



1-4 класс			Отд./корп	Вторник 1-я нед.	День	05.11.2024г.				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	39,25	285,80				
							13,80	24,50	2,60	
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/80	12,80	36,10				
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	103,50	1,30	1,00	6,40	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,10	2,40	17,20	
	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	4,30	1,65	21,25	
			Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50		0,10	7,20	0,10
	ИТОГО:				688	90,00	806,80	27,15	37,85	86,45
	Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60			
1 блюдо		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,60	102,00	0,60	0,10	1,50	
2 блюдо		227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	35,64	131,40				
								15,30	8,20	0,90
гарнир		310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	11,55	189,00	3,60	7,10	25,20	
напиток		342	Компот из свежих яблок	1/200	6,86	573,00	0,80	0,80	139,40	
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	69,50		0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1049	90,00	1320,40	30,95	23,95	239,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1737		2127,20	58,10	61,80	325,90	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39
 _____ / И.А. Овчинникова
 ПОВАР-БРИГАДИР _____
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



Звятина

1-4 класс

Школа

Отд./коряб

Среда 1-я нед.

День

06.11.2024г.

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%	1/197/8/32	22,15	165,40				
			Сок фруктовый(яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	26,00	83,40	4,60	7,70	23,20	
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	1,00	0,20	19,60	
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.						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
				Биоогурт фруктовый(ябл.,персик.,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	30,00	96,20			
							4,40	3,00	6,50	
ИТОГО:				672	90,00	656,90	18,35	20,25	94,85	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	8,90	14,00				
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	6,05	85,20	0,70	0,10	2,20	
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	37,13	309,50	1,70	2,70	13,30	
	2 блюдо						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	
	напиток	354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	6,13	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	
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50				
							0,60	0,60	14,70	
ИТОГО:				1080	90,00	1137,50	38,35	41,25	157,15	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1752		1794,40	56,70	61,50	252,00	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39

И.И. Дусеинаева

ПОВАР-БРИГАДИР *Звятина*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Звятина*



Губс

1-4 класс

Отд./корп

Четверг 1-я нед.

День

07.11.2024г.

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным	1/200/80	44,55	732,00	29,20	27,60	91,60
		гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	7,70	134,00	2,90	2,50
	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
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,40	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	90,00	1301,40	44,55	44,45	176,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	8,00	9,60	0,60	0,10	1,50
		1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	7,55	83,20	2,00	6,10
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/90/270	47,30	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	5,80	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1030	90,00	939,60	36,85	23,75	142,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1785		2241,00	81,40	68,20	319,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 39

Губс
ПОВАР-БРИГАДИР *Губс*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *Серою*



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Звьягина

Школа		1-4 класс		Отд./корп	Пятница 1-я нед.	День	08.11.2024г.			
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	
		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)	1/110	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	
		112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	6,18	119,10		4,00	2,90	20,10
	1 блюдо	274	Зразы рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	33,81	202,60		11,60	13,50	13,80
	2 блюдо		Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	12,90	191,40	3,90	11,50	22,70	
	гарнир	312		1/200	6,86	88,20				
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/50	1,89	116,90	0,70	0,30	20,80	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,96	129,00	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
И.И. Звьягина

ПОВАР-БРИГАДИР *С.С. Сорокин*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ *С.С. Сорокин*