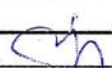


Согласовано:
Директор школы

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр социального питания"
Е.В. МЫЛЬНИКОВА

Горячие завтраки (12-18 лет) 5-11 класс (133 руб)

дата	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энерг ценность ккал	цена	№ рец
			белки	жиры	угл-ды			
03.09.2024	котлета домашняя	100	14,71	15,5	10,83	238,05	70,24	271
понедельник	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,8	528
	греча отварная	180	7,07	6,71	52,56	284,4	17,63	302
	помидор свежий	100	0,8	0,1	2	14	35,87	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	Напиток из соевых зерен	200			22,4	90	9-89	г п
		642,5	25,14	23,23	104,73	711,99	137,04	
05.09.2024	биточек школьный	100	20,37	12,94	11,38	241,15	83,12	акт к/о
вторник	картофельное пюре	180	3,84	6,12	31,56	190,8	15,21	
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	30,55	5,42	гп
	огурец свежий	50	0,33	0,05	1,33	6,66	15,91	гп
	помидор свежий	50	0,4	0,06	1,1	7	17,94	гп
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,4	19,2	71	2,64	гп
	Чай с сахаром	200/15			30	120	2-39	342
		617,5	27,28	23,2	94,64	667,16	142-63	
04.09.2024	запеканка из творога (с яблоком)	200	30,53	14,4	20,53	333,73	71,39	223
среда	молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,95	96	14,73	гп
	батон	60	4,5	1,74	30,84	159	6,82	3
	масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	61,1	10,84	гп
	сыр	30	0,65	0,78		9,63	21,57	
	чай с сахаром	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
		15						
		545	38,12	26,73	83,43	716,33	127,74	
05.09.2024	колбаски любительские	100	19,5	25,01	1,06	307,33	79,01	акт к/о
четверг	макаронные изд-я отв (рожки)	180	6,48	5,76	46,08	251,1	11,11	309
	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,8	528
	помидор свежий	50	0,4	0,06	1,1	7	17,94	71
	кукуруза	50	1,5	0,5	7,5	42,5	23,81	131
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,4	19,2	71	2,64	гп
	чай с сахаром	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
		15						
	итого за день	657,5	30,64	32,33	91,9	749,84	137,7	
06.09.2024	плов из свинины	250	19,16	27,41	50,61	518,56	74,07	265
пятница	с маслом	10						
	огурец свежий	100	0,6	0,02	2,66	13,32	31,81	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,4	19,2	71	2,64	гп
	чай с сахаром	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
		15						
		607,5	22,26	27,83	87,44	659,75	110,91	
07.09.2024	котлета рубленая из грудки	100	18,2	10,4	14,8	224	65,52	294
суббота	рис отварной	180	4,55	5,63	50,04	257,94	18,75	304
	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,80	528
	помидор свежий	50	0,4	0,06	1,1	7	17,94	71
	кукуруза	50	1,5	0,5	7,5	42,5	23,81	131
	хлеб целебный 1 шт	47,76	2,3	0,4	19,2	71	3,88	гп
	чай с сахаром	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
		15						
		672,76	27,41	17,59	109,6	673,35	133,09	

Экономист 2к  /Н.А.Бредихина/

798,00

Согласовано:
Директор школы

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр социального питания"
Е.В. Мыльникова

Горячие завтраки и обеды ОВЗ (124 руб) (12-18 лет) 5-11 класс

дата	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энерг ценность ккал	цена	№ рец
			белки	жиры	угл-ды			
03.09.24	каша пшенная	200	7,74	16,92	38,59	324,88	23,55	173
понедельник	с маслом	10						
	батон	30	2,08	0,76	14,03	71,3	3,42	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
		455	7,94	17,68	67,62	457,18	29,36	
	суп крестьянский с овс хл	200	3,43	5,68	11,08	105,68	9,27	98
	со сметаной	10	0,29	1,5	0,36	16,1		
	котлета домашняя	90	13,23	13,95	9,74	214,24	63,6	271
	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,8	528
	макаронные изд-я отварные	150	5,4	4,8	38,4	209	9,67	309
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	Напиток из ягод море	200			22,4	90	9,89	г п
	итого за день	712,5	24,91	26,85	98,92	720,56	95,84	
05.09.2024	каша овсяная	200	7,71	13,48	32,83	283,74	22,32	173
вторник	с маслом	10						
	батон	30	2,08	0,76	14,03	71,3	3,42	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
		455	9,99	14,24	61,86	416,04	28,13	
	щи из свежей капусты	200	3,27	4,48	8,76	87,28	11,08	88
	со сметаной	10						
	биточек школьный	90	18,33	11,65	10,24	217,03	74,89	акт к/о
	картофельное пюре	150	3,2	5,1	26,3	159	13,58	312
	масло сливочное	5						гп
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,4	19,2	71	2,64	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
	итого за день	502,5	27,1	21,63	64,5	534,31	102,19	376
04.09.2024	каша гречневая	200	9,17	12,4	41,84	317,04	25,47	173
среда	с маслом	10						
	батон	30	2,08	0,76	14,03	71,3	3,42	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
		455	11,45	13,16	70,87	449,34	31,28	
	рассольник "Ленинградский"	200	3,89	5,5	16,28	127,3	16,21	96
	со сметаной (перловка)	10						
	котлета рубленая из грудки	90	16,38	9,03	13,32	201,6	59	294
	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,8	528
	греча отварная	150	5,9	5,6	43,8	237	12,85	302
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,4	19,2	71	2,64	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
	итого за день	727,5	28,93	21,13	109,59	711,94	93,89	
09.2024	каша ячневая	200	7,2	9,4	34	249	22,2	
четверг	с маслом	10						
	батон	30	2,08	0,76	14,03	71,3	3,42	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348

	сахаром	15						
		455	9,48	10,16	63,03	381,3	28,01	
	суп картофельн с горохом	200	6,32	4,24	18,64	136,8	5,3	102
	колбаски любительские	90	17,55	22,51	0,95	276,6	71,12	акт к/о
	макаронные изд-я отварные	150	5,4	4,8	38,4	209	9,67	309
	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,8	528
	хлеб целебный 2 шт	65	2,3	0,4	19,2	71	5,28	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
	итого за день	750	32,03	32,55	94,18	768,44	94,56	376
06.09.2024	каша «Дружба»(рис+пшено)	200	6,03	11,51	27,68	239,12	23,8	175
пятница	с маслом	10						
	батон	30	2,08	0,76	14,03	71,3	3,42	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
		455	6,23	12,27	56,71	371,42	29,61	
обед	борщ из свежей капусты	200	4,78	6,14	18,36	132,9	10,58	82
	со сметаной	10						
	плов из свинины	200	19,16	27,41	50,61	518,56	59,34	265
	с маслом	10						
	огурец свежий	34	0,33	0,05	1,33	6,66	10,79	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,4	19,2	71	2,64	гп
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
		701,5	26,77	34	104,5	790,12	85,74	
06.04.2024	каша пшеничная	200	5,2	0,5	31,2	150,1	22,36	54-13к
суббота	с маслом	5	0,04	3,63	0,07	30,55	5,42	гп
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,42	304
	чай с	200	0,2		15	61	2,39	348
	сахаром	15						
	итого за день	450	7,69	5	61,69	321,15	33,59	
обед	суп из овощей	200	3,27	4,48	8,76	87,28	10,5	99
	со сметаной	10						
	котлета рубленая из грудки	90	16,38	9,03	13,32	201,6	59	294
	рис отварной	150	3,8	4,7	41,7	215	15,62	304
	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,8	акт к/о
	хлеб целебный 1 шт	25,85	2,3	0,4	19,2	71	2,1	гп
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	71
	сахаром	15						г п
		720,85	26,21	19,21	99,94	645,79	90,41	

Экономист 2к СН /Н.А.Бредихина/

744,00

744

Составлено:
Директор школы

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр социального питания"
Е.В. Мыльникова

Горячие завтраки (7-11 лет) 1 - 4 класс (107 руб)

