

Утверждаю

Галова Е.В.

05.11.2024

Директор  
Беглицкая  
Камышева Е.В.

МБОУ  
СОШ

**вт (Завтрак 1-4 кл)**



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мкг)	Стоимость (руб)
<i>завтрак</i>			
90	<i>Гуляш мясной с овощами</i>	Калорийность-179, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-8	47-53
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-75
60	<i>Овощная закуска</i>	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	13-04
180	<i>каша пшеничная</i>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	10-38
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	10-32
50	<i>Печенье</i>	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11	10-31
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-661, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-93	<b>94-33</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-661, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-93	<b>94-33</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

05.11.2024

**вт (74,90)**

Директор  
Беглинская  
Калинина

МБОУ  
СОШ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<i>завтрак</i>			
90	<i>Гуляш мясной с овощами</i>	Калорийность-179, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-8	38-41
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-75
60	<i>Овощная закуска</i>	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	13-04
180	<i>каша пшеничная</i>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	10-38
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	10-32
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-604, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-82	<b>74-90</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-604, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-82	<b>74-90</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

06.11.2024

Директор  
Бегликкая  
Камышов А.В.МБОУ  
СОШ

## ср (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>			
200	Лапшевник с творогом	Калорийность-375, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-47	47-81
10	Сыр порциями	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-53
10	Масло сливочное	Калорийность-66, Жиры-7	9-60
100	Фрукты	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	18-75
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	4-13
200	чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-15	5-51
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-724, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-100	<b>94-33</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-724, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-100	<b>94-33</b>

Зав. производст  
вом \_\_\_\_\_Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

06.11.2024

Директор  
Беглицкая  
Камышова

МБОУ  
СОШ

**ср (74,90)**



Выход (г)	Наименование блюд	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
180	<i>Лапшевник с творогом</i>	Калорийность-337, Белки-18, Жиры-11, Углеводы-42	36-91
10	<i>Масло сливочное</i>	Калорийность-66, Жиры-7	9-60
100	<i>Фрукты</i>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-8	18-75
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	4-13
200	<i>чай с лимоном</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	5-51
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-650, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-95	<b>74-90</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-650, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-95	<b>74-90</b>

Зав. производст  
вом \_\_\_\_\_

Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_

Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждено

Галова Е.В.

07.11.2024

Директор  
Беглицкая  
Камышова А.В.МБОУ  
СОШ

## Меню (Завтрак 1-4 кл)



Выход (г)	Наименование блюда	зн. пеп. (ккал), белки (г), углеводы и витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<i>завтрак</i>			
60	Овощная закуска	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	13-04
90	Мясо куриное тушенное в сметанном соусе	Калорийность-205, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-4	55-44
180	каша гречневая вязкая	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	8-80
200	Сок витаминизированный	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18	14-30
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-75
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-547, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-66	<b>94-33</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-547, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-66	<b>94-33</b>

Зав. производств.  
ком. \_\_\_\_\_Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

07.11.2024

**чт (74,90)**

Директор МБОУ  
Бегликеева С.О.Ш.  
Кальшова А.В.



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 тушеные в сметанном соусе</i>	Калорийность-205, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-4	47-59
180	<i>каша гречневая вязкая</i>	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	8-46
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-54, Углеводы-14	3-06
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-75
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-525, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-62	<b>74-90</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-525, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-62	<b>74-90</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

08.11.2024


Директор

МБОУ

Беглицкая

СОШ

Камышова А.В.


 ДЛЯ  
ДОКУМЕНТОВ

## пт (Завтрак 1-4 кл)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость итого (руб)
<u>завтрак</u>			
90	<i>рыба тушеная в томате с овощами</i>	Калорийность-148, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-4	48-93
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
40	<i>пряники промпроизводства</i>	Калорийность-134, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-31	10-60
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-694, Белки-29, Жиры-11, Углеводы-116	<b>94-33</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-694, Белки-29, Жиры-11, Углеводы-116	<b>94-33</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю

Галова Е.В.

08.11.2024

Директор  
Беглицкая  
Камышова А.И.

МБОУ  
СОШ

**пт (74,90)**



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<u>завтрак</u>			
90	<i>рыба тушеная в томате с овощами</i>	Калорийность-148, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-4	40-10
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	74-90
<b>Итого за</b>		Калорийность-559, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-85	74-90

Зав. производств  
вом \_\_\_\_\_

Калькулятор  
Вальон Ф.Ю. \_\_\_\_\_

Ответственный  
за питание \_\_\_\_\_

Главный  
бухгалтер \_\_\_\_\_