



*Звятина*

**5-11 класс (для детей участников СВО)**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 1-я нед. День **20.01.2025**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	<b>26,31</b>	252,60			
							5,70	6,80	41,70
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,м ультифр.)	1/200	<b>26,00</b>	83,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	1,00	0,20	19,60
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	3,95	0,50	24,20
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	<b>8,00</b>	66,00	4,30	1,65	21,25
			14 Сыр "Российский" (порциями)	1/15	<b>7,00</b>	54,50	0,10	7,20	0,10
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	<b>17,50</b>	56,40	3,50	4,40	0,00
						0,40	0,40	11,70	
<b>ИТОГО:</b>				695	<b>88,66</b>	758,80	18,95	21,15	118,55
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	<b>8,50</b>	15,00	0,90	0,10	2,80
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	<b>7,70</b>	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	<b>35,87</b>	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	<b>10,44</b>	246,60	6,90	7,30	25,20
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	<b>4,80</b>	77,40	0,00	0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	<b>17,50</b>	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				1110	<b>88,66</b>	1125,90	38,55	39,55	136,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1805		1884,70	57,50	60,70	254,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Костюков АА № 50

ПОВАР-БРИГАДИР ЕА

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Сорокин



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 1-я нед. День 21.01.2025г.

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	37,91	285,80				
							13,80	24,50	2,60	
	закуска		Икра кабачковая консервированная	1/100	12,80	45,20	1,30	1,00	6,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	8,60	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	8,00	66,00		0,10	7,20	0,10
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70	
	ИТОГО:				708	88,66	802,80	26,95	37,65	83,45
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,50	102,00	1,80	5,00	12,30	
	2 блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	32,90	146,00	17,10	8,20	0,90	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	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(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70	
ИТОГО:				1120	88,66	1322,50	32,75	23,85	236,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1828		2125,30	59,70	61,50	319,90	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ \_\_\_\_\_ № 50  
*Костров А.А.*

ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_  
*Евдокимов*

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_  
*Ворож*



**5-11 класс (для детей участников СВО)**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я нед. День **22.01.2025г.**

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%	1/220/36/9	<b>20,81</b>	172,80	4,60	7,70	23,20
			Сок фруктовый(яблочный,яблочно-виноградный,мультифрукт)	1/200	<b>26,00</b>	83,40	0,10	0,20	19,60
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	<b>8,00</b>	66,00	0,10	7,20	0,10
			Биоюгурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик.,банан) в инд упак.	1/125	<b>30,00</b>	96,20	4,40	3,00	6,50
<b>ИТОГО:</b>				700	<b>88,66</b>	664,30	17,45	20,25	94,85
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	<b>8,50</b>	15,00	0,90	0,10	2,80
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	<b>6,14</b>	85,20	1,70	2,70	13,30
		268/331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/100/60	<b>36,10</b>	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	<b>10,44</b>	336,00	10,60	11,50	47,80
		302							
	напиток	354	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	<b>6,13</b>	110,20	0,10	0,00	26,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>1,89</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>1,96</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(мандарин 2шт или апельсин 1шт.)	1/150	<b>17,50</b>		56,40	0,40	0,40
<b>ИТОГО:</b>				1160	<b>88,66</b>	1192,60	38,45	41,05	162,25
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1860		1856,90	55,90	61,30	257,10

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СММ № 50  
Метров А.А.

ПОВАР-БРИГАДИР С.А.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.А.



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я нед. День 23.01.2025г.

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	1/220/80	44,61	732,00			
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	7,70	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	4,30	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	7,00	54,00	3,50	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				775	<b>88,66</b>	1288,30	44,35	44,25	173,65
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	7,08	83,20	2,00	6,10	7,00
	2 блюдо	291	Плов из птицы	1/100/300	45,93	454,00	25,40	14,80	54,70
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/180	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(апельсин 1шт или яблоко 1шт.)	1/150	17,50	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				1100	<b>88,66</b>	927,10	36,85	23,65	139,75
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1875		2215,40	81,20	67,90	313,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Ростов АА № 50

ПОВАР-БРИГАДИР Е.А.С.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.А.С.



5-11 класс (для детей участников СВО)

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 1-я нед. День 24.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные соленые(огурцы)	1/100	9,50	10,20	0,80	0,20	1,50
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	1/100/300	44,21	374,10	25,30	20,10	27,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	5,60	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	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				882	<b>88,66</b>	802,10	35,25	30,05	97,55
Обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые(помидоры)	1/100	8,50	15,00	0,90	0,10	2,80
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	1/250	6,55	119,10	4,00	2,90	20,10
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/5	33,50	224,00	11,60	13,50	13,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	11,90	217,80	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	56,40	0,40	0,40	11,70
<b>ИТОГО:</b>				1105	<b>88,66</b>	966,40	29,75	30,85	137,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>				1987		1768,50	65,00	60,90	234,90

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 50

ПОВАР-БРИГАДИР Е.А. [подпись]

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_