

Согласовано:  Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плешкова Н.Н./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс

День 1

осенне-зимний период



тверждаю:

И.В. Токарева О.В.

/Токарева О.В./

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	закуска	149	Овощи консервированные (свежие)	60	10,00	0,42	0,06	1,14	6,60
	гор.блюдо	341	Котлета "Пермская"	90	60,26	14,40	13,95	12,80	227,70
	гарнир	202	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,00	8,51	6,36	37,70	242,16
	напиток	459	Чай с сахаром с лимоном	200	10,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	530	96,26	25,91	20,71	75,90
Обед	1блюдо	129	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	200	7,00	2,32	3,32	9,76	78,20
	2блюдо	341	Котлета "Пермская"	90	60,26	14,40	13,95	10,80	227,70
	гарнир	202	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,00	10,21	7,63	45,24	242,16
	напиток	457	Чай с сахаром с лимоном	200	10,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	730	96,26	31,55	25,63	102,00

Согласовано:
 Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плешкова Н.Н./

Утверждаю:
 И.В.Токарева О.В.
 /Токарева О.В./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс

День 2

осенне-зимний период

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	закуска	150	Икра кабачковая	60	10,00	1,14	5,34	4,62	70,80
	гор.блюдо	371	Кнели из птицы	90	58,26	10,35	9,27	4,86	144,00
	гарнир	256	Макаронные изделия	150	12,00	5,55	4,95	29,55	184,50
	напиток	486	Компот из свежих яблок	200	14,00	0,10	0,10	11,10	46,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	530	96,26	19,42	19,90	64,89
Обед	1блюдо	95	Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне со сметаной	205	7,00	1,60	4,30	5,72	67,88
	2блюдо	371	Кнели из птицы	90	58,26	10,35	9,27	4,86	144,00
	гарнир	256	Макаронные изделия	180	13,00	6,66	5,94	36,46	221,40
	напиток	486	Компот из свежих яблок	200	14,00	0,10	0,10	11,10	46,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	735	96,26	23,03	20,24	84,84

Согласовано:
 Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева
 /Плешкова Н.Н./



Школа МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева
 осенне-зимний период

Отд./корп

1-4класс

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	закуска	149	Огурцы консервированные	60	10,00	0,48	0,06	1,02	6,60
	гор.блюдо	308	Котлета рыбная Любительская	90	47,26	11,25	1,35	4,68	75,60
	гарнир	377	Картофельное пюре	150	13,00	4,05	6,00	8,70	105,00
	напиток	494	Компот из изюма	200	14,00	0,30	0,01	17,50	72,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	сладкое	580	Кондитерское изделие	40	10,00	1,56	12,24	25,00	216,40
				Итого:	570	96,26	19,92	19,90	71,66
Обед	1блюдо	100	Рассольник "Ленинградский" на бульоне со сметаной	205	17,00	2,22	4,83	10,76	95,48
	2блюдо	308	Котлета рыбная Любительская	90	47,26	11,25	6,30	4,68	75,60
	гарнир	377	Картофельное пюре	180	14,00	6,66	5,94	36,46	221,40
	напиток	494	Компот из изюма	200	14,00	0,30	0,01	19,50	72,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	735	96,26	24,75	17,71	98,1

Согласовано:

Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плешкова Н.Н./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс

День 4

осенне-зимний период



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	гор.блюдо	349	Тефтели из говядины в молочном соусе	130	54,26	10,29	10,29	6,43	159,43
	гарнир	386	Рис отварной	180	15,00	4,52	6,52	46,62	263,18
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	12,00	0,60	0,10	20,10	84,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	фрукт	82	ФРУКТ	100	13,00	0,40	0,40	9,80	44,00
				Итого:	640	96,26	18,09	17,55	97,71
Обед	1блюдо	118	Суп крестьянский с крупой на бульоне	200	11,00	1,92	4,00	6,80	70,80
	2блюдо	349	Тефтели из говядины в молочном соусе	90/40	54,26	10,29	10,29	6,43	159,43
	гарнир	386	Рис отварной	180	15,00	4,52	6,52	46,62	263,18
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	12,00	0,60	0,10	20,10	84,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	740	96,26	21,65	21,54	106,65



Согласовано:
 Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плешкова Н.Н./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс



Утверждаю:
 ИП Токарева О.В.

ТОКАРЕВА
 ОЛЬГА
 ВЛАДЫСЛАВОВНА

День 5

осенне-зимний период

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	гор.блюдо	279	Запеканка творожная	200	72,26	31,80	15,40	30,00	388,00
	подливка	471	Молоко сгущенное	20	5,00	7,20	8,50	55,50	327,00
	напиток	457	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	сладкое	580	Кондитерское изделие	50	12,00	1,95	15,30	33,75	436,00
				Итого:	500	96,26	43,43	39,54	143,31
Обед		104	Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной	205	18,00	1,12	4,35	3,20	57,28
	1блюдо								
	2блюдо	376	Рагу из птицы	270	69,26	28,35	25,65	21,46	430,65
	гарнир	457	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	напиток	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	хлеб			Итого:	735	96,26	33,99	30,73	60,66

Согласовано:
 Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плещкова Н.Н./

