

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №5

Л. Р. Зорина

ДЛЯ  
ДОКУМЕНТОВ

Директор ООО "Азбука питания"

Ирина Сергеевна Пергалюк

на 12 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай ШУ 1-4 кл завтрак 166 руб</b>						
8,12	11,52	14,81	196,95	10	Бутерброд горячий с сыром	60
4,34	4,88	38,30	214,57	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливоч	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 витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>19,55</b>	<b>20,75</b>	<b>96,64</b>	<b>719,02</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
8,12	11,52	14,81	196,95	10	Бутерброд горячий с сыром	60
4,34	4,88	38,30	214,57	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливоч	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 витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>Обед</b>						
1,75	6,16	5,74	85,73	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яй	60
1,72	2,14	13,16	79,10	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	200
21,49	24,20	44,69	329,05	444	Плов с мясом	220
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>49,73</b>	<b>55,04</b>	<b>225,25</b>	<b>1 524,30</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл обед 248 руб</b>						
1,75	6,16	5,74	85,73	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яй	60
1,72	2,14	13,16	79,10	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	200
21,49	24,20	44,69	329,05	444	Плов с мясом	220
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>30,18</b>	<b>34,29</b>	<b>128,61</b>	<b>805,27</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
1,75	6,16	5,74	85,73	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яй	60
1,72	2,14	13,16	79,10	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	200
21,49	24,20	44,69	329,05	444	Плов с мясом	220
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Полдник</b>						
0,86	5,60	3,60	337,20	1287,01	Хачапури из теста слоеного*	80
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>33,02</b>	<b>40,24</b>	<b>166,07</b>	<b>1 300,43</b>			

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №5



на 13 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Глюкозы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай ШУ 1-4 кл завтрак 166 руб</b>						
0,24	0,03	0,51	3,90	1006	Огурцы соленые	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
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>24,68</b>	<b>19,92</b>	<b>121,83</b>	<b>768,21</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
0,24	0,03	0,51	3,90	1006	Огурцы соленые	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
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Обед</b>						
0,37	0,02	0,78	4,80	568	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
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод (вишня)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>54,91</b>	<b>59,59</b>	<b>215,80</b>	<b>1 611,95</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл обед 248 руб</b>						
0,37	0,02	0,78	4,80	568	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
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод (вишня)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>30,23</b>	<b>39,67</b>	<b>93,97</b>	<b>843,74</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
0,37	0,02	0,78	4,80	568	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
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод (вишня)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>Полдник</b>						
7,80	9,82	38,48	273,49	35,39	Эчпочмак	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
2,51	1,75	4,40	132,00	935	Йогурт порционный	125
<b>40,53</b>	<b>51,25</b>	<b>159,25</b>	<b>1 344,23</b>			

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №8

Л.Р. Зорина



на 14 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай ЦУ 1-4 кл завтрак 166 руб</b>						
13,79	14,40	3,46	165,24	437	Гуляш из мяса говядины	90
4,73	3,95	28,77	176,33	516	Макаронные изделия отварные с маслом	120
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,04	0,26	9,75	49,40	975	Мандарины	130
<b>23,71</b>	<b>19,68</b>	<b>80,77</b>	<b>580,06</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
13,79	14,40	3,46	165,24	437	Гуляш из мяса говядины	90
4,73	3,95	28,77	176,33	516	Макаронные изделия отварные с маслом	120
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,04	0,26	9,75	49,40	975	Мандарины	130
<b>Обед</b>						
1,14	6,11	5,27	81,46	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым	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
3,54	8,51	34,05	227,29	990	Рис припущенный с овощами	150
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>43,60</b>	<b>51,44</b>	<b>206,35</b>	<b>1 463,18</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл обед 248 руб</b>						
1,14	6,11	5,27	81,46	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым	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
3,54	8,51	34,05	227,29	990	Рис припущенный с овощами	150
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>19,89</b>	<b>31,76</b>	<b>125,58</b>	<b>883,12</b>			
<b>Урай ШУ 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
1,14	6,11	5,27	81,46	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым	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
3,54	8,51	34,05	227,29	990	Рис припущенный с овощами	150
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>Полдник</b>						
4,35	3,75	6,00	79,50	914	Снежок	150
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>29,64</b>	<b>41,29</b>	<b>200,46</b>	<b>1 311,38</b>			

