

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения



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

на 9 января 2024 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гликоиды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|--|--------------|---------------|-----------------|--------|--|----------|
| 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 | **Г уляш 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 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 | **Г уляш 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 1-4 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 | **Г уляш 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 | **Г уляш 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 Гергалов

на 10 января 2024 г.

| Белки, г | Жиры, г | Гликоиды, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|--|--------------|---------------|-----------------|---------|---|----------|
| Заречный СОШ 1-4кл комплекс 163,55 руб | | | | | | |
| 6,33 | 5,87 | 37,13 | 227,43 | 841 | Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным | 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 5-11кл комплекс 186,27 руб | | | | | | |
| 7,91 | 7,34 | 46,41 | 284,29 | 841 | Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным | 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 1-4 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 Гергало

на 11 января 2024 г.

| Белки, г | Жиры, г | Глиеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|--|--------------|---------------|-----------------|--------|---|----------|
| 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 | Ши 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 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 | Ши 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 1-4 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
 "Азбука питания"
 А.С Гергало

на 12 января 2024 г.

| Белки, Жиры, углеводы | | | | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г |
|--|--------------|---------------|-----------------|----------|--------|---|----------|
| 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 |
| 5,00 | 3,43 | 16,41 | 117,80 | 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 |
| 57,32 | 45,68 | 204,57 | 1 467,58 | | | | |
| 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 |
| 6,67 | 4,57 | 21,88 | 157,07 | 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 |
| 63,55 | 51,09 | 235,22 | 1 650,97 | | | | |
| Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 74,34 руб | | | | | | | |
| 5,00 | 3,43 | 16,41 | 117,80 | 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 |
| 35,00 | 23,55 | 68,39 | 638,84 | | | | |
| Заречный СОШ 5-11кл завтрак 84,67 руб | | | | | | | |
| 6,67 | 4,57 | 21,88 | 157,07 | 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 |
| 38,21 | 26,26 | 81,27 | 728,76 | | | | |

Технолог: