



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День **21.10.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/60	5,65	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	4,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	19,27	301,60	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	206,00	3,60	4,60	37,70
	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
	<b>ИТОГО:</b>				960	<b>49,00</b>	931,50	28,25	25,35
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/32/8	24,95	267,50	10,80	12,00	27,20
	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 черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				607	<b>40,00</b>	691,90	22,25	24,85	89,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1567		1623,40	50,50	50,20	221,00

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39  
М.А. Якунина  
 ПОВАР-БРИГАДИР Звз  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

*Звягина Н.И.*



1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 2-я нед. День 22.10.2024г.

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			
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,74	122,40	0,70	0,10	2,20
		239/331	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	21,00	244,00	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо		Картофельное пюре с маслом сливочным				13,20	12,90	18,80
	гарнир	312	"Крестьянским" 72,5%	1/180	8,90	217,80	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	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
<b>ИТОГО:</b>				930	<b>49,00</b>	932,30	29,05	32,25	126,35
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным	1/200/80	27,35	434,90	12,30	13,60	64,60
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	65,00	0,10	0,00	15,90
	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%	1/10	6,20	75,00	0,10	8,30	0,10
<b>ИТОГО:</b>				612	<b>40,00</b>	820,80	20,75	24,05	126,05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1542		1753,10	49,80	56,30	252,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *СШ* № 39

*М.А. Якушанина*

ПОВАР-БРИГАДИР *Звятина*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорокин*



УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

*Звягина Н.И.*

1-4 класс ОБЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

23.10.2024г.

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	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	24,56	217,50	14,10	18,40	15,70
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,44	166,50	5,40	0,70	34,70
	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	4,30	1,65	21,25
	<b>ИТОГО:</b>				859	<b>49,00</b>	891,30	34,15	26,95
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	24,95	210,30	6,60	9,70	24,40
	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 черн.		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
	<b>ИТОГО:</b>				520	<b>40,00</b>	634,70	18,05	22,55
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1379		1526,00	52,20	49,50	229,10

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *СММ* № 39

*М.А. Власова*

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Сорок*





УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГТНА Н.И.

1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа				Отд./корп	Четверг 2-я нед.		День 24.10.2024г.		
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	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	4,87	102,00			
							1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	274/331	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	23,22	224,00			
							11,60	13,54	13,80
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,55	189,00			
							3,60	7,10	25,20
напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	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
<b>ИТОГО:</b>				960	<b>49,00</b>	863,10	26,50	28,00	119,60
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущённым молоком	1/200/80	27,35	523,80			
							24,50	19,20	63,00
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	2,60	67,00	0,30	0,10	16,40
	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
<b>ИТОГО:</b>				612	<b>40,00</b>	911,70	33,15	29,75	124,95
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1572		1774,80	59,65	57,75	244,55

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39  
 Н.Н. Вязушанина  
 ПОВАР-БРИГАДИР  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

*Звятина Н.И.*



1-4 класс ОВЗ и многодетные

Школа

Отд./корп

Пятница 2-я нед.

День

25.10.2024г.

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			
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	4,79	115,00	0,60	0,10	1,50
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	24,16	343,90	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо		Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				16,50	24,20	14,30
	гарнир	302		1/180	5,85	268,00	7,10	10,10	40,30
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	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
<b>ИТОГО:</b>				859	<b>49,00</b>	1059,80	4,30	1,65	21,25
Полдник (уплотнённый)	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	25,35	212,40			
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	4,60	134,00	6,80	10,10	25,60
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	2,90	2,50	24,80
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	6,20	75,00			
<b>ИТОГО:</b>						0,10	8,30	0,10	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1379	<b>40,00</b>	667,30	18,05	23,05	95,95
						1727,10	56,10	64,40	227,10

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *СОШ* № *39*

*М.И. Васильева*

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Сорокин*