дата	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энерг ценность ккал	цена	№ рец
			белки	жиры	угл-ды			
03.09.2024	каша пшеничная	200	8,18	10,3	40,76	284,83	23,55	173
понедельник	с маслом	10						
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,41	3
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	30,55	5,42	г п
	чай	200	0,24	0,05	15,22	59,31	4,82	377
	с сахаром	15						
	с лимоном	7						
	плоды свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	35,8	58-75	
		567	11,61	15,05	79,57	489,99	95-98	
04.09.2024	омлет натуральный	200	12,7	18	3,3	225,5	91,63	210
вторник	с маслом	5						
	кукуруза	30	1,8	0,6	9	51	14-03	131
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,42	гп
	с сыром(порционный, плавленый)	15	0,44	0,52	0	6,42	16,54	
								г п
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
		557,5	19,69	20,31	57,64	490,79	68-07	
04.09.2024	котлета рубленая из грудки	90	16,38	9,03	13,32	201,6	59	294
среда	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,80	528
	рис отварной	150	3,8	4,7	41,7	215	15,63	304
	огурец свежий	60	0,4	0,06	1,6	8	19,08	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
	итого за день	577,5	23,34	14,71	88,53	567,01	99,54	
05.09.2024	жаркое по-домашнему(говядина)	200	12,24	14,18	22,68	262,03	69,72	284
четверг	огурец соленый	60	0	0	1,8	7,2	34,32	70
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,41	гп
	какао с молоком	200	3,3	3,6	25,3	140	17,48	382
		522,5	20,09	18,97	80,15	560,23	127,57	
06.09.2024	котлета рыбная	90	12,42	10,33	14,34	197,84	44,23	234
	картофельное пюре	150	3,2	5,1	26,3	159	13,58	312
пятница	масло сливочное	5						гп
	помидор свежий	30	0,24	0,03	0,6	4,2	10,76	71
	огурец свежий	30	0,2	0,03	0,8	4	9,56	71
	хлеб целебный 1 шт	17,97	2,3	0,32	14,95	71,5	1,46	г п
	сок	200			22,4	90	11,25	г п
	итого за день	522,97	18,36	15,81	79,39	526,54	90,84	

Экономист 2к / Н.А.Бредихина/

535,00

535

Согласовано:
Директор школы

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр социального питания"
Е.В. Мыльникова

Горячие завтраки (107 руб) и полдники 17 руб) ОБЗ (7-11 лет) 1-4 класс

дата	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энерг ценность ккал	цена	№ рец
			белки	жиры	угл-ды			
03.09.2024	каша пшениная	200	8,18	10,3	40,76	284,83	23,55	173
понедельник	с маслом	10						
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,42	3
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	30,55	5,42	г п
	чай	200	0,24	0,05	15,22	59,31	4,82	377
	с сахаром	15						
	с лимоном	7						
	плоды свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	35,8	58-75	
		567	11,61	15,05	79,57	489,99	95-96	
полдник	кекс 1шт	33	2,67	6,07	12,44	115,17	13-63	3
	какао с молоком	200	3,3	3,6	25,3	140	17,65	377
	итого за день	266	5,97	9,67	37,74	255,17	37-28	
05.09.2024	омлет натуральный	200	12,7	18	3,3	225,5	91,63	210
вторник	с маслом	5						
	кукуруза	30	1,8	0,6	9	51	14-03	131
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,42	гп
	сыр(порционный ,плавленый)	15	0,44	0,52	0	6,42	16,54	
								г п
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
		557,5	19,69	20,31	57,64	490,79	128-01	
	батон	30	7,75	9,12	61,09	361,21	3-42	
	чай	200	0,24	0,05	15,22	59,31	2-89	377
	с сахаром	15						
	масло	23					2-68	
	итого за день	307	7,99	9,17	76,31	420,52	8-49	
04.09.2024	котлета рубленая из грудки	90	16,38	9,03	13,32	201,6	59	294
среда	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,80	528
	рис отварной	150	3,8	4,7	41,7	215	15,63	304
	огурец свежий	60	0,4	0,06	1,6	8	19,08	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
	итого за день	577,5	23,34	14,71	88,53	567,01	99,54	
полдник	Батон	30	5,05	9,22	52,71	316,38	3-42	
	масло	5			22,4	90	5-42	г п
	мол.с сахаром	200/15					2-39	
	итого за день	275	5,05	9,22	75,11	406,38	11-23	
5.09.2024	жаркое по-домашнему(говядина)	200	12,24	14,18	22,68	262,03	69,72	284
четверг	огурец соленный	60	0	0	1,8	7,2	34,32	70
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,42	гп
	какао с молоком	200	3,3	3,6	25,3	140	17,48	382
		522,5	20,09	18,97	80,15	560,23	127,58	
полдник	батон 2к	69,38	2,25	0,87	15,42	79,5	7,91	гп
	с сыром(порционный, плавленый)	15	0,44	0,52	0	6,42	16,54	