Школа МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева
 осенне-зимний период

Отд./корп

1-4класс

День 6



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	гор.блюдо	339	Котлета из говядины	90	59,26	15,84	11,07	13,50	218,70
	гарнир	225	Каша пшенная вязкая	150	12,00	6,20	5,62	27,19	184,10
	напиток	294	Чай с сахаром с лимоном	200	10,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	фрукты	82	Фрукт	100	13,00	0,40	0,40	9,80	44,00
			Итого:	570	96,26	25,02	17,43	74,75	557,00
Обед	1блюдо	115	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	11,00	2,12	2,80	7,56	64,00
	2блюдо	339	Котлета из говядины	90	59,26	15,84	11,07	13,50	218,70
	гарнир	225	Каша пшенная вязкая	180	13,00	7,44	6,74	32,63	220,92
	напиток	294	Чай с сахаром с лимоном	200	9,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	730	96,26	30,02	21,34	89,89

Согласовано:
Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева



/Плешкова Н.Н./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-класс

День 7

осенне-зимний период



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	гор.блюдо	372	Биточки из птицы	90	56,26	18,00	16,20	9,64	255,86
	гарнир	386	Рис отварной	180	14,00	4,52	6,52	46,62	263,18
	напиток	486	Компот из свежих яблок	200	12,00	0,10	0,10	11,10	46,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	бутерброд	69	Бутерброд со сливочным маслом	35	12,00	1,60	11,00	10,00	146,00
			Итого:	535	96,26	26,50	34,06	92,12	781,24
Обед	1блюдо	114	Суп картофельный с крупой на бульоне	200	10,00	2,22	2,82	7,84	65,60
	2блюдо	372	Биточки из птицы	90	56,26	18,00	16,20	9,64	255,86
	гарнир	386	Рис отварной	180	14,00	4,52	6,52	46,62	263,18
	напиток	486	Компот из свежих яблок	200	12,00	0,10	0,10	11,10	46,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
			Итого:	730	96,26	29,16	26,27	101,90	760,24

Согласовано:
 Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева



/Плешкова Н.Н./



И подтверждаю:
 ИП Токарева О.В.
 ТОКАРЕВА
 ОКСАНА
 ВЯЧЕСЛАВОВНА
 Токарева О.В./

Школа МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс

День 8

осенне-зимний период

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	гор.блюдо	333	Голубцы ленивые	90	54,26	9,90	11,16	3,60	155,70
	гарнир	256	Макароны отварные	150	13,00	5,55	4,95	29,55	184,50
	напиток	494	Компот из изюма	200	14,00	0,30	0,01	17,50	72,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	фрукты	82	ФРУКТ	100	13,00	0,40	0,40	9,80	44,00
				Итого:	570	96,26	18,43	16,76	75,21
Обед	1блюдо	116	Суп из овощей на бульоне	200	10,00	1,60	3,62	5,06	59,20
	2блюдо	333	Голубцы ленивые	90	54,26	9,90	11,16	3,60	155,70
	гарнир	256	Макароны отварные	180	14,00	6,66	5,94	36,46	221,40
	напиток	494	Компот из изюма	200	14,00	0,30	0,01	17,50	72,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	730	96,26	22,78	21,36	89,32

Согласовано:
Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плешкова Н.Н./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс

День 9

осенне-зимний период



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	гор.блюдо	366	Птица отварная	90	56,26	14,58	10,80	0,27	156,60
	гарнир	377	Картофельное пюре	150	12,00	4,05	6,00	8,70	105,00
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	12,00	0,60	0,10	20,10	84,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	выпечка	542	Выпечка	60	14,00	4,20	6,70	27,80	189,00
				Итого:	530	96,26	25,71	23,84	71,63
Обед	1блюдо	127	Суп гороховый на бульоне	200	11,00	5,92	2,62	12,62	97,80
	2блюдо	366	Птица отварная	90	56,26	14,58	12,00	0,27	156,60
	гарнир	377	Картофельное пюре	180	13,00	6,66	5,94	36,46	221,40
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	12,00	0,60	0,10	20,10	84,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
				Итого:	730	96,26	32,08	21,29	96,15

Согласовано:
Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

/Плешкова Н.Н./

Школа

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Отд./корп

1-4класс

День 10

осенне-зимний период



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Б	Ж	У	Энергет.ценность
Завтрак	закуска	149	Огурцы консервированные	60	10,00	0,48	0,06	1,02	6,60
	гор.блюдо	375	Плов из отварной птицы	220	66,26	8,09	9,79	8,47	129,80
	напиток	457	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	сладкое	580	Кондитерское изделие	40	13,00	1,56	12,24	25,00	216,40
				Итого:	550	96,26	12,61	22,43	58,55
Обед	1блюдо	128	Суп-лапша "Домашняя" на бульоне	200	8,00	2,00	3,08	8,90	71,40
	2блюдо	375	Плов из отварной птицы	220	66,26	15,40	10,25	31,00	278,75
	напиток	457	Чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	2,04	0,39	11,94	59,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,20
	сладкое	580	Кондитерское изделие	50	13,00	1,95	15,30	31,25	270,50
				Итого:	730	96,26	23,87	29,36	107,15