

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 А.С Гергалов

на 22 января 2024 г.

Белки,	Жиры,	Гливоды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Заречный СОШ 5-11кл комплекс 186,27 руб						
9,34	6,70	33,89	234,91	852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочны	250
3,75	4,90	37,20	203,50	1141	Печенье детское (конд изд)	50
2,60	2,68	0	35,20	97	Сыр (порциями)	10
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
3,10	0,20	6,50	40,00	811	Горошек зеленый консервированный	100
4,82	4,88	19,18	140,55	139,04	Суп картофельный с горохом	250
43,33	54,61	0,46	482,79	1308,01	**Котлета куриная с соусом	100
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
82,39	83,17	213,41	1 750,60			
Заречный СОШ 1-4кл комплекс 163,55 руб						
2,60	2,68	0	35,20	97	Сыр (порциями)	10
7,48	5,36	27,11	187,93	852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочны	200
3,75	4,90	37,20	203,50	1141	Печенье детское (конд изд)	50
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
1,86	0,12	3,90	24,00	811	Горошек зеленый консервированный	60
3,86	3,91	15,35	112,44	139,04	Суп картофельный с горохом	200
43,33	54,61	0,46	482,79	1308,01	**Котлета куриная с соусом	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
76,40	79,53	189,88	1 599,25			
Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 74,34 руб						
0,93	0,06	1,95	12,00	811	Горошек зеленый консервированный	30
43,33	54,61	0,46	482,79	1308,01	**Котлета куриная с соусом	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
54,73	61,46	72,55	883,53			
Заречный СОШ 5-11кл завтрак 84,67 руб						
1,55	0,10	3,25	20,00	811	Горошек зеленый консервированный	50
43,33	54,61	0,46	482,79	1308,01	**Котлета куриная с соусом	100
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
57,26	62,74	84,16	951,79			

Технолог:

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
 Директор
 "Азбука питания"
 А.С Гергалов

на 23 января 2024 г.

Белки,	Жиры, г	глеводы	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Заречный СОШ 5-11кл комплекс 186,27 руб						
13,65	16,82	19,28	283,63	892	Омлет с картофелем	200
0,46	0,46	11,27	54,05	976,03	Фрукт	115
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
0,95	10,05	8,28	128,04	817	Маринад овощной	100
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из мяса птицы	100
7,10	5,92	43,16	264,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
51,21	49,42	174,55	1 459,12			
Заречный СОШ 1-4кл комплекс 163,55 руб						
11,60	14,30	16,39	241,09	892	Омлет с картофелем	170
0,46	0,46	11,27	54,05	976,03	Фрукт	115
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
0,57	6,03	4,97	76,82	817	Маринад овощной	60
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200
16,94	6,01	5,93	229,83	1024	**Гуляш из мяса птицы	90
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
43,81	39,40	149,44	1 227,93			
Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 74,34 руб						
0,29	3,02	2,48	38,41	817	Маринад овощной	30
16,94	6,01	5,93	229,83	1024	**Гуляш из мяса птицы	90
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
26,58	14,87	77,48	650,00			
Заречный СОШ 5-11кл завтрак 84,67 руб						
0,48	5,03	4,14	64,02	817	Маринад овощной	50
18,82	6,68	6,59	255,37	1024	**Гуляш из мяса птицы	100
7,10	5,92	43,16	264,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
29,84	18,53	86,99	745,23			

Технолог:

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 А.С Гергало

на 24 января 2024 г.

Белки	Жиры	Гливоды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Заречный СОШ 5-11кл комплекс 186,27 руб						
7,91	7,34	46,41	284,29	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливо	250
0,08	7,25	0,13	66,10	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10
3,75	4,90	37,20	203,50	1141	Печенье детское (конд изд)	50
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
0,80	0,10	12,59	55,06	836	Огурцы свежие порционно	100
5,02	2,71	17,56	116,40	139,01	Суп картофельный с фасолью	250
19,87	27,74	36,39	503,97	1100	Запеканка картофельная с мясом.	250
1,20	0	125,45	514,50	706,01	Напиток Золотой шар	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
44,95	52,06	329,52	2 008,67			
Заречный СОШ 1-4кл комплекс 163,55 руб						
6,33	5,87	37,13	227,43	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливо	200
0,08	7,25	0,13	66,10	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10
3,75	4,90	37,20	203,50	1141	Печенье детское (конд изд)	50
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
0,48	0,06	7,55	33,04	836	Огурцы свежие порционно	60
4,01	2,17	14,05	93,12	139,01	Суп картофельный с фасолью	200
18,28	25,52	33,47	463,65	1100	Запеканка картофельная с мясом.	230
1,20	0	125,45	514,50	706,01	Напиток Золотой шар	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
40,05	47,74	306,34	1 854,09			
Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 74,34 руб						
0,24	0,03	3,78	16,52	836	Огурцы свежие порционно	30
18,28	25,52	33,47	463,65	1100	Запеканка картофельная с мясом.	230
1,20	0	125,45	514,50	706,01	Напиток Золотой шар	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
23,04	26,41	180,96	1 094,87			
Заречный СОШ 5-11кл завтрак 84,67 руб						
0,40	0,05	6,30	27,53	836	Огурцы свежие порционно	50
19,87	27,74	36,39	503,97	1100	Запеканка картофельная с мясом.	250
1,20	0	125,45	514,50	706,01	Напиток Золотой шар	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
25,62	28,87	190,96	1 171,25			

