

МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Согласовано:

Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

г. Нытва  
имени  
Ю.П.Чегодаева  
Плещкова Н.Н./

1-4класс 1день



Утверждаю:

ИПТокарева О.В.

Токарева О.В./

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность
			Цена	Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
230(2018)	Каша молочная пшеничная с маслом	180/5	18,66	18,23	4,91	5,60	219,53
457	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>59,23</b>	<b>5,55</b>	<b>25,50</b>	<b>319,45</b>

<b>Обед</b>							
129	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9,00	2,30	2,30	17,41	99,30
341	Котлета "Пермская"	90	52,87	8,00	19,30	1,98	216,00
213	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,36	2,66	9,24	51,52	224,24
457	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>19,40</b>	<b>31,63</b>	<b>125,58</b>	<b>784,10</b>

ОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

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

Педешкова Н.Н.  
 имени  
 Ю.П. Чегодаева  
 1-4 класс

2 день

Утверждаю:  
 ИП Токарева О.В.  
 Токарева О.В./

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
234(2018)	Каша рисовая молочная с маслом	180/5	18,66	4,60	5,90	6,20	189,20
457	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
		<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>45,60</b>	<b>6,54</b>	<b>26,10</b>	<b>289,12</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
<b>Обед</b>							
95	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200	9,00	1,52	5,33	8,65	88,90
371	Кнели из птицы с рисом	90	53,87	14,20	16,00	9,70	239,30
256	Макаронные изделия	150	13,36	2,66	9,24	51,52	224,24
457	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>25,16</b>	<b>32,38</b>	<b>131,61</b>	<b>835,67</b>

Одобрено  
 Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Плещикова Н.Н./

1-4класс **Здень**



Утверждаю:  
 ИП Токарева О.В.

Токарева О.В./

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Завтрак</b>							
226(2018г.)	Каша ячневая молочная с маслом	180/5	18,66	6,50	6,00	35,90	222,18
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	Итого:	<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>47,50</b>	<b>6,64</b>	<b>55,80</b>	<b>322,10</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Обед</b>							
100	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	13,00	4,02	9,04	25,9	119,7
308	Котлета рыбная Любительская	90	54,23	11,2	9,5	5,8	158,3
377	Картофельное пюре	150	9,00	5,52	5,3	35,33	211,1
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,3	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3	0,44	19,8	90,62
	Итого:	<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>27,54</b>	<b>26,29</b>	<b>123,54</b>	<b>758,01</b>

БОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

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

Плецкова Н.Н.  
МБОУ №3  
г. Нытва  
имени  
Ю.П. Чегодаева

1-4класс \_\_\_\_\_ День

Утверждаю:  
ИП Токарева О.В.  
Токарева О.В./

ТОКАРЕВА  
ОКСАНА  
ВЯЧЕСЛАВОВНА

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Завтрак</b>							
230(2018)	Каша молочная пшеничная с маслом	180/5	18,66	18,23	4,91	5,60	219,53
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>59,23</b>	<b>5,55</b>	<b>25,50</b>	<b>319,45</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Обед</b>							
51	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	12,00	1,85	6,20	12,34	112,47
349	Тефтели из говядины в молочном соусе	90/40	45,87	14,20	16,00	9,70	239,30
213	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,36	2,66	9,24	51,52	224,24
495	Компот из сухофруктов	180	9,00	0,50	0,00	25,10	102,41
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>83,23</b>	<b>25,39</b>	<b>32,18</b>	<b>138,53</b>	<b>863,12</b>

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

Утверждаю:  
 ИП Токарева О.В.

Плешкова Н.Н./

Токарева О.В./

1-4 класс 5 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)				Энергетическая ценность
			Цена	Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>						
226(2018г.)	Каша "Дружба" с маслом	180/5	18,66	5,90	7,50	31,60	217,00
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>46,90</b>	<b>8,14</b>	<b>51,50</b>	<b>316,92</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)				Энергетическая ценность
			Цена	Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
103	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	14	1,67	5,06	8,51	86,26
376	Рагу из птицы	200	57,33	14,20	16,00	9,70	239,30
495	Компот из сухофруктов	180	10,00	0,50	0,00	25,10	102,41
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>83,33</b>	<b>22,55</b>	<b>21,80</b>	<b>83,18</b>	<b>612,67</b>

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

Утверждаю:  
 ИП Токарева О.В.