Согласовано:

Директор МБОУ СОЦ.Ц. №5



на 15 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай 1-4 кл завтрак 166 руб</b>						
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
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
3,90	4,02	0	52,80	97	Сыр (порциями)	15
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>30,13</b>	<b>24,24</b>	<b>108,00</b>	<b>789,51</b>			
<b>Урай 1-4 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
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
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
3,90	4,02	0	52,80	97	Сыр (порциями)	15
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
0,10	0,10	2,45	11,75	976	Яблоки свежие	25
<b>Обед</b>						
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» горбуша	90
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>53,34</b>	<b>55,16</b>	<b>191,87</b>	<b>1 487,57</b>			
<b>Урай 1-4 кл обед 248 руб</b>						
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» горбуша	90
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>25,83</b>	<b>32,25</b>	<b>106,75</b>	<b>821,56</b>			
<b>Урай 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
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» горбуша	90
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>Полдник</b>						
4,51	20,45	35,20	342,87	2998	Курник с курицей	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
2,51	1,75	4,40	132,00	935	Йогурт порционный	125
<b>32,85</b>	<b>54,45</b>	<b>168,75</b>	<b>1 391,43</b>			

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №5



Л.Р. Зорина  
ДЛЯ  
ДОКУМЕНТОВ



Директор ООО "Азбука питания"  
Сергалов

на 16 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай 1-4 кл завтрак 166 руб</b>						
20,97	12,91	22,35	331,80	1073	Пудинг творожно-манный	140
2,77	3,00	19,04	112,40	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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>35,84</b>	<b>35,46</b>	<b>152,46</b>	<b>1 018,54</b>			
<b>Урай 1-4 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
20,97	12,91	22,35	331,80	1073	Пудинг творожно-манный	140
2,77	3,00	19,04	112,40	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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Обед</b>						
1,44	4,17	5,83	67,67	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	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
12,74	6,08	12,29	202,79	1060	Шницель из птицы	80
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 (черная смородина)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>65,32</b>	<b>59,48</b>	<b>259,23</b>	<b>1 850,00</b>			
<b>Урай 1-4 кл обед 248 руб</b>						
1,44	4,17	5,83	67,67	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	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
12,74	6,08	12,29	202,79	1060	Шницель из птицы	80
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 (черная смородина)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>29,48</b>	<b>24,02</b>	<b>106,76</b>	<b>831,37</b>			
<b>Урай 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
1,44	4,17	5,83	67,67	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	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
12,74	6,08	12,29	202,79	1060	Шницель из птицы	80
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 (черная смородина)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>Полдник</b>						
6,30	8,23	62,50	341,88	1141	Печенье детское (конд изд)	84
4,35	3,75	6,00	75,75	1604	Кефир	150
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>41,48</b>	<b>36,30</b>	<b>203,38</b>	<b>1 377,34</b>			

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №5



Утверждаю  
Директор ООО "Азбука питания"  
Генерал



на 12 февраля 2024

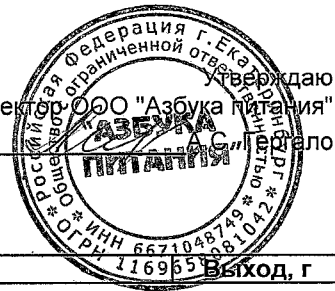
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г
<b>Урай 5-11кл завтрак 166 руб</b>						
8,12	11,52	14,81	196,95	10	Бутерброд горячий с сыром	60
5,42	6,10	47,88	268,22	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливоч	250
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>20,64</b>	<b>21,97</b>	<b>106,22</b>	<b>772,67</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
8,12	11,52	14,81	196,95	10	Бутерброд горячий с сыром	60
5,42	6,10	47,88	268,22	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливоч	250
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>Обед</b>						
2,92	10,26	9,57	142,88	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яй	100
2,15	2,68	16,45	98,88	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250
28,33	31,90	58,91	433,74	444	Плов с мясом	290
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>59,25</b>	<b>68,60</b>	<b>256,16</b>	<b>1 759,57</b>			
<b>Урай 5-11кл обед 166 руб</b>						
2,15	2,68	16,45	98,88	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250
28,33	31,90	58,91	433,74	444	Плов с мясом	290
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>35,10</b>	<b>36,00</b>	<b>125,68</b>	<b>773,60</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
2,92	10,26	9,57	142,88	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яй	100
2,15	2,68	16,45	98,88	89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250
28,33	31,90	58,91	433,74	444	Плов с мясом	290
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Полдник</b>						
0,86	5,60	3,60	337,20	1287,01	Хачапури из теста слоеного*	80
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>41,45</b>	<b>52,58</b>	<b>187,41</b>	<b>1 482,06</b>			

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5



Директор ООО "Азбука питания"



на 13 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай 5-11кл завтрак 166 руб</b>						
0,24	0,03	0,51	3,90	1006	Огурцы соленые	30
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 витаминизированный	25
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>27,37</b>	<b>22,37</b>	<b>129,20</b>	<b>831,06</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
0,24	0,03	0,51	3,90	1006	Огурцы соленые	30
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 витаминизированный	25
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Обед</b>						
0,62	0,04	1,30	8,00	568	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
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
10,07	7,97	52,46	321,06	998	Каша гречневая рассыпчатая	200
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 витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>60,78</b>	<b>65,30</b>	<b>238,84</b>	<b>1 779,34</b>			
<b>Урай 5-11кл обед 166 руб</b>						
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
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
10,07	7,97	52,46	321,06	998	Каша гречневая рассыпчатая	200
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод (вишня)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>32,79</b>	<b>43,00</b>	<b>108,34</b>	<b>940,40</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
0,62	0,04	1,30	8,00	568	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
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100
10,07	7,97	52,46	321,06	998	Каша гречневая рассыпчатая	200
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод (вишня)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>Полдник</b>						
7,80	9,82	38,48	273,49	35,39	Эчпочмак	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
2,51	1,75	4,40	132,00	935	Йогурт порционный	125
<b>43,71</b>	<b>54,50</b>	<b>174,91</b>	<b>1 448,77</b>			

Согласовано:

Директор МБОУ



Директор

ООО "Азбука питания"

г. Пермь

№ 1696380



на 14 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай 5-11кл завтрак 166 руб</b>						
15,32	16,00	3,84	183,60	437	Гуляш из мяса говядины	100
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>26,59</b>	<b>22,31</b>	<b>89,85</b>	<b>650,11</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
15,32	16,00	3,84	183,60	437	Гуляш из мяса говядины	100
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>Обед</b>						
1,90	10,19	8,79	135,77	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым	100
5,88	5,53	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
4,25	10,22	40,86	272,75	990	Рис припущенный с овощами	180
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>49,12</b>	<b>60,95</b>	<b>230,05</b>	<b>1 664,32</b>			
<b>Урай 5-11кл обед 166 руб</b>						
5,88	5,53	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
4,25	10,22	40,86	272,75	990	Рис припущенный с овощами	180
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>20,65</b>	<b>28,00</b>	<b>131,43</b>	<b>878,40</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
1,90	10,19	8,79	135,77	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым	100
5,88	5,53	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
4,25	10,22	40,86	272,75	990	Рис припущенный с овощами	180
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>Полдник</b>						
4,35	3,75	6,00	79,50	914	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
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	150
<b>32,28</b>	<b>48,18</b>	<b>215,08</b>	<b>1 442,48</b>			



