

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 5

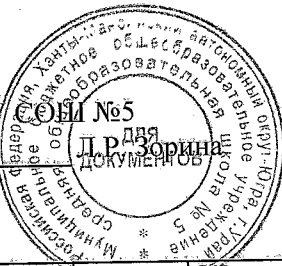


Общество с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
Директор ООО «Азбука Питания»
Россия, Республика Чувашия, г. Чебоксары, ул. А.С. Гергало
С. А. Гергало
ОГРН 1169658081042 ИНН 6671048749

11.12.2023 (понедельник)

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
5-11кл завтрак 160 руб						
8,12	11,52	14,81	196,95	10	Бутерброд горячий с сыром	60
					Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	250
7,91	7,34	46,41	284,29	841	Какао с молоком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Хлеб пшеничный	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Яблоки свежие	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976		
22,53	23,51	108,20	802,24			
5-11 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
8,12	11,52	14,81	196,95	10	Бутерброд горячий с сыром	60
					Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	250
5,42	6,10	47,88	268,22	848	Какао с молоком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Хлеб пшеничный	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Яблоки свежие	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976		
Обед						
					Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	100
2,92	10,26	9,57	142,88	1477	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	250
2,15	2,68	16,45	98,88	89	Гуляш из мяса свинины	100
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Макаронные изделия отварные с маслом	200
7,89	6,58	47,95	293,89	516	Компот из смеси сухофруктов	200
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Хлеб пшеничный.	25
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб ржаной.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Печенье детское (конд изд)	56
4,20	5,49	41,66	227,92	1141		
55,16	73,45	279,50	2 065,63			
5-11кл обед 160 руб						
2,15	2,68	16,45	98,88	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
7,89	6,58	47,95	293,89	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
28,00	35,43	118,59	908,66			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
					Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	100
2,92	10,26	9,57	142,88	1477	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250
2,15	2,68	16,45	98,88	89	Гуляш из мяса свинины	100
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Макаронные изделия отварные с маслом	200
7,89	6,58	47,95	293,89	516	Компот из смеси сухофруктов	200
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Хлеб пшеничный.	25
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб ржаной.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Печенье детское (конд изд)	56
4,20	5,49	41,66	227,92	1141		
Полдник						
8,52	10,86	28,08	229,18	909	Пирожок Уральский	80
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
45,02	62,68	235,22	1 680,11			

Согласовано:
Директор МБОУ



Одобрено с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
Директор ООО «Азбука Питания»
Россия, Свердловская область, Екатеринбург
А.С. Гергало
ИНН 6671048749

12.12.2023 (вторник)

Белки, г	Жиры, г	Гликоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г
5-11кл завтрак 160 руб						
0,28	0,04	4,41	19,27	836	Огурцы свежие порционно	35
16,26	9,90	13,37	211,23	319	Оладьи из печени	90
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
24,70	17,11	82,26	592,81			
5-11 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
0,28	0,04	4,41	19,27	836	Огурцы свежие порционно	35
16,26	9,90	13,37	211,23	319	Оладьи из печени	90
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
Обед						
2,68	5,00	4,50	124,22	511	Капуста брокколи отварная.	100
2,06	6,22	10,11	105,39	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
18,08	34,16	68,41	653,73	444,01	Плов со свинойной	290
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
54,86	66,20	212,25	1 734,93			
5-11кл обед 160 руб						
2,06	6,22	10,11	105,39	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
18,08	34,16	68,41	653,73	444,01	Плов со свинойной	290
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
27,45	44,09	120,40	997,95			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
2,68	5,00	4,50	124,22	511	Капуста брокколи отварная.	100
2,06	6,22	10,11	105,39	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
18,08	34,16	68,41	653,73	444,01	Плов со свинойной	290
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
7,80	9,82	38,48	273,49	35,39	Эчпочмак	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
37,92	58,91	185,77	1 490,66			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5

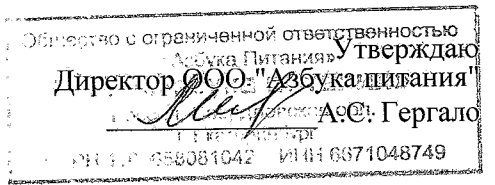


Общество с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
Директор ООО «Азбука питания»
г. Казань, ул. С. Гегалова, д. 10
А.С. Гергалов
ИНН 116035541042 ИНН 6671048749

