

Согласовано:
 Директор МБОУ «Пятинская СОШ»:
 А.Ю. Новикова

День/неделя: Понедельник		Младшие					
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Фрукт	100	0,025		19,850	80,250	
1	Бутерброд с маслом	50	0,080	7,250	0,13	66,090	
204	Рожки отварные с сыром	150	11,17 2	8,823	43,122	277,756	
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	
		520					
Итого за Завтрак			14,54 2	16,48 3	91,770	563,458	
Обед							
7,46	Икра овощная	50	1,020	5,400	5,400	81,600	
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	1,704	4,636	10,586	91,550	
260	Гуляш из говядины	90	13,30 6	12,60 3	3,966	181,720	
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	37,071	187,026	
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,014	18,553	74,550	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300	
	Кислота аскорбиновая	0,035					
		730					
Итого за Обед			24,77 1	27,59 1	102,19 6	746,046	
Всего за Младшие			39,31 3	44,07 4	195,96 6	1309,504	

День/неделя: Понедельник		Старшие					
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Фрукт	100	0,025		19,850	80,250	
1	Бутерброд с маслом	50	0,080	7,250	0,13	66,090	
204	Рожки отварные с сыром	180	13,69 0	10,99 5	45,890	338,745	
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	
		550					
Итого за Завтрак			17,06 0	18,65 6	96,538	624,447	
Обед							
	Икра овощная	100	1,700	9,000	9,000	136,000	
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	220	2,184	5,836	13,244	115,120	
260	Гуляш из говядины	100	14,71 8	13,41 5	4,274	195,840	
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,682	4,152	44,485	214,296	
348	Компот из сухофруктов	180	0,234	0,014	18,553	74,550	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400	
	Кислота аскорбиновая	0,035					
		860					
Итого за Обед			29,51 8	33,29 7	125,11 6	908,606	
Всего за Старшие			46,57 8	51,95 3	221,65 4	1533,053	

Согласовано:
 Директор МБОУ «Пятинская СОШ»:

 А.Ю. Новикова

День/неделя: Вторник		Младшие				
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
8	Запеканка из творожного суфле	150/20	27,84 0	18,00 0	32,400	279,600
173	Каша пшеница молочная	150	6,569	5,304	33,899	210,237
384	Кофейный напиток	180	2,368	2,400	17,408	100,800
		500				
Итого за Завтрак			36,77 7	25,70 4	83,707	590,637
Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	50	1,066	3,068	6,611	59,040
103	Суп картофельный с вермишелью	180	1,530	2,208	10,247	67,250
243	Фрикадельки в томатном соусе	75/25	10,51 0	11,78 0	13,750	202,500
173	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,121	23,491	140,396
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300
		720				
Итого за Обед			22,52 5	21,88 8	93,107	649,748
Всего за Младшие			66,26 4	63,34 2	285,34 8	1600,656

День/неделя: Вторник		Старшие				
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
8	Запеканка из творожного суфле	150/20	27,84 0	18,00 0	32,400	279,600
173	Каша пшеница молочная	200	8,797	7,083	45,753	282,786
384	Кофейный напиток	180	2,368	2,400	17,408	100,800
		550				
Итого за Завтрак			39,00 5	27,48 3	95,561	663,186
Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,755	5,117	11,250	99,280
103	Суп картофельный с вермишелью	250	1,931	3,262	12,925	89,130
243	Фрикадельки в томатном соусе	75/25	10,51 0	11,78 0	13,750	202,500
173	Каша гречневая вязкая	180	5,584	5,077	28,189	168,565
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
		890				
Итого за Обед			26,00 5	26,16 7	114,06 2	783,237
Всего за Старшие			65,01 0	53,65 0	209,62 3	1446,423

Согласовано:
 Директор МБОУ «Пятинская СОШ»:
 А.Ю. Новикова

День/неделя: Среда Младшие						
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
1	Бутиерброд с маслом	1040	0,080	7,250	0,13	66,090
223	сырники со сметаной	150/100	28,440	19,510	17,100	357,160
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262
	фрукт	110	2,800	0,400	18,400	88,000
		500				
Итого за Завтрак			31,500	27,206	47,668	560,512
Обед						
67	Винегрет овощной	50	1,099	4,124	5,547	64,140
88	Щи из свежей капусты со сметаной	180	1,784	4,666	9,928	89,660
268	Биточки мясные с томатным соусом	90/30	15,737	28,129	14,070	371,460
202	Рожки отварные	150	6,412	3,654	47,942	222,476
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300
	Кислота аскорбиновая	0,035				
		740				
Итого за Обед			29,730	41,287	116,859	934,576
Всего за - Младшие			61,230	68,493	164,527	1495,088

