

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



| Возрастная группа с 7 до 11 лет | | | | | | |
|---------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------------|
| День/неделя: Понедельник | | | | | | |
| № рецеп. | Наименование дней недели, блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак: | | | | | | |
| 15 | Сыр порционный | 15 | 4,160 | 4,176 | | 54,224 |
| 243 | Котлета | 80 | 12,440 | 9,240 | 12,560 | 250,560 |
| 202 | Рожки отварные | 180 | 6,412 | 3,654 | 47,942 | 222,476 |
| 377 | Чай с лимоном | 185 | 0,225 | 0,051 | 12,188 | 50,962 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,040 | 0,360 | 18,480 | 88,400 |
| Итого за Завтрак | | | 500 | 26,277 | 17,481 | 666,622 |
| Обед | | | | | | |
| 71 | Овощи свежие порционные | 60 | 1,320 | 0,120 | 4,200 | 24,000 |
| 88 | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 1,784 | 4,666 | 9,928 | 89,660 |
| 291 | Плов из мяса птицы | 200 | 23,127 | 21,831 | 39,850 | 432,847 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,234 | 0,014 | 18,353 | 105,250 |
| | Хлеб ржанно-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 | | | | |
| Итого за Обед | | | 700 | 30,965 | 27,291 | 750,657 |
| Всего за Понедельник | | | 1200 | 57,242 | 44,772 | 1417,279 |

| Возрастная группа с 11 до 17 лет | | | | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| День/неделя: Понедельник | | | | | | |
| № рецеп. | Наименование дней недели, блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак: | | | | | | |
| 15 | Сыр порционный | 15 | 4,160 | 4,176 | | 54,224 |
| 243 | Котлета | 100 | 15,550 | 11,550 | 15,700 | 276,660 |
| 202 | Рожки отварные | 180 | 7,740 | 4,535 | 49,415 | 269,645 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,225 | 0,051 | 12,188 | 50,962 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,040 | 0,360 | 18,480 | 88,400 |
| Итого за Завтрак | | | 30,715 | 20,672 | 95,783 | 739,891 |
| Обед | | | | | | |
| | Овощи свежие | 100 | 2,200 | 0,200 | 7,000 | 40,000 |
| 88 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 2,281 | 5,872 | 12,613 | 113,510 |
| 291 | Плов из мяса птицы | 250 | 29,002 | 27,530 | 49,812 | 545,026 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,234 | 0,014 | 18,353 | 74,550 |
| | Хлеб ржанно-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 | | | | |
| Итого за Обед | | | 39,717 | 34,496 | 123,538 | 945,886 |
| Всего: | | | 70,432 | 55,168 | 219,321 | 1685,777 |

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

| День/неделя: Вторник Молодые | | | | | | |
|------------------------------|---------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| № реп. | Наименование дней недели, блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| 15 | Сыр порционно | 15 | 4,160 | 4,176 | | 54,224 |
| 175 | Каша молочная рисовая | 150 | 4,258 | 4,204 | 29,506 | 161,997 |
| 384 | *Кавказ с молоком | 180 | 2,624 | 2,400 | 17,472 | 101,984 |
| | Батон йодированный | 40 | 2,800 | 0,400 | 18,400 | 88,000 |
| | Фрукт, 1 шт | 115 | | | | |
| | | 500 | | | | |
| Итого за Завтрак | | | 13,842 | 11,680 | 65,378 | 406,205 |
| Обед | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной | 60 | 1,099 | 4,124 | 5,547 | 64,140 |
| 103 | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 1,530 | 2,208 | 10,247 | 67,250 |
| 294 | Котлеты рубленные из мяса птицы | 90 | 16,073 | 21,239 | 13,026 | 306,237 |
| 128 | картофельное пюре | 150 | 3,247 | 2,831 | 23,429 | 141,566 |
| 376 | Чай с сахаром | 180 | 0,180 | 0,046 | 12,038 | 49,262 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,220 | 0,390 | 12,960 | 63,300 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,280 | 0,270 | 13,860 | 66,300 |
| | | 740 | | | | |
| Итого за Обед | | | 26,629 | 31,108 | 91,107 | 758,055 |
| Всего за - Молодые | | | 40,471 | 42,788 | 156,485 | 1164,260 |