Дашкова Н.Н.  
 г. Нытва  
 имени  
 Ю.П. Чегодаева

Токарева О.В./

1-4класс **бдень**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Завтрак</b>							
233(2018)	Каша пшенная молочная с маслом	180/5	18,66	5,40	6,50	30,90	204,44
461(2018г)	Чай каркаде	200	6,00	56,00	0,00	0,01	14,00
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>230</b>	<b>25,66</b>	<b>64,40</b>	<b>6,94</b>	<b>50,71</b>	<b>309,06</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Обед</b>							
46	Суп картофельный с клецками	200	12	3,00	2,63	13,50	79,44
339	Котлета из говядины	90	51,87	8,00	19,30	1,98	216,00
225	Каша пшенная вязкая	150	8,36	2,66	9,24	51,52	224,24
294	Чай с сахаром с лимоном	180	9,00	0,06	0,01	13,80	55,46
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>20,10</b>	<b>31,96</b>	<b>121,67</b>	<b>764,24</b>

ОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

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



Утверждаю:  
ИП Токарева О.В.

Токарева О.В./

1-4класс

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Завтрак</b>							
248	Каша гречневая молочная с маслом	180/5	18,66	10,60	11,06	40,90	305,50
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>51,60</b>	<b>11,70</b>	<b>60,80</b>	<b>405,42</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Обед</b>							
136	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	13,00	2,31	7,74	15,43	140,59
307	Биточки из птицы	90	46,87	12,73	8,61	8,23	168,30
241	Рис припущенный	150	16,36	3,20	6,06	23,30	160,46
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>25,72</b>	<b>24,45</b>	<b>113,73</b>	<b>775,33</b>

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

Утверждаю:  
 ИП Токарева О.В.

/Плещкова Н.Н./

Токарева О.В./

1-4класс

8день

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Завтрак</b>							
226(2018г.)	Каша "Дружба" с маслом	180/5	18,66	5,90	7,50	31,60	217,00
457(2018г.)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>46,90</b>	<b>8,14</b>	<b>51,50</b>	<b>316,92</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Цена	Б	Ж		У
<b>Обед</b>							
44	Суп из овощей со сметаной	200	14,00	1,54	4,70	10,07	92,20
333	Голубцы ленивые	90/40	45,87	10,36	12,91	12,07	206,98
256	Макароны отварные	150	11,36	5,52	5,30	35,33	211,10
494	Компот из изюма	180	10,00	0,30	0,00	20,40	82,80
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
<b>Итого:</b>		<b>750</b>	<b>83,23</b>	<b>23,90</b>	<b>23,65</b>	<b>117,74</b>	<b>777,78</b>



БОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

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

Плещкова Н.Н./  
г. Нытва  
имени  
Ю.П. Чегодаева

1-4класс

9день

Утверждаю:  
ИП Токарева О.В.

Токарева О.В./

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>						
	Каша пшеничная молочная с маслом	180/5	18,66	5,40	6,50	30,90	204,44
457(2018г)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>331,80</b>	<b>9,24</b>	<b>7,28</b>	<b>57,52</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>						
45	Суп картофельный с бобовыми	200	14,00	1,87	3,11	10,90	79,00
79	Кура отварная	90	47,87	14,20	16,00	9,70	239,30
464	Каша пшеничная вязкая	150	10,36	2,66	9,24	51,52	224,24
280	Компот из кураги	180	9,00	0,30	0,00	20,40	82,80
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>25,21</b>	<b>29,09</b>	<b>132,39</b>	<b>810,04</b>

Согласовано:

Директор МБОУ №3 Нытва имени Ю.П.Чегодаева

Утверждаю:

ИП Токарева О.В.

Токарева О.В./

/Плешкова Н.Н./

1-4класс

10день

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
226(2018г.)	Каша ячневая молочная с маслом	180/5	18,66	6,50	6,00	35,90	222,18
457(2018г.)	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
		<b>230</b>	<b>24,66</b>	<b>47,50</b>	<b>6,64</b>	<b>55,80</b>	<b>322,10</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые Вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
<b>Обед</b>							
128	Суп-лапша "Домашняя"	200	16,00	1,67	5,06	8,51	86,26
375	Плов из отварной птицы	220	55,23	23,40	19,30	40,00	427,40
495	Компот из сухофруктов	180	10,00	0,50	0,00	25,10	102,41
109	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	3,18	0,30	20,07	94,08
108	Хлеб пшеничный	30	1,00	3,00	0,44	19,80	90,62
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>83,23</b>	<b>32,31</b>	<b>26,80</b>	<b>116,32</b>	<b>829,52</b>