День/неделя: Среда Старшие						
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
1	Бутиерброд с маслом	1040	0,080	7,250	0,13	66,090
223	сырники со сметаной	180/100	33,640	22,810	20,520	421,200
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262
	фрукт	100	2,800	0,400	18,400	88,000
		520				
Итого за Завтрак			36,700	30,506	51,088	624,552
Обед						
67	Винегрет овощной	60	1,846	7,208	9,293	110,170
88	Щи из свежей капусты со сметаной	220	2,283	5,872	12,613	113,510
268	Биточки мясные с томатным соусом	100/30	17,335	30,234	15,751	403,390
202	Рожки отварные	180	7,740	4,535	57,530	269,645
342	Компот ассорти	180	0,198	0,054	12,552	57,240
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Кислота аскорбиновая	0,035				
		850				
Итого за Обед			35,402	48,780	143,499	1126,755
Всего за - Старшие			72,102	79,286	194,587	1751,307



Согласовано:
 Директор МБОУ «Пятинская СОШ»:
 А.Ю. Новикова

День/неделя: Четверг - Младшие						
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак:						
1	Бутерброд с маслом	10,40	0,080	7,250	0,13	66,090
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	16,073	21,239	13,026	306,237
171	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,007	4,278	37,071	187,026
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962
	Хлеб пшеничный	30	3,040	0,360	18,480	88,400
		500				
Итого за Завтрак:			23,425	33,178	80,895	698,715
Обед:						
	Огурцы соевые порционные	60	0,696	0,087	1,479	11,310
102	Суп картофельный с горохом	200	5,050	5,441	13,384	131,010
259	Жаркое по-домашнему	200	20,497	22,649	23,424	378,140
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,220	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	13,860	66,300
	Кислота аскорбиновая	0,035				
		700				
Итого за Обед:			30,977	28,851	85,460	724,610
Всего за Младшие			54,402	62,029	166,355	1423,325

День/неделя: 20.10.2022 - Старшие						
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак:						
1	Бутерброд с маслом	10,40	0,080	7,250	0,13	66,090
294	Котлеты рубленные из мяса птицы	100	17,748	24,476	14,032	345,936
171	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,682	4,512	44,485	214,296
377	Чай с лимоном	180	0,225	0,051	12,188	50,962
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
		550				
Итого за Завтрак:			25,775	36,649	89,315	765,684
Обед:						
	Огурцы соевые порционные	100	1,160	0,145	2,465	18,850
102	Суп картофельный с горохом	250	6,441	6,561	19,546	163,390
259	Жаркое по-домашнему	250	25,590	28,016	29,348	470,190
348	Компот из абрикосов	180	0,234	0,014	18,353	74,550
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Кислота аскорбиновая	0,035				
		860				
Итого за Обед:			39,425	35,616	105,472	899,280
Всего за - Старшие			65,200	72,265	194,787	1665,464

Согласовано:
 Директор МБОУ «Пятинская СОШ»:
 А.Ю. Новикова



День/неделя: 14.09.2022 - Пятница						
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,13	66,090
279	Тфтели мясные с томатным соусом	120	13,537	22,928	14,102	324,210
173	Каша гречневая вязкая	150	4,694	4,421	23,491	140,396
376	Чай с сахаром	180	0,180	0,046	12,038	49,262
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
		500				
Итого за Завтрак			23,531	34,795	68,241	668,358
Обед						
45	Салат из обезжиренной капусты	60	1,066	3,068	6,611	59,040
162	Суп картофельный с морозом	200	5,050	5,411	15,384	131,010
243	рагу овощное	180	10,560	22,944	6,284	250,560
342	Козинот ассорти	180	0,134	0,062	14,089	56,470
	Хлеб ржанко-пшеничный	40	2,220	0,390	12,960	63,300
	Хлеб пшеничный	40	2,280	0,270	13,800	66,300
	аскорбиновая кислота	0,035				
Итого за Обед			20,310	32,145	63,288	676,680
Всего за 14.09.2022 - Пятница			44,841	66,940	131,529	1295,038

День/неделя: 14.09.2022 - Старшие						
№ реп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,13	66,090
279	Тфтели мясные с томатным соусом	100/30	17,161	24,362	15,653	347,320
173	Каша гречневая вязкая	180	5,584	5,077	28,189	168,565
376	Чай с сахаром	200	0,200	0,046	12,038	49,262
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
		520				
Итого за Завтрак			26,065	37,095	73,890	719,637
Обед						
45	Салат из обезжиренной капусты	100	1,755	5,317	11,250	99,280
162	Суп картофельный с морозом	250	6,441	6,561	19,546	163,340
243	рагу овощное	200	11,660	25,334	6,424	276,660
342	Козинот ассорти	200	0,134	0,062	14,089	56,470
	Хлеб ржанко-пшеничный	40	2,260	0,320	12,280	64,400
	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,360	18,480	88,400
	Кислота аскорбиновая	0,033				
Итого за Обед			25,990	37,954	61,069	768,600
Всего за 14.09.2022 - Старшие			52,055	75,049	134,959	1488,237