Технолог:

Согласовано:

 Директор образовательного учреждения



Утверждаю,

 Директор
 ООО "Азбука
 питания"
 А.С Гергалов

на 25 января 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Заречный СОШ 5-11кл комплекс 186,27 руб						
26,96	16,59	28,73	426,60	1073	Пудинг творожно-манный	180
1,58	1,74	10,88	64,20	902	Молоко сгущеное	20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
0,46	0,46	11,27	54,05	976,03	Фрукт	115
3,00	1,16	20,56	104,80	693	Батон	40
2,05	6,37	12,41	115,86	812	Кукуруза консервированная	100
2,06	6,22	10,11	105,39	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
15,95	29,48	58,65	587,09	1018	**Плов со свиной	250
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,28	0,50	6,38	38,85	1147	Хлеб ржаной.	15
55,48	62,84	211,39	1 720,74			
Заречный СОШ 1-4кл комплекс 163,55 руб						
22,47	13,83	23,94	355,50	1073	Пудинг творожно-манный	150
1,58	1,74	10,88	64,20	902	Молоко сгущеное	20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
0,46	0,46	11,27	54,05	976,03	Фрукт	115
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
1,23	3,82	7,45	69,52	812	Кукуруза консервированная	60
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
14,67	27,12	53,95	540,12	1018	**Плов со свиной	230
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,28	0,50	6,38	38,85	1147	Хлеб ржаной.	15
47,73	53,64	189,78	1 509,05			
Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 74,34 руб						
0,62	1,91	3,72	34,76	812	Кукуруза консервированная	30
14,67	27,12	53,95	540,12	1018	**Плов со свиной	230
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
19,07	30,01	103,43	790,73			
Заречный СОШ 5-11кл завтрак 84,67 руб						
1,03	3,19	6,21	57,93	812	Кукуруза консервированная	50
15,95	29,48	58,65	587,09	1018	**Плов со свиной	250
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
21,59	33,86	115,17	885,92			

Технолог:

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 А.С Гергалов

на 26 января 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Заречный СОШ 5-11кл комплекс 186,27 руб						
9,74	9,23	69,94	317,87	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250
5,02	5,92	46,25	258,90	1182	Манник	75
3,84	4,21	14,38	152,00	1110	Кофейный напиток с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25
10,00	6,86	32,82	235,60	810	Бутерброд с сыром	40
5,55	5,44	15,75	158,00	1015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	250
24,06	13,83	3,65	244,93	1027,04	**Котлета Домашняя с соусом	100
2,20	3,39	14,73	98,45	995	Пюре картофельное	100
1,91	3,60	7,59	68,26	999	Капуста тушеная	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,28	0,50	6,38	38,85	1147	Хлеб ржаной.	15
66,89	53,37	246,16	1 729,51			
Заречный СОШ 1-4кл комплекс 163,55 руб						
7,79	7,38	55,95	254,29	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200
5,02	5,92	46,25	258,90	1182	Манник	75
3,84	4,21	14,38	152,00	1110	Кофейный напиток с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25
7,50	5,14	24,62	176,70	810	Бутерброд с сыром	30
4,44	4,35	12,60	126,40	1015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	200
24,06	13,83	3,65	244,93	1027,04	**Котлета Домашняя с соусом	100
2,20	3,39	14,73	98,45	995	Пюре картофельное	100
1,20	2,25	4,75	42,66	999	Капуста тушеная	50
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
59,82	47,39	212,77	1 526,49			
Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 74,34 руб						
7,50	5,14	24,62	176,70	810	Бутерброд с сыром	30
24,06	13,83	3,65	244,93	1027,04	**Котлета Домашняя с соусом	100
2,20	3,39	14,73	98,45	995	Пюре картофельное	100
1,20	2,25	4,75	42,66	999	Капуста тушеная	50
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,22	0,15	7,32	36,30	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15
1,28	0,50	6,38	38,85	1147	Хлеб ржаной.	15
37,50	25,26	76,59	697,74			
Заречный СОШ 5-11кл завтрак 84,67 руб						
10,00	6,86	32,82	235,60	810	Бутерброд с сыром	40
24,06	13,83	3,65	244,93	1027,04	**Котлета Домашняя с соусом	100
2,20	3,39	14,73	98,45	995	Пюре картофельное	100
1,91	3,60	7,59	68,26	999	Капуста тушеная	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,62	0,20	9,76	48,40	897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
41,55	28,54	92,21	807,29			

Технолог: