

Утверждено: \_\_\_\_\_  
Илова Е.В.

09.01.2025

Директор  
Беглицкая  
Камышов А.В.

МБОУ  
СОШ

## шт (Завтрак 1-4 кл)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
60	<i>Овощная закуска</i>	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	13-04
90	<i>Мясо куриное тушенное в сметанном соусе</i>	Калорийность-205, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-4	51-25
180	<i>каша гречневая вязкая</i>	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	8-80
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	3-39
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-75
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-531, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-63	<b>79-23</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-531, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-63	<b>79-23</b>

Зав. производств. \_\_\_\_\_  
вом \_\_\_\_\_

Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_

Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_  
Галова Е.В.



09.01.2025

Директор  
Беглицкая  
Камышов А.В.

МБОУ  
СОШ

**чт (48,67)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
30	<i>Овощная закуска</i>	Калорийность-12, Углеводы-1	5-31
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	3-39
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-38
60	<i>Мясо куриное тушеные в сметанном соусе</i>	Калорийность-137, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3	32-67
100	<i>каша пшеничная</i>	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	5-92
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-371, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-48	<b>48-67</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-371, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-48	<b>48-67</b>

в.производст  
вом \_\_\_\_\_

Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_

Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_ Галова Е.В.

Директор МБОУ  
Беглицкая СОШ  
Камышов А.В.

10.01.2025

**пт (78,78)**



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
90	<i>рыба тушеная в томате с овощами</i>	Калорийность-148, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-4	43-98
180	<i>Рис отварной</i>	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-43	13-50
60	<i>Овощная закуска</i>	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	13-04
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-75
200	<i>чай с лимоном</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	5-51
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-559, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-85	<b>78-78</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-559, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-85	<b>78-78</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор Вальюн Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

10.01.2025

Директор  
Беглицкая  
Камышов А.В.

МБОУ  
СОШ



## пт (Завтрак 1-4 кл)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
90	<i>рыба тушеная в томате с овощами</i>	Калорийность-148, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-4	<b>44-43</b>
180	<i>Рис отварной</i>	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-43	<b>13-50</b>
60	<i>Овощная закуска</i>	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	<b>13-04</b>
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-75</b>
200	<i>чай с лимоном</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	<b>5-51</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-559, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-85	<b>79-23</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-559, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-85	<b>79-23</b>

Зав. производст  
вом \_\_\_\_\_

Калькулятор  
Вальюн Ф. Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_

Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_