	с маслом	10	0,08	7,26	0,14	61,11	10,84	
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
	итого за день	309,38	2,97	8,65	30,53	203,9	37,68	
06.09.2024	котлета рыбная	90	12,42	10,33	14,34	197,84	44,23	234
пятница	картофельное пюре	150	3,2	5,1	26,3	159	13,58	312
	масло сливочное	5						гп
	помидор свежий	60	0,48	0,06	1,2	8,4	21,52	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,73	г п
	сок	200			22,4	90	11,25	г п
	итого за день	537,5	18,4	15,81	79,19	526,74	93,31	
	ватрушка с повидлом	75	5,28	2,86	49,5	243,18	14,24	
	како с молоком	200	3,3	3,6	25,3	140	17,65	377
	итого за день	275	8,58	6,46	74,8	383,18	31,89	

экономист 2к /Н.А Бредихина/

СН

705,00

705,00

Согласовано:
Директор школы

Утверждаю:
Директор МАУ "Центр социального питания"
Е.В. Мыльникова

Горячие завтраки (12-18 лет) 5 -11 класс (83 руб)

дата	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энерг ценности ккал	цена	№ рец
			белки	жиры	угл-ды			
03.09.2024	каша пшенная	200	8,18	10,3	40,76	284,83	23,55	173
понедельник	с маслом	10						
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,41	3
	масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	30,55	5,42	г п
	чай	200	0,24	0,05	15,22	59,31	4,82	377
	с сахаром	15						
	с лимоном	7						
		467	10,71	14,85	71,47	454,19	37,2	
03.09.2024	омлет натуральный	200	12,7	18	3,3	225,5	91,63	210
вторник	с маслом	5						
	зеленый горошек	60	1,86	0,12	3,9	24	13,02	131
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,42	гп
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,34	г п
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
		542,5	19,31	19,31	52,54	457,37	112,8	
04.09.2024	котлета рубленая из грудки	90	16,38	9,03	13,32	201,6	59	294
среда	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,78	528
	рис отварной	150	3,8	4,7	41,7	215	15,63	304
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	чай с	200	0,2		14,97	56,87	2,39	376
	сахаром	15						
	итого за день	517,5	22,94	14,65	86,93	559,01	80,44	
05.09.2024	жаркое по-домашнему(говядина)	200	12,24	14,18	22,68	262,03	69,72	284
четверг	огурец свежий	30	0,2	0,03	0,8	4	9,56	71
	хлеб целебный 1 шт	32,5	2,3	0,32	14,95	71,5	2,64	г п
	батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	3,41	гп
	какао с молоком	200	3,3	3,6	25,3	140	17,48	382
		492,5	20,29	19	79,15	557,03	102,81	
06.09.2024	котлета рыбная	90	12,42	10,33	14,34	197,84	44,23	234
	картофельное пюре	150	3,2	5,1	26,3	159	13,58	312
пятница	масло сливочное	5						гп
	огурец свежий	30	0,2	0,03	0,8	4	9,56	71
	хлеб целебный 1 шт	38,53	2,3	0,32	14,95	71,5	3,13	г п
	сок	200			22,4	90	11,25	г п
	итого за день	513,53	18,12	15,78	78,79	522,34	81,75	
07.09.2024	котлета домашняя	90	13,23	13,95	9,74	214,24	63,6	271
суббота	соус красный основной	30	0,26	0,6	1,99	14,04	0,79	528
	макаронные изд-я отварные	180	6,48	5,76	46,08	251,1	11,61	309
	хлеб целебный 1 шт	27	2,3	0,32	14,95	71,5	2,18	г п
	чай	200	0,24	0,05	15,22	59,31	4,82	377
	с сахаром	15						
	с лимоном	7						
	итого за день	349	22,27	20,63	72,76	550,88	83,00	

Экономист 2к  /Н.А.Бредихина/

498,00

498