,30	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
М.А. Якушова

ПОВАР-БРИГАДИР Гусев

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорок



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Среда 1-я нед.

День

20.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,65	14,00			
							0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,72	85,20			
							1,70	2,70	13,30
	2 блюдо	268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19,79	309,50			
							16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
		354	Кисель из яблок сушеных	1/200	4,55	77,40			
напиток						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
ИТОГО:				900	49,00	1068,00	37,75	40,65	142,45
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	1/200/10	25,62	256,70			
							8,00	10,20	33,20
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	4,60	134,00	2,90	2,50	21,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,69	129,00	4,30	1,65	21,25
хлеб черн.	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10	
ИТОГО:				520	40,00	711,60	19,25	23,15	100,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1420		1779,60	57,00	63,80	243,00

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
М.А. Масумалиева

ПОВАР-БРИГАДИР Ю.С.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Ю.С.



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

21.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	5,55	9,60			
							0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	5,92	83,20			
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	28,88	454,00	2,00	6,10	7,00
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	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
ИТОГО:				880	49,00	870,10	4,30	1,65	21,25
Полдник (уплотнённый)	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,65	14,00			
							0,70	0,10	2,20
	гор.блюдо	213	Омлет с жареным картофелем и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180/10	19,30	420,00			
	напиток	379	Кофейный напиток с маслом	1/200	5,00	103,50	12,60	32,40	18,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,10	2,40	17,20
		хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	6,20	75,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				560	40,00	858,40	0,10	8,30	0,10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1440		1728,50	24,75	45,35	83,75
							61,00	68,50	211,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СМШ № 39
М.А. Якушанин

ПОВАР-БРИГАДИР Зуб

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
 М.А. Виноградова
 ПОВАР-БРИГАДИР
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Прем. пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/60	5,65	14,00		0,70	0,10		
		112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,85	119,10					
		274	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным	1/90/5	20,89	202,60		4,00	2,90	20,10	
			2 блюда					11,60	13,50	13,80	
		312	"Крестьянским" 72,5% картофелем пюре с маслом сливочным								
		гарнир									
		388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	88,20		0,70	0,30	20,80	
		хлеб бел.									
		хлеб черн.									
		1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20				
		1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25				
		Итого:									
Полдник (употреблять)	гор. напиток	218	Вареники ленивые	1/200/40	25,38	384,70					
		гор. блюдо									
		382	Какао с молоком	1/200	4,60	134,00		2,90	2,50	24,80	
		хлеб бел.									
		хлеб черн.									
		1/50	1,86	116,90	3,95	0,50	24,20				
		1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25				
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/110	6,20	75,00		0,10	8,30	0,10	
		Итого за день:									
		572	40,00	839,60	36,95	26,75	109,65				
		1427		1727,20	66,10	57,20	234,70				

Школа 1-4 класс ОБЗ и многодетные
 Отд./корм. [] Пятница 1-я нед. День 22.11.2024г.



И.И. ЗВАГИНА