



5-11 класс (для детей участников СВО)

Отд./корп

Понедельник 2-я нед.

День

21.10.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	26,31	212,40	6,80	10,10	25,60
			Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,25	1,65	21,25
	хлеб чёрн.		Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	0,08	7,20	0,10
		14	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	3,48	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				695	88,66	718,60	19,96	24,45	102,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,08	0,13	1,88
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	7,58	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/50	35,49	301,60	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	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	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				1172	88,66	1120,30	35,08	32,68	153,23
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1867		1838,90	55,04	57,13	255,68

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Саша № 39
Акулиничева М.И.
 ПОВАР-БРИГАДИР Андрей
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа		Отд./корп		Вторник 2-я нед.		День 22.10.2024г.			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00			
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленные(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	38,08	222,40	0,10	0,10	1,90
		гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	15,43	202,00	12,10	16,20
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	111,10	2,50	15,70	0,50
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,96	116,90	0,20	0,20	27,10
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,89	129,00	3,95	0,50	24,20
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	4,25	1,65	21,25
						0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:				838	88,66	849,80	23,50	34,75	100,05
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00			
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	6,16	122,40	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	33,39	244,00	2,30	5,30	16,40
		гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				13,20	12,90
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	11,90	217,80	3,90	11,50	22,70
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,96	573,00	0,80	0,80	139,40
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	129,00	4,25	1,65	21,25
					56,40	0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:									
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1179	88,66	1471,50	28,90	33,15	256,35
				2017		2321,30	52,40	67,90	356,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Солн № 39
М.А. Вязулина

ПОВАР-БРИГАДИР [Подпись]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ [Подпись]



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я нед. День 23.10.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/220/80	18,11	555,10	27,30	25,40	69,30	
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	2,70	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	4,25	1,65	21,25	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00	0,10	7,20	0,10	
			Биойогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	30,00	96,20	4,40	3,00	6,50	
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60	
ИТОГО:										
Обед				935	88,66	1180,60	43,90	40,45	165,75	
	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00	0,10	0,10	1,90	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	7,70	140,70	5,60	5,40	17,50	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	36,37	241,70	14,10	18,40	15,70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	9,44	246,60	6,90	7,30	25,20	
	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	4,25	1,65	21,25	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70	
	ИТОГО:									
	ОГО ЗА ДЕНЬ:				1089	88,66	1054,40	35,50	33,95	144,55
				2024		2235,00	79,40	74,40	310,30	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Солн № 39
Н.А. Бусунов
 ПОВАР-БРИГАДИР [Signature]
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ [Signature]



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звягина Н.И. / *Звягина*

5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа

Отд./корп

Четверг 2-я нед.

День

24.10.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00			
		295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/100/60	34,27	241,70	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,44	336,00	14,10	18,40	15,70
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	5,60	49,50	10,60	11,50
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,40	0,00	11,70
	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	8,00	66,00	4,25	1,65	21,25
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,10	7,20	0,10
							0,40	0,40	11,70
	ИТОГО:				942	88,66	1007,50	33,90	39,75
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/100	9,90	14,00			
		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,50	102,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/80	32,50	224,00	1,80	5,00	12,30
		2 блюдо	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,55	189,00	11,60	13,50
	гарнир		388	Напиток из плодов шиповника	1/200	6,86	88,20	3,60	7,10
		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	4,25	1,65	21,25
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				1190	88,66	919,50	27,00	28,55	131,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				2132		1927,00	60,90	68,30	265,80

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *Саша* № 39
М.А. Демидова

ПОВАР-БРИГАДИР *Звягина*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Звягина*

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звягина Н.И.



Школа

5-11 класс (для детей участников СВО)

Отд./корп

Пятница 2-я нед.

День

25.10.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/220/8/80	43,71	388,60			
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	113,40	17,70	17,30	40,30
	гор.напиток						2,90	1,90	20,90
	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	4,25	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,00	66,00			
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	7,00	54,50	0,10	7,20	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	3,50	4,50	0,00
						0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:				783	88,66	924,80	32,80	33,45	118,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/100	9,00	12,00			
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	8,18	115,00	0,10	0,10	1,90
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	36,60	343,90	5,60	4,80	10,20
		302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	8,73	268,00	16,50	24,20	14,30
	гарнир	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,80	77,40	11,46	8,12	51,50
	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40			
							0,40	0,40	11,70
ИТОГО:				1110	88,66	1118,60	42,31	39,77	154,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1893		2043,40	75,11	73,22	272,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ *Совм* № 39

М.А. Кривонозова

ПОВАР-БРИГАДИР *Куря*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Сорокин*