| День/неделя: Вторник Старшие | | | | | | |
|------------------------------|---------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| № реп. | Наименование дней недели, блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| 15 | Сыр порционно | 15 | 4,160 | 4,176 | | 54,224 |
| 175 | Каша молочная рисовая | 200 | 5,637 | 6,263 | 39,341 | 212,826 |
| 384 | *Кавказ с молоком | 180 | 2,624 | 2,400 | 17,472 | 101,984 |
| | Батон йодированный | 40 | 2,800 | 0,400 | 18,400 | 88,000 |
| | Фрукт | 100 | | | | |
| | | 535 | | | | |
| Итого за Завтрак | | | 15,221 | 13,239 | 75,213 | 457,034 |
| Обед | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной | 100 | 1,846 | 7,208 | 9,293 | 110,170 |
| 103 | Суп картофельный с вермишелью | 250 | 1,931 | 3,262 | 12,925 | 89,130 |
| 294 | Котлеты рубленные из мяса птицы | 100 | 17,748 | 24,476 | 14,032 | 345,956 |
| 128 | картофельное пюре | 180 | 3,902 | 4,743 | 28,150 | 171,355 |
| 376 | Чай с сахаром | 180 | 0,180 | 0,046 | 12,038 | 49,262 |
| | Хлеб ржано-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 | | | 31,607 | 40,615 | 112,198 | 938,653 |
| Всего Старшие | | | 46,828 | 53,854 | 187,411 | 1395,687 |

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



| День/неделя: Среда Младшие | | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|---------------|----------------------|----------------|-----------------|--------------------------------|
| № рец. | Наименование дней недели, блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| | Масло порционное | 10 | 0,080 | 7,250 | 0,13 | 66,090 |
| 279 | Тефтели мясные с томатным соусом | 120 | 15,537 | 22,928 | 14,102 | 324,210 |
| 173 | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,694 | 4,121 | 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 белокачанной капусты | 60 | 1,066 | 3,068 | 6,611 | 59,040 |
| 102 | Суп картофельный с горохом | 200 | 5,950 | 5,411 | 15,384 | 131,010 |
| 243 | рагу овощное | 180 | 10,560 | 22,944 | 0,384 | 250,560 |
| 342 | Компот ассорти | 180 | 0,134 | 0,062 | 14,089 | 56,470 |
| | Хлеб ржанко-пшеничный | 40 | 2,220 | 0,290 | 12,960 | 63,300 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,280 | 0,270 | 13,860 | 66,300 |
| | аскорбиновая кислота | 0,035 | | | | |
| Итого за Обед | | | 21,310 | 32,145 | 63,288 | 626,680 |
| Всего - Младшие | | | | | | |
| | | 44,841 | 66,850 | 131,529 | 1295,038 | |

| День/неделя: Среда Старшие | | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| № рец. | Наименование дней недели, блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| | Масло порционное | 10 | 0,080 | 7,250 | 0,13 | 66,090 |
| 279 | Тефтели мясные с томатным соусом | 100/30 | 17,161 | 24,362 | 15,053 | 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 белокачанной капусты | 100 | 1,755 | 5,117 | 11,250 | 99,280 |
| 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 6,441 | 6,564 | 19,546 | 163,390 |
| 243 | рагу овощное | 200 | 11,660 | 25,334 | 0,424 | 276,660 |
| 342 | Компот ассорти | 200 | 0,134 | 0,062 | 14,089 | 56,470 |
| | Хлеб ржанко-пшеничный | 40 | 2,960 | 0,520 | 17,280 | 84,400 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,040 | 0,360 | 18,480 | 88,400 |
| | аскорбиновая кислота | 0,035 | | | | |
| Итого за Обед | | | 37,095 | 47,642 | 81,069 | 768,600 |
| Всего за - Старшие | | | 63,160 | 84,737 | 154,959 | 1488,237 |

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

| День/неделя: Четверг - 1 Младшие | | | | | | | День/неделя: четверг 2 - 1 Старшие | | | | | | |
|----------------------------------|------------------------------------|--------------|----------------------|--------------------|--------------------|--------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--------------------|----------------------|---------------------|---------------------|--------------------------------|
| № реп. | Наименование дней недели, блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № реп. | Наименование дней недели, блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | | | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | | Завтрак | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом | 40/10 | 0,0 80 | 7,2 50 | 0,1 3 | 66,090 | | Бутерброд с маслом | 40/10 | 0,0 80 | 7,2 50 | 0,13 | 66,090 |
| 210 | Омлет натуральный с колбасой | 150 | 16, 753 | 24, 028 | 13, 254 | 296,218 | 210 | Омлет натуральный с колбасой | 150 | 20, 702 | 28, 421 | 16,5 68 | 335,887 |
| 377 | Чай с лимонем | 180 | 0,2 25 | 0,0 51 | 12, 188 | 50,962 | 377 | Чай с лимонем | 200 | 0,2 25 | 0,0 51 | 12,1 88 | 50,962 |
| | Батон вадированный | 40 | 2,8 00 | 0,4 00 | 18, 400 | 88,000 | | Батон вадированный | 40 | 2,8 00 | 0,4 00 | 18,4 00 | 88,000 |
| | Фрукт | 100 | | | | | | Фрукт | 100 | | | | |
| | | 520 | | | | | | | 540 | | | | |
| Итого за Завтрак | | | 19, 858 | 31, 729 | 43, 922 | 501,270 | Итого за Завтрак | | | 23, 807 | 36, 122 | 47,2 86 | 560,939 |
| Обед | | | | | | | Обед | | | | | | |
| 62 | Салат из моркови с сахаром | 60 | 0,9 36 | 0,0 72 | 7,9 62 | 37,170 | 62 | Салат из моркови с сахаром | 100 | 1,5 60 | 0,1 20 | 13,2 70 | 61,950 |
| 82 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200 | 1,7 04 | 4,6 36 | 10, 586 | 91,550 | 82 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 2,1 84 | 5,8 36 | 13,2 44 | 115,120 |
| | Каша гречневая | 150 | | | | | | Каша гречневая | 180 | | | | |
| 289 | Гуляш из говядины | 80 | 22, 534 | 24, 767 | 25, 632 | 394,150 | 289 | Гуляш из говядины | 90 | 28, 106 | 30, 660 | 32,0 49 | 489,280 |
| 348 | Компот из абрикосов | 180 | 0,2 34 | 0,0 14 | 18, 353 | 74,550 | 342 | Компот из абрикосов | 180 | 0,2 34 | 0,0 14 | 18,3 53 | 74,550 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,2 20 | 0,3 90 | 12, 960 | 63,300 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,9 60 | 0,5 20 | 17,2 80 | 84,400 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,2 80 | 0,2 70 | 13, 860 | 66,300 | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 40 | 0,3 60 | 18,4 80 | 88,400 |
| | Кислота аскорбиновая | 730 | | | | | | Кислота аскорбиновая | 0.035 | | | | |
| | | | | | | | | | 880 | | | | |
| Итого за Обед | | | 29, 908 | 30, 149 | 89, 353 | 727,020 | Итого за Обед | | | 38, 084 | 37, 510 | 112, 676 | 913,700 |
| Всего за Старшие | | | | | | | | | 61, 891 | 73, 632 | 159, 962 | 1474,639 | |

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



| День/неделя: пятница | | Младшие | | | | |
|-----------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| № рец. | Наименование дней недели, блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| 15 | Сыр порционный | 15 | 4,160 | 4,176 | | 54,224 |
| 174 | Каша молочная "Дружба" | 170 | 4,422 | 5,372 | 23,942 | 162,366 |
| 357 | Кофейный напиток | 180 | 2,368 | 2,4 | 17,408 | 100,800 |
| | Батон водированный | 40 | 2,800 | 0,400 | 18,400 | 88,000 |
| | фрукт | 100 | | | | |
| | | 505 | | | | |
| Итого за Завтрак | | | 13,750 | 12,348 | 59,750 | 405,390 |
| Обед | | | | | | |
| 52 | Салат из свеклы отварной | 50 | 1,080 | 3,069 | 6,336 | 57,210 |
| 88 | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 1,784 | 4,666 | 9,928 | 89,660 |
| 268 | Рыба тушеная с овощами | 100 | 5,540 | 0,230 | 2,360 | 316,390 |
| 173 | рис отварной с овощами | 150 | 4,694 | 4,121 | 23,491 | 140,396 |
| 342 | Компот ассорти | 180 | 0,198 | 0,054 | 12,552 | 57,240 |
| | Хлеб ржанно-пшеничный | 30 | 2,220 | 0,390 | 12,960 | 63,300 |
| | | 710 | | | | |
| Итого за Обед | | | 15,516 | 12,530 | 67,627 | 724,196 |
| Всего за - 1 Младшие | | | 29,266 | 24,878 | 127,377 | 1129,586 |

| День/неделя: пятница | | - 1 Старшие | | | | |
|-----------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| № рец. | Наименование дней недели, блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| 15 | Сыр порционный | 15 | 4,160 | 4,176 | | 54,224 |
| 174 | Каша молочная "Дружба" | 200 | 5,897 | 6,915 | 32,249 | 215,565 |
| 357 | Кофейный напиток | 180 | 2,368 | 2,4 | 17,408 | 100,800 |
| | Батон водированный | 40 | 2,800 | 0,400 | 18,400 | 88,000 |
| | фрукт | 100 | | | | |
| | | 533 | | | | |
| Итого за Завтрак | | | 15,225 | 13,891 | 68,057 | 458,589 |
| Обед | | | | | | |
| 52 | Салат из свеклы отварной | 100 | 1,800 | 5,115 | 10,560 | 95,350 |
| 88 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 2,283 | 5,872 | 12,613 | 113,510 |
| 268 | Рыба тушеная с овощами | 100 | 5,540 | 0,230 | 2,360 | 348,320 |
| 173 | рис отварной с овощами | 180 | 5,584 | 5,077 | 28,189 | 168,565 |
| 342 | Компот ассорти | 180 | 0,198 | 0,054 | 12,552 | 57,240 |
| | Хлеб ржанно-пшеничный | 40 | 2,960 | 0,520 | 17,280 | 84,400 |
| | | | | | | |
| Итого за Обед | | | 18,365 | 16,868 | 83,554 | 867,385 |
| Всего за - 1 Старшие | | | 33,590 | 30,759 | 151,611 | 1325,974 |