13.12.2023 (среда)

Белки, г	Жиры, г	Гликозиды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
5-11кл завтрак 160 руб						
9,74	9,23	69,94	317,87	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
6,10	3,15	39,07	318,50	938,03	Плюшка Московская с сахаром	100
21,34	13,75	158,96	885,97			
5-11 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
9,74	9,23	69,94	317,87	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
6,10	3,15	39,07	318,50	938,03	Плюшка Московская с сахаром	100
Обед						
1,10	15,07	5,53	162,69	999	Салат Бурячок	100
5,88	5,54	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
47,66	54,07	305,11	1 942,31			
5-11кл обед 160 руб						
5,88	5,54	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
25,23	25,25	139,63	889,66			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
1,10	15,07	5,53	162,69	999	Салат Бурячок	100
5,88	5,54	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
10,07	7,97	52,46	321,06	998	Каша гречневая рассыпчатая	200
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
4,35	3,75	6,00	79,50	1604,01	Снежок	150
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
37,23	50,65	226,19	1 520,22			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5



14.12.2023 (четверг)

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
5-11 кл завтрак 160 руб						
0,33	0,06	4,13	37,14	835	Помидоры порционно	30
14,00	11,70	14,39	226,13	1054	Котлета Детская мясная	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
8,06	6,37	41,97	256,85	998	Каша гречневая рассыпчатая	160
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
28,02	21,38	101,65	744,53			
5-11 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
0,33	0,06	4,13	37,14	835	Помидоры порционно	30
14,00	11,70	14,39	226,13	1054	Котлета Детская мясная	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	160
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
Обед						
1,17	10,13	15,76	148,89	14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	100
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250
4,58	4,60	0,17	47,12	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20
8,83	10,15	3,96	142,99	375	Рыба «Лакомка»	100
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
54,13	60,51	204,65	1 595,89			
5-11кл обед 160 руб						
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250
4,58	4,60	0,17	47,12	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20
8,83	10,15	3,96	142,99	375	Рыба «Лакомка»	100
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
25,45	29,40	89,87	718,52			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
1,17	10,13	15,76	148,89	14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	100
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250
4,58	4,60	0,17	47,12	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20
8,83	10,15	3,96	142,99	375	Рыба «Лакомка»	100
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
4,51	20,45	35,20	342,87	2998	Курник с курицей	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
31,13	59,98	163,22	1 305,29			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5



Общество с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
Директор ООО «Азбука Питания»
Россия, г. Челябинск, ул. А.С. Гергало
С/ПРН 1169666081042 ИНН 6671048749

15.12.2023 (пятница)

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
5-11кл завтрак 160 руб						
25,46	15,67	27,14	402,90	1073	Пудинг творожно-манный	170
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко сгущеное	30
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
39,34	37,19	138,84	999,10			
5-11 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
25,46	15,67	27,14	402,90	1073	Пудинг творожно-манный	170
2,77	3,05	19,04	112,35	902	Молоко сгущеное	35
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
Обед						
0,93	6,14	2,21	71,71	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100
2,64	6,41	18,77	148,68	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
26,49	26,27	14,90	397,94	1191	Бигус	290
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
77,07	80,15	216,11	1 859,02			
5-11кл обед 160 руб						
2,64	6,41	18,77	148,68	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
26,49	26,27	14,90	397,94	1191	Бигус	290
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
36,41	36,39	71,34	768,17			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
0,93	6,14	2,21	71,71	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100
2,64	6,41	18,77	148,68	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
26,49	26,27	14,90	397,94	1191	Бигус	290
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
6,30	8,23	62,50	341,88	1141	Печенье детское (конд изд)	84
5,80	5,00	8,00	101,00	1604	Йогурт питьевой	200
0	0	11,98	47,88	1188	Чай с сахаром	150
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
49,34	54,81	166,18	1 369,89			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5



