

УТВЕРЖДАЮ
ИП Звягина Н.И.



1-4 класс									
Школа					Отд./корп	Понедельник 2-я нед.	День	19.05.2025г.	
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%	1/200/10	17,33	212,40	6,80	10,10	25,60
	напиток		Сок фруктовый(яблоч.,яблоч./виног.,мультифр.)	1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	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	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00	3,50	4,40	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				685	80,18	731,20	20,25	24,65	105,45
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	6,25	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	32,43	268,00	12,80	14,30	16,80
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,20	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10	0,00	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1110	80,18	1131,10	35,85	33,05	163,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1795		1862,30	56,10	57,70	269,00

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

38
Звягина Н.И.
Звягина Н.И.
Звягина Н.И.

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

1-4 класс

Школа

Отд./корп.

Вторник 2-я нед.

День

20.05.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60	0,60	0,10	1,50
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые(из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	32,45	201,60	12,10	16,20	13,40
	гарнир	143	РАГУ из овощей	1/180	15,43	202,00	2,50	15,70	0,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	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
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				767	80,18	839,70	24,25	34,95	102,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	6,20	14,00	0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	6,32	122,40	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,55	244,00	13,20	12,90	18,80
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,90	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	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	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				1080	80,18	975,40	29,65	32,85	141,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1847		1815,10	53,90	67,80	243,70

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № 38

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

1-4 класс

Школа

Отд./корп

Среда 2-я нед.

День

21.05.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога(запечённый) со сгущенным молоком	1/200/ 80	14,13	416,30				
							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	4,30	1,65	21,25	
			Сок Фруктовый (яблочный,яблочно- виноградный,мультифрукт)	1/200	26,00	83,40				
							1,00	0,20	19,60	
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10	
			Биойогурт фруктовый(ябл.,персик,,абрик ,банан) в инд упак.	1/125	25,00	96,20				
						4,40	3,00	6,50		
ИТОГО:										
Обед				715	80,18	1041,80	43,95	40,45	165,75	
	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60				
							0,60	0,10	1,50	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,50	140,70				
							5,60	5,40	17,50	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	31,94	217,50				
							14,10	18,40	15,70	
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,44	217,80	6,90	7,30	25,20	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10				
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,20	0,20	27,10	
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20	
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	4,30	1,65	21,25	
						0,60	0,60	14,70		
ИТОГО:										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:										
				1039	80,18	1012,10	36,25	34,15	147,15	
				1754		2053,90	80,20	74,60	312,90	

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

1-4 класс

Школа

Отд./корп/

Четверг 2-я нед.

День

22.05.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60			
							0,60	0,10	1,50
	2 блюдо	295/331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,33	241,70			
							14,10	18,40	15,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	9,20	336,00			
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/15/7	4,60	49,50	10,60	11,50	47,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,40	0,00	11,70
Завтрак 2	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20
							4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00			
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,10	7,20	0,10
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО:				862	80,18	1018,20	34,65	39,95	136,95
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие(помидоры)	1/60	6,20	14,00			
							0,70	0,10	2,20
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	6,27	102,00			
							1,80	5,00	12,30
	2 блюдо	274/331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,60	224,00			
							11,60	13,50	13,80
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,90	189,00			
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	88,20	3,60	7,10	25,20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	0,70	0,30	20,80
ИТОГО:	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	3,95	0,50	24,20
	ФРУКТЫ		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	4,30	1,65	21,25
							0,60	0,60	14,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1110	80,18	932,60	27,25	28,75	134,45
				1972		1950,80	61,90	68,70	271,40

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № 38

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

1-4 класс

Школа

Отд./корп

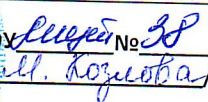
ИНН 26-08395965

Пятница 2-я нед.

День

23.05.2025г.

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	1/200/7/80	37,33	388,60			
							17,70	17,30	40,30
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	6,00	113,40			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	2,90	1,90	20,90
	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	8,50	66,00	4,30	1,65	21,25
							0,10	7,20	0,10
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00	3,50	4,40	0,00
Обед	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:			762	80,18	937,40	33,05	33,55	121,45
	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60			
							0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками	1/250	6,89	115,00	5,60	4,80	10,20
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	32,99	343,90	16,50	24,20	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	8,00	325,00	11,46	8,12	51,52
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	77,40			
ИТОГО:	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	16,50	69,50	4,30	1,65	21,25
							0,60	0,60	14,70
	ИТОГО:			1039	80,18	1186,30	43,01	39,97	157,07
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1801		2123,70	76,06	73,52	278,52

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ  № 38

ПОВАР-БРИГАДИР 

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ 