

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

| | | | | | |
|-------|---------------------------|-----------|--|------|----------|
| Школа | МКОУ «Розгребельская СОШ» | Отд./корп | | День | 04.08.22 |
|-------|---------------------------|-----------|--|------|----------|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Салат фресовый | 210 | 7-30 | 260 | 0,8 | 4,1 | 33,4 |
| | гор. напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 2-7/8 | 13 | 0,2 | 0,1 | 15,0 |
| | хлеб | с/к | Хлеб | 20 | 3-30 | 195,0 | 1,3 | 4,4 | 12,4 |
| | | | Всего! | | 13-31 | 518-3 | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 222 | упр. селедков | 60 | 8-25 | 34,4 | 1,4 | 4,4 | 7,0 |
| | 1 блюдо | 319 | Суп картофельный с горохом | 250 | 3-53 | 148,5 | 6,8 | 5,0 | 18,9 |
| | 2 блюдо | 99 | Картофель | 80 | 24-05 | 262,0 | 1,8 | 1,5 | 14,4 |
| | гарнир | 304 | Салат картофельный | 150 | 4-20 | 269,2 | 6,8 | 1,0 | 38,0 |
| | сладкое | 377 | Чай с лимоном | 200 | 1,23 | 114,6 | 3,0 | 2,2 | 15,4 |
| | хлеб бел. | н/к | Хлеб пшеничный | 80 | 4,13 | 45,5 | 1,6 | 0,3 | 4,8 |
| | хлеб черн. | с/к | Хлеб ржаной - пшеница | 40 | 2-40 | 71,0 | 2,8 | 0,5 | 14,6 |

Всего!
 53-79 945,2
 итого!
 64-10 146,8

«Утверждаю»

Директор МКОУ

«Розгребельская СОШ»

/ Сухорукова Н. Н.

Школа

МКОУ «Розгребельская СОШ»

Отд./корп

День

05.05.22

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий ность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|-------------------------------|-------------|-------|------------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | 26 | сметана | 210 | 7-30 | 260 | 309 | 4,07 | 28,9 |
| | гор. напиток | 376 | чай с сахаром | 200 | 2-71 | 813 | 92 | 0,1 | 15,0 |
| | хлеб | 1/2 | белое | 20 | 3-30 | 197,0 | 1,3 | 4,4 | 12,4 |
| | | | Всего! | | 13-31 | 578,3 | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 91 | Сметана | 60 | 6-65 | 493 | 1,9 | 3,4 | 3,2 |
| | 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с вермишелью | 250 | 4,02 | 1179 | 2,7 | 2,8 | 20,4 |
| | 2 блюдо | 995 | Сметана | 80 | 22-91 | 133,0 | 10,3 | 5,1 | 9,4 |
| | гарнир | 302 | Пюре картофельное | 150 | 9-45 | 231,8 | 8,9 | 4,1 | 5,95 |
| | сладкое | 237 | чай с сахаром | 200 | 4-23 | 114,6 | 9,0 | 2,2 | 15,4 |
| | хлеб бел. | 1/2 | хлеб бел. | 30 | 4,13 | 45,8 | 1,6 | 0,3 | 4,8 |
| | хлеб черн. | 1/2 | хлеб черн. | 40 | 2-40 | 71,0 | 2,8 | 0,5 | 14,6 |

Всего!
Итого!53-79 783-40
67,10 1301,7

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

| | | | | |
|-------|---------------------------|-----------|------|----------|
| Школа | МКОУ «Розгребельская СОШ» | Отд./корп | День | 08.05.22 |
|-------|---------------------------|-----------|------|----------|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий ность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---------------------------------|-------------|-------|------------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | 243 | Восмекс с/верное | 55 | 7-18 | 2810 | 110 | 23,9 | 94, |
| | гор. напиток | 1164 | Чес с сахаром | 200 | 2-71 | 613 | 92 | 91 | 15,0 |
| | хлеб | 110 | Хлеб пшеничный | 20 | 2-82 | 116,4 | 1,5 | 91 | 4,4 |
| | | | Всего! | | 13,91 | 439. | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 21 | Салат Восточный | 80 | 6-26 | 74 | 1,5 | 4,6 | 11,0 |
| | 1 блюдо | 61 | Супкартофельный с мясной крупой | 250 | 5-16 | 82,0 | 2,0 | 19 | 14,5 |
| | 2 блюдо | 77 | Риса припущенная | 100 | 25,48 | 311,0 | 3,60 | 114 | 2,6 |
| | гарнир | 891 | Рис с/верное | 150 | 4,70 | 1950 | 3,4 | 42 | 38,0 |
| | сладкое | 350 | Пирог п/ягодный | 200 | 5-81 | 150,0 | 0,6 | 60 | 91 |
| | хлеб бел. | 110 | Хлеб пшеничный | 20 | 3-30 | 194,0 | 1,3 | 44 | 12,4 |
| | хлеб черн. | 110 | Хлеб пшенично-пшеничный | 40 | 2,40 | 71,0 | 2,8 | 08 | 14,6 |
| | | | Всего! | | 53,79 | 10800 | | | |
| | | | | | 67,10 | 15190 | Итого! | | |

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

Школа МКОУ Розгребельская СОШ -

Отд./корп

День

11.05.22

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий ность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|-------------------------|-------------|-------|------------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | 520 | Соевый суп | 205 | 6,36 | 1836 | 5,1 | 61 | 81,8 |
| | гор. напиток | Н64 | Чай с сахаром | 200 | 2,71 | 41,3 | 0,2 | 0,1 | 15,0 |
| | хлеб | к/к | Хлеб пшеничный | 30 | 4,24 | 45,8 | 1,65 | 0,3 | 14,8 |
| | | | Всего: | | 13,31 | 2292,7 | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 40 | Венг. смет. оладушки | 60 | 5,25 | 44,0 | 1,04 | 1,8 | 4,0 |
| | 1 блюдо | 294 | Борщ со свежей капустой | 250 | 4,95 | 83,7 | 2,2 | 46 | 8,6 |
| | 2 блюдо | 99 | Блины | 80 | 2,92 | 262,0 | 1,8 | 14,5 | 14,4 |
| | гарнир | 309 | Картофель отварной | 150 | 4,20 | 209,2 | 6,8 | 190 | 88,0 |
| | сладкое | 382 | Сок | 200 | 3,64 | 128,1 | 3,7 | 0,6 | 28,4 |
| | хлеб бел. | к/к | Хлеб пшеничный | 30 | 4,13 | 45,8 | 1,65 | 0,3 | 14,8 |
| | хлеб черн. | к/к | Хлеб ржаной-пшеничный | 40 | 2,40 | 71,0 | 2,8 | 0,5 | 14,6 |

Всего!
 64,0 4196,50

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

Школа Андрей Розгребельская СОШ Отд./корп День 12.05.22

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий ность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|--------------------------|-------------|-------|------------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | 520 | Вареная картошка | 205 | 6-60 | 157,0 | 48 | 5,1 | 24,5 |
| | гор. напиток | 1164 | Чай с сахаром | 200 | 2-4 | 81,3 | 0,2 | 0,1 | 15,0 |
| | хлеб | 1/2 | Ржаной | 20 | 4,0 | 197,0 | 1,3 | 4,4 | 12,4 |
| | | | Всего! | | 13-81 | 415,3 | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 56 | Салат из огурцов | 60 | 8,88 | 31,2 | 0,7 | 2,4 | 1,6 |
| | 1 блюдо | 61 | Суп картофельный с мясом | 250 | 3-60 | 68,0 | 4,6 | 1,5 | 11,6 |
| | 2 блюдо | 291 | Рисов | 200 | 30,55 | 225,0 | 12,7 | 7,8 | 26,8 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 344 | Чай с сахаром | 200 | 4,23 | 114,6 | 9,0 | 2,2 | 15,4 |
| | хлеб бел. | 1/2 | Хлеб пшеничный | 30 | 4-13 | 45,8 | 1,6 | 0,3 | 4,8 |
| | хлеб черн. | 1/2 | Хлеб ржаной-пшеничный | 40 | 8-40 | 71,0 | 2,8 | 0,5 | 14,6 |
| | | | Всего! | | 13-81 | 556,6 | | | |
| | | | | | 64,10 | 970,9 | | | |

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

Школа МКОУ Розгребельская СОШ Отд./корп День 19.05.22

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий ность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|-------------------------|-------------|-------|------------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | | | | | | | | |
| | гор. напиток | 1164 | ч.с.с. с сахаром | 200 | 2-71 | 613 | 9,2 | 9,1 | 15,0 |
| | хлеб | 12 | булгур с маслом | 80 | 10-60 | 526 | 15,0 | 7,90 | 57,82 |
| | | | Всего | | 17-31 | 554,30 | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 45 | кисель фруктов | 60 | 3-42 | 153 | 2,3 | 1,0 | 22,5 |
| | 1 блюдо | 96 | суп овощной | 250 | 4-40 | 991 | 2,4 | 2,8 | 13,5 |
| | 2 блюдо | 92 | бульон с | 80 | 30-40 | 404,0 | 2,92 | 2,48 | 4,4 |
| | гарнир | 908 | картофельное пюре | 150 | 4-21 | 188,0 | 2,4 | 4,09 | 17,6 |
| | сладкое | 344 | с.с. с сахаром | 200 | 4-23 | 1146 | 9,0 | 2,2 | 15,4 |
| | хлеб бел. | 12/1 | хлеб пшеничный | 80 | 4-13 | 458 | 1,6 | 0,3 | 4,8 |
| | хлеб черн. | 12/1 | хлеб ржаной - пшеничный | 40 | 2-40 | 21,0 | 2,8 | 0,5 | 14,6 |
| | | | Всего! | | 53-79 | 10388 | | | |

и много!
 64,10 162,41