Утверждаю
Директор ООО "Азбука питания"
А.С. Гергалю
ИПН 6371048740

11.12.2023 (понедельник)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
1-4 кл завтрак 160 руб						
8,12	12,00	14,81	197,00	10	Бутерброд горячий с сыром	60
6,33	5,87	37,13	227,43	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
18,96	22,00	100,09	732,60			
1-4 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
8,12	12,00	14,81	197,00	10	Бутерброд горячий с сыром	60
4,34	4,88	38,30	214,57	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
Обед						
1,75	6,16	5,74	85,73	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	60
1,72	2,14	13,16	79,10	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
3,95	3,29	23,98	146,94	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
50,52	66,00	250,81	1 861,70			
1-4 кл обед 160 руб						
1,72	2,14	13,16	79,10	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
25,60	33,25	103,32	815,42			
1-4 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
1,75	6,16	5,74	85,73	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	60
1,72	2,14	13,16	79,10	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
Полдник						
8,52	10,86	28,08	229,18	909	Пирожок Уральский	80
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
41,45	56,40	216,12	1 529,71			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5

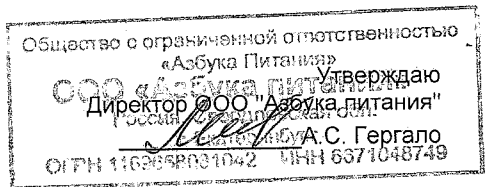
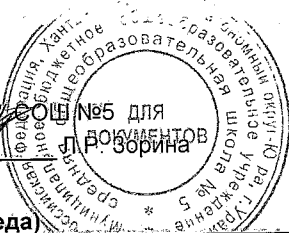


Общество с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
ООО Директор ООО «Азбука Питания»
Россия, Самарская область, г. Тольятти
А.С. Гергалю
ОГРН 1169650381042 И.Н. 6071048749

12.12.2023 (вторник)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
1-4 кл завтрак 160 руб						
0,24	0,03	3,78	16,52	836	Огурцы свежие порционно	30
14,46	8,80	11,88	187,76	319	Оладьи из печени	80
3,07	4,74	20,62	137,83	995	Пюре картофельное	140
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
21,98	14,65	74,26	527,21			
1-4 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
0,24	0,03	3,78	16,52	836	Огурцы свежие порционно	30
14,46	8,80	11,88	187,76	319	Оладьи из печени	80
2,64	4,06	17,67	118,14	995	Пюре картофельное	140
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
Обед						
1,61	3,00	2,70	74,53	511	Капуста брокколи отварная.	60
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
15,59	29,45	58,97	563,56	444,01	Плов со свиной	250
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
47,72	55,11	188,05	1 488,71			
1-4 кл обед 160 руб						
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
15,59	29,45	58,97	563,56	444,01	Плов со свиной	250
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
24,54	38,14	108,94	886,71			
1-4 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
1,61	3,00	2,70	74,53	511	Капуста брокколи отварная.	60
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
15,59	29,45	58,97	563,56	444,01	Плов со свиной	250
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
7,80	9,82	38,48	273,49	35,39	Эчпочмак	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
35,36	91,67	186,70	1 758,53			

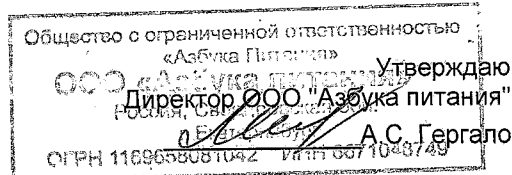
Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5 для
инвалидов



13.12.2023 (среда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
1-4 кл завтрак 160 руб						
7,79	7,38	55,95	254,29	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
6,10	3,15	39,07	318,50	938,03	Плюшка Московская с сахаром	100
19,39	11,91	144,97	822,39			
1-4 кл обед 160 руб						
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
22,55	22,95	127,47	810,17			
1-4 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
7,79	7,38	55,95	254,29	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
6,10	3,15	39,07	318,50	938,03	Плюшка Московская с сахаром	100
Обед						
0,66	9,04	3,32	97,61	999	Салат Бурячок	60
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
42,59	43,90	276,75	1 734,17			
1-4 кл обед 160 руб						
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
22,55	22,95	127,47	810,17			
1-4 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
0,66	9,04	3,32	97,61	999	Салат Бурячок	60
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,29	2,30	0,09	23,56	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
4,35	3,75	6,00	79,50	1604,01	Снежок	150
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
33,11	40,00	206,58	1 346,60			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5

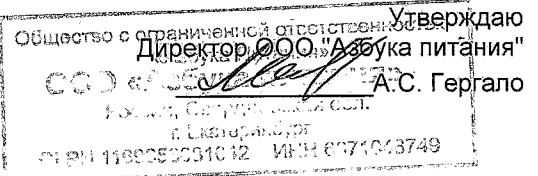
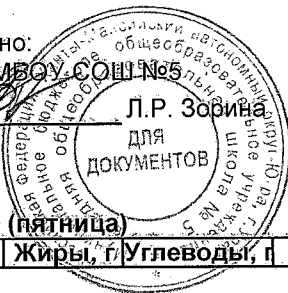


14.12.2023 (четверг)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
1-4 кл завтрак 160 руб						
0,33	0,06	4,13	37,14	835	Помидоры порционно	30
12,44	10,40	12,79	201,00	1054	Котлета Детская мясная	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
6,04	4,78	31,48	192,63	998	Каша гречневая рассыпчатая	120
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
24,45	18,48	89,56	655,19			
1-4 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
0,33	0,06	4,13	37,14	835	Помидоры порционно	30
12,44	10,40	12,79	201,00	1054	Котлета Детская мясная	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
6,04	4,78	31,48	192,63	998	Каша гречневая рассыпчатая	120
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
Обед						
0,70	6,08	9,46	89,33	14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	60
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
4,58	4,60	0,17	47,12	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20
7,95	9,14	3,57	128,69	375	Рыба «Лакомка»	90
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
48,46	50,80	180,79	1 394,41			
1-4 кл обед 160 руб						
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
4,58	4,60	0,17	47,12	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20
7,95	9,14	3,57	128,69	375	Рыба «Лакомка»	90
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
23,15	25,89	81,59	645,18			
1-4 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
0,70	6,08	9,46	89,33	14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	60
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
4,58	4,60	0,17	47,12	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20
7,95	9,14	3,57	128,69	375	Рыба «Лакомка»	90
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
4,51	20,45	35,20	342,87	2998	Курник с курицей	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
28,36	52,42	148,64	1 172,39			

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5



15.12.2023 (пятница)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
1-4 кл завтрак 160 руб						
20,97	12,91	22,35	331,80	1073	Пудинг творожно-манный	140
2,77	3,05	19,04	112,35	902	Молоко сгущеное	35
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
35,24	34,86	136,77	944,05			
1-4 кл комплекс 398 руб						
Завтрак						
20,97	12,91	22,35	331,80	1073	Пудинг творожно-манный	140
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко сгущеное	30
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
Обед						
0,56	3,68	1,33	43,03	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
21,93	21,74	12,33	329,33	1191	Бигус	240
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
66,71	68,68	201,39	1 644,84			
1-4 кл обед 160 руб						
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
21,93	21,74	12,33	329,33	1191	Бигус	240
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
31,31	30,58	65,02	669,82			
1-4 кл комплекс (обед, полдник) 398 руб						
Обед						
0,56	3,68	1,33	43,03	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
21,93	21,74	12,33	329,33	1191	Бигус	240
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
Полдник						
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	84
5,80	5,00	8,00	101,00	1604	Йогурт питьевой	200
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
46,81	49,38	140,94	1 215,68			

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор
ООО "Азбука Питания"
А.С. Гергалов

11.12.2023 (понедельник)

1-4 кл диабет (обед, полдник) 398р

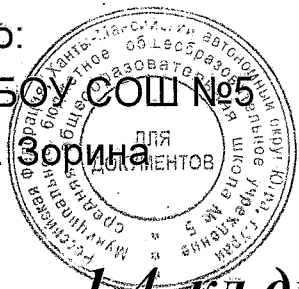
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
1 477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	60	1,75	6	5,74	85,7
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,72	2	13,16	79,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
928,01	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,36	2	26,61	108,2
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		760	28,98	43	109,99	918,3
Полдник						
10	Бутерброд горячий с сыром	60	8,12	12	14,81	197
932,02	Компот из кураги без сахара	200	0,2		17,02	69,1
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
Итого за полдник		410	8,92	13	46,53	336,6
Итого за день		1170	37,9	56	177,02	1 678


Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5



Л.Р. Зорина



Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалов

12.12.2023 (вторник)

