



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

1-4 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я нед. День 22.11.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60	0,60	0,10	1,50
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/90/270	45,05	320,60	20,60	16,50	23,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	7,60	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	8,00	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	90,00	761,10	30,55	26,55	96,55
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	8,90	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	6,18	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	33,81	202,60	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	12,90	191,40	3,90	11,50	22,70
	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	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1035	90,00	930,70	29,75	31,05	139,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1691,80	60,30	57,60	236,30

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



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я нед. День **19.11.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/116/10	20,00	285,80				
							13,80	24,50	2,60	
	Закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	5,00	36,10	1,30	1,00	6,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	3,10	2,40	17,20	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80	
Фрукта		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	6,63	69,50	0,60	0,60	14,70		
ИТОГО:				636	40,00	703,80	25,00	29,40	84,90	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	6,70	10,50	0,70	0,20	1,70	
	1 блюдо	81	Борщ со сметаной	1/250/10	4,50	102,00	1,80	5,00	12,30	
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	24,00	146,00	17,10	8,20	0,90	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,09	189,00	3,60	7,10	25,20	
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,86	114,60	0,10	0,10	27,90	
	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	1,70	21,30	
	ИТОГО:				950	49,00	808,00	31,55	22,80	113,50
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1586		1511,80	56,55	52,20	198,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
Н.А. Введенская

ПОВАР-БРИГАДИР А.С.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.С.



5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я нед. День **20.11.2024г.**

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%	1/200/36/9	20,03	404,60	16,40	19,30	41,30
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,80	103,50	3,10	2,40	17,20
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	5,20	75,00	0,10	8,30	0,10
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80
ИТОГО:				550	40,00	846,50	29,30	35,40	102,60
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	7,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,05	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	21,61	309,50	16,50	24,20	14,30
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	7,44	336,00	10,60	11,50	47,80
		354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	4,55	122,80	0,00	0,00	31,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,70	21,30
	ИТОГО:				980	49,00	1109,40	38,00	40,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1530		1955,90	67,30	76,10	256,60

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

5-11 класс

Школа

21.11.2024г.

День

Четверг 1-я нед.

Отд./корм



Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и с молоком	1/220/80	30,26	784,30		28,50	29,60	
		382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	2,90	2,50	24,80	
			Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20	
			Хлеб черн.	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80	
		ИТОГО:				40,00	1127,20	37,60	33,00	166,90
Обед	закуска	71	Овощи натеральные свежие(орурцы)	1/100	6,70	10,50	0,70	0,20	1,70	
		88	Лин из свежей капусты	1/250	5,55	80,60	1,80	5,00	6,90	
		291	Лгов из птицы	1/100/280	28,10	555,40	35,70	39,10	38,40	
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	0,00	0,00	19,40	
			напиток							
			хлеб бел.	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20	
			хлеб черн.	1/50	1,96	129,00	4,30	1,70	21,30	
ИТОГО:				49,00	969,80	46,50	46,50	111,90		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1510	2097,00	84,10	79,50	278,80		

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39

Н.А. Виноградова

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



5-11 класс

Школа			Отд./корп	Пятница 1-я нед.	День 22.11.2024г.				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	6,70	10,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	289	Рагу из мяса птицы	1/100/300	27,25	356,60	22,00	18,20	26,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,48	49,50	0,40	0,00	11,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/30	1,68	92,00	2,20	0,40	19,80
	ИТОГО:				687	40,00	625,50	29,30	19,30
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	7,50	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	4,18	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	279	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	21,95	425,80	17,40	20,80	18,50
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским"72,5	1/180	6,97	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,55	103,00	0,70	0,30	24,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	4,00	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,70	21,30
	ИТОГО:				980	49,00	1095,20	35,20	37,80
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1667		1720,70	64,50	57,10	216,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
М.А. Бусулюмова

ПОВАР-БРИГАДИР *А.С.*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорокин*