

«Утверждаю»  
Директор МКОУ  
«Розгребельская СОШ»

/ Сухорукова Н. Н.

Школа

МКОУ Розгребельская СОШ

Отд./корп

День

25.04.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	26	салат мясной	210	7-30	260	3,09	4,04	28,84
	гор. напиток	376	чай с сахаром	200	2-71	61,3	0,8	9,1	15,0
	хлеб	112	кефир	200	3-30	194,0	1,3	4,4	62,4
			Всего		13-31	515,30			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	91	Салат из петрушки	60	8-65	49,3	1,1	3,4	5,2
	1 блюдо	61	Винегрет с огуречной заправкой	250	5-85	82,0	2,0	1,9	14,5
	2 блюдо	309	Картофель отварной	150	4-20	269,2	6,8	10,0	38,0
	гарнир	99	Биточки	80	25-31	262,0	1,8	14,5	14,4
	сладкое	1041	Компот из сухофруктов	200	5-93	123,3	2,4	9,0	103,2
	хлеб бел.	112	хлеб пшеничный	30	3-45	45,8	1,65	9,3	14,8
	хлеб черн.	112	хлеб ржаной-мелкий	40	2-40	7,8	0,5	2,8	14,6
Всего!				53-79	909,6				
итого.				64,10	142,49				



«Утверждаю»  
 Директор МКОУ  
 «Розгребельская СОШ»  
 \_\_\_\_\_ / Сухорукова Н. Н.

Школа

МКОУ «Розгребельская СОШ»

Отд./корп

День

26.09.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	175	свиная жареная	210	7-30	260	4,8	4,1	83,4
	гор. напиток	376	чай с сахаром	200	2-71	64,3	0,2	0,1	18,0
	хлеб	1/2	Печенье	20	3-30	184,0	1,3	4,4	18,4
			Всего:		13-31	518,3			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	222	шпрот селедьевые	80	8-25	34,4	1,4	4,4	7,0
	1 блюдо	103	суп картофельный с вермишелью	250	3-59	117,9	2,7	2,8	20,4
	2 блюдо	92	греческий суп с овощами	20	21-02	40,9	2,2	2,8	4,4
	гарнир	302	гречка отварная	150	9-45	281,8	8,9	4,1	39,8
	сладкое	1081	компот из сухофруктов	200	5-23	123,3	2,7	0,1	19,3
	хлеб бел.	1/2	хлеб пшеничный	30	3-45	45,8	1,6	0,3	14,8
	хлеб черн.	1/2	хлеб ржаной-пшеничный	40	2-40	7,8	0,5	2,8	14,6
			Всего:		53-79	1035,2			
			Итого:		67-10	1553,5			



«Утверждаю»  
Директор МКОУ  
«Розгребельская СОШ»

/ Сухорукова Н. Н.

Школа

МКОУ, Розгребельская СОШ

Отд./корп

День

24.04.22

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	520	Винегрет свекольный	205	6-10	157	4,8	5,1	24,5
	гор. напиток	1164	Кофейный напиток	200	2-71	81,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	н/р	Тосты	20	4,0	194,0	1,3	4,4	12,4
			Всего!		15-31	415,3			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат свекольный	60	3-22	185,3	2,3	1,0	22,8
	1 блюдо	319	Суп картофельный с морковью	250	3-53	146,5	6,8	5,0	18,9
	2 блюдо	281	Рисовый	200	24-61	225,0	12,4	7,8	26,8
	гарнир								
	Хлебобулочные	1126	Пирожки со свининой	100	11-30	297,6	7,2	11,9	39,2
	салат	1081	Салат из свеклы с яблоком	200	5-23	123,3	2,7	0,0	10,3
	хлеб черн.	н/р	Хлеб ржаной - мякиша	40	2-40	81,0	2,8	13,5	14,6
Всего!					53-89	1050,7			
Итого!					67,10	1466			



«Утверждаю»  
 Директор МКОУ  
 «Розгребельская СОШ»  
 \_\_\_\_\_ / Сухорукова Н. Н.

Школа МКОУ «Розгребельская СОШ» Отд./корп \_\_\_\_\_ День 28.04.202

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	520	Каша манная и дружба	205	8-36	185,6	5,1	6,1	81,8
	гор. напиток	382	Попаро	200	3,64	125,1	3,4	0,6	20,4
	хлеб	1/2	Хлебцы	20	3-30	192,0	1,3	4,4	12,4
			Всего!		13-81	502,7			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	21	Салат витаминный	60	6-25	74	1,5	4,6	11
	1 блюдо	294	Суп с овощами	250	4,95	83,4	2,2	4,6	8,6
	2 блюдо	995	Помидоры	80	28-28	153,0	10,3	8,1	9,4
	гарнир	903	Картофельная пюре	150	3-20	123,3	2,4	4,4	47,6
	сладкое	1081	Салат из свеклы с яблоками	200	5-23	123,3	2,4	0,0	10,3
	хлеб бел.	1/2	Хлеб пшеничный	30	3,45	45,8	1,65	0,3	14,8
	хлеб черн.	1/2	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2-40	71,0	2,8	0,5	14,6
			Всего!		53-79	679,1			
					64,10	418,6			

Всего!  
 итого!



«Утверждаю»  
Директор МКОУ  
«Розгребельская СОШ»  
/ Сухорукова Н. Н.

Школа

МКОУ Розгребельская СОШ

Отд./корп

День

29.04.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	1164	.						
	гор. напиток	1164	Чай с сахаром	200	2.71	61,3	9,2	0,1	15,0
	хлеб	12	Булочка с маком	100	10.60	52.6	18,0	30,0	37.92
			Всего!		13.31	584.30.			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Викерет острый	100	5.25	44	1,04	18,4	1,0.
	1 блюдо	61	Суп картофельный с мясом	250	3.80	68	1,6	15,4	4,6.
	2 блюдо	77	Рис, курица	100	25,16	311,0	36	17,4	2,6.
	гарнир	81	Рис отварной	150	4.70	195,0	34	4,2	36,0
	сладкое	108/	Компот из фруктов	200	5.23	123,3	2,4	0,0	19,3.
	хлеб бел.	1/2	Хлеб пшеничный	30	3.45	46,8	16,5	0,3	14,8
	хлеб черн.	1/2	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2.40	41,0	2,8	0,5	14,6.

Всего!

53,49 71,61  
64,10 130,340

Итого!