1-4 кл диабет (обед, полдник) 398р

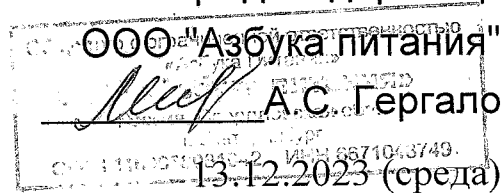
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
568	Капуста брокколи отварная.	60	0,37		0,78	4,8
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
1 162;02	Плов перловый с курицей	250	24,43	36	50,78	623,9
917,01	Компот из ягод (без сахара)	200			19,96	79,8
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		770	33,7	46	100,85	957,5
Полдник						
319	Оладьи из печени	100	18,07	11	14,85	234,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
10,18	Чай без сахара	200				
1148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за полдник		475	23,49	17	47,57	447,2
Итого за день		1245	57,19	63	148,48	1404,7

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №5



Л.Р. Зорина
 ДОКУМЕНТОВ

Утверждаю директор



ООО "Азбука питания"
 А.С. Гергало

13.12.2023 (среда)

1-4 кл диабет (обед, полдник) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Обед

999	Салат Бурячок	60	0,66	9	3,32	97,6
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	2,29	2	0,09	23,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100	2,09	9	12,73	139,6
928,01	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,36	2	26,61	108,2
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		770	21,9	34	120,53	864,6

Полдник

914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
10,18	Чай без сахара	200				
891	Омлет запеченный или паровой	150	15,35	18	2,78	235,8
1148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
980	Апельсины	150	1,35		12,15	64,5
Итого за полдник		675	23,18	23	31,56	444,6
Итого за день		1445	45,08	57	152,09	1309,2

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л. Р. Зорина

ДОКУМЕНТОВ



Утверждаю директор

Общество с ограниченной ответственностью "Азбука питания"

А. С. Гергалю

г. Ижевск, ул. ...
ОГРН 1169658054042 ИНН 5571248749

14.12.2023 (четверг)

1-4 кл диабет (обед, полдник) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	--------------	---------

Обед

14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	60	0,7	6	9,46	89,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	2,29	2	0,09	23,6
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
375	Рыба «Лакомка» минтай	90	7,95	9	3,57	128,7
917,01	Компот из ягод без сахара	200			19,96	79,8
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		770	23,8	33	90,97	740,1

Полдник

1054	Котлета Детская мясная	80	12,44	10	12,79	201
998	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,04	5	31,48	192,6
1148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
10,18	Чай без сахара	200				
Итого за полдник		425	20,61	16	54,9	458,4
Итого за день		1195	44,41	49	145,27	1198,5

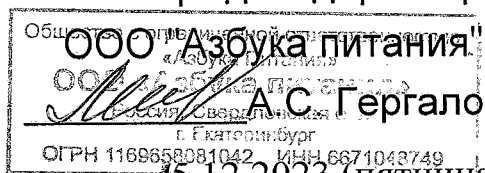
Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор



1-4 кл диабет (обед, полдник) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
1191	Бигус	240	21,93	22	12,33	329,3
930,01	Напиток Ягодка без сахара	200	0,2		1,46	8,4
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		760	32,05	36	51,38	664,3
Полдник						
10	Бутерброд горячий с сыром	60	8,12	12	14,81	197
1604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
10,18	Чай без сахара	200				
980	Апельсины	150	1,35		12,15	64,5
Итого за полдник		560	13,82	16	32,96	337,3
Итого за день		1320	45,87	52	84,34	1001,6

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

Общество с ограниченной ответственностью
ООО "Азбука питания"
А.С. Гергалло
СГРН 1169658081042 ИНН 6671048749

11.12.2023 (понедельник)

5-11кл диабет (завтрак, обед) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
10	Бутерброд горячий с сыром	60	8,12	12	14,81	197
850,02	Каша овсяная Геркулес молочная жидкая с маслом сливочным без сахара	250	7,52	10	25,27	229,3
854,03	Чай с молоком без сахара	200	1,36	2	17,18	88,1
1148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
Итого за Завтрак		685	19,73	26	82,59	649,7
Обед						
1 477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	100	2,92	10	9,57	142,9
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,15	3	16,45	98,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	8	52,46	321,1
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
928,01	Компот из смеси сухофруктов без сахара	100	0,36	2	26,61	108,2
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		900	33,1	50	130,22	1075,6
Итого за день		1585	52,83	76	212,81	1725,3

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

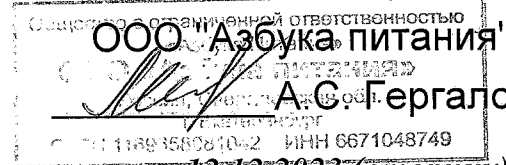
Л.Р. Зорина для документов



Утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

А.С. Гергалов



12.12.2023 (вторник)

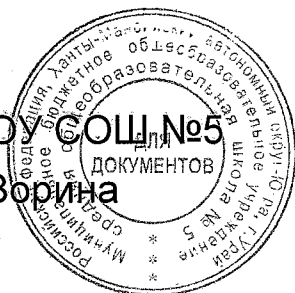
5-1 кл диабет (завтрак, обед) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836	Огурцы свежие порционно	35	0,28		4,41	19,3
995	Пюре картофельное	170	3,73	6	25,03	167,4
319	Оладьи из печени	90	16,26	10	13,37	211,2
686,01	Чай с лимоном (без сахара)	200	0,06		0,19	
1 148	Хлеб ржаной	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Завтрак		555	24,8	18	65,73	637,2
Обед						
568	Капуста брокколи отварная.	100	0,76	6	2,38	79
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	6	10,11	105,4
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
1 162,02	Плов перловый с курицей	290	28,34	42	58,91	723,7
917,01	Компот из ягод (без сахара)	200	0,15		1,1	6,3
1147	Хлеб ржаной	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		900	38,27	53	111,53	1081,6
Итого за день		1455	63,07	71	177,26	1618,8

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

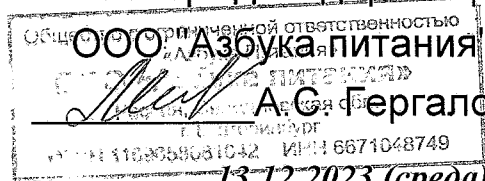
Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалов



13.12.2023 (среда)

5-11кл диабет (завтрак, обед) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1111,02	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным без сахара	250	7,18	9	28,85	228,9
10,18	Чай без сахара	200				
1148	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
980	Апельсины	150	1,35		12,15	64,5
97	Сыр (порциями)	30	7,8	8		105,6
Итого за Завтрак		680	220,58	19	62,25	528,5
Обед						
999	Салат Бурячок	100	1,1	15	5,53	162,7
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	2,29	2	0,09	23,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100	2,09	9	12,73	139,6
928,01	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,36	2	26,61	108,2
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		890	25,03	43	134,91	1009,2
Итого за день		1570	45,61	62	197,16	1537,7

Согласовано:

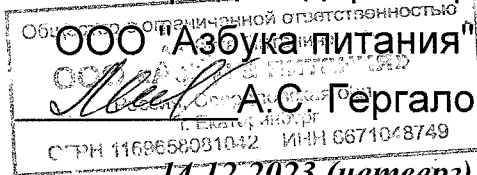
Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р.

Зорина



Утверждаю директор



14.12.2023 (четверг)

5-1кл диабет (завтрак, обед) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
835	Помидоры порционно	30	0,33		4,13	37,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
1054	Котлета Детская мясная	90	14	12	14,39	226,1
854,03	Чай с молоком без сахара	200	1,36	2	17,18	88,1
1148	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Завтрак		550	29	23	104,17	769,8
Обед						
14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	100	1,17	10	15,76	148,9
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	2,29	2	0,09	23,6
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
375	Рыба «Лакомка» минтай	100	8,83	10	3,96	143
917,01	Компот из ягод без сахара	200			19,96	79,8
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		900	26,57	40	104,95	873
Итого за день		1450	55,57	63	209,12	1642,8

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалов

ИНН 1160958031042 ИНН 6671048749

15.12.2023 (пятница)

5-1кл диабет (завтрак, обед) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1073,01	Пудинг творожно-манный без сахара	170	22,18	14	24,7	321,7
986	Сметана порц.	30	0,08		0,11	4,8
10,18	Чай без сахара	200				
1148	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
Итого за Завтрак		600	27,11	17	60,76	526,5
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
1191	Бигус	290	26,49	26	14,9	397,9
930,01	Напиток Ягодка без сахара	200	0,2		1,46	8,4
1147	Хлеб ржаной.	50	4,25	2	21,25	129,5
Итого за Обед		900	37,51	43	58,59	791,4
Итого за день		1500	64,62	60	119,35	1317,9