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №5



Директор



на 15 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай 5-11 кл завтрак 166 руб</b>						
15,55	13,00	15,99	251,25	1054	Котлета Детская мясная (свинина)	100
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
3,90	4,02	0	52,80	97	Сыр (порциями)	15
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>34,75</b>	<b>28,03</b>	<b>119,06</b>	<b>887,92</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
15,55	13,00	15,99	251,25	1054	Котлета Детская мясная (свинина)	100
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
3,90	4,02	0	52,80	97	Сыр (порциями)	15
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Обед</b>						
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» горбуша	100
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>63,35</b>	<b>67,85</b>	<b>240,40</b>	<b>1 842,38</b>			
<b>Урай 5-11 кл обед 166 руб</b>						
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» горбуша	100
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>26,09</b>	<b>29,00</b>	<b>93,43</b>	<b>741,10</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
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» горбуша	100
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>Полдник</b>						
4,51	20,45	35,20	342,87	2998	Курник с курицей	100
0	0	22,40	95,00	707	Сок натуральный	200
2,51	1,75	4,40	132,00	935	Йогурт порционный	125
<b>35,62</b>	<b>62,02</b>	<b>183,34</b>	<b>1 524,33</b>			

Согласовано:  
Директор МБОУ



Директор ООО "Азбука Питания"



на 16 февраля 2024 г.

Белки, г	Жиры, г	Глюк, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>Урай 5-11кл завтрак 166 руб</b>						
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	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>39,94</b>	<b>37,79</b>	<b>154,53</b>	<b>1 073,59</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс 414 руб</b>						
<b>Завтрак</b>						
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	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
7,35	17,83	57,59	314,80	770	Булочка дорожная.	100
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
<b>Обед</b>						
2,41	6,95	9,71	112,79	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	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
14,33	6,84	13,82	228,14	1060	Шницель из птицы	90
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 (черная смородина)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>73,69</b>	<b>67,62</b>	<b>277,66</b>	<b>2 049,24</b>			
<b>Урай 5-11кл обед 166 руб</b>						
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
14,33	6,84	13,82	228,14	1060	Шницель из птицы	90
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 (черная смородина)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>31,35</b>	<b>23,00</b>	<b>113,43</b>	<b>862,90</b>			
<b>Урай 5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб</b>						
<b>Обед</b>						
2,41	6,95	9,71	112,79	951	Винегрет овощной с соленым огурцом	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
14,33	6,84	13,82	228,14	1060	Шницель из птицы	90
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 (черная смородина)	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
<b>Полдник</b>						
6,30	8,23	62,50	341,88	1141	Печенье детское (конд изд)	84
4,35	3,75	6,00	75,75	1604	Кефир	150
0	0	15,97	63,84	1188	Чай с сахаром	200
1,35	0,30	12,15	64,50	980	Апельсины	150
<b>45,75</b>	<b>42,11</b>	<b>219,74</b>	<b>1 521,62</b>			

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №5



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
А. С. Гергало



### 1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1523,01	Икра из кабачков	60	1,14	5	4,62	71,4
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,72	2	13,16	79,1
14538,36	Шницель из говядины	90	16,44	16	14,64	271,6
7,1	Капуста тушеная с растительным маслом	150	3,02	4	10,27	88,9
11,13		200	0,83		12,6	53,3
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	40	1,65		8,35	43,5
1618	Яблоко свежее	150	0,6	1	14,7	66,6
<b>Итого за Обед</b>		890	27,15	29	86,99	734,5
<u>Полдник</u>						
4,3	Омлет натуральный, фаршированный зеленым горошком	80	8,49	18	5,52	217,9
10,18	Чай без сахара	200				
5,6	Кефир	125	3,63	4	5	70,5
<b>Итого за Полдник</b>		405	12,12	22	10,52	288,4
<b>Итого за день</b>		1295	39,27	51	97,51	1022,9

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л. Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Ирина С. Гергалю



## 1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
1032,01	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,67	5	21,16	150,5
917,01	Компот из ягод (без сахара)	200			19,96	79,8
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	40	1,65		8,35	43,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>760</b>	<b>26,44</b>	<b>39</b>	<b>70,86</b>	<b>733,2</b>
<u>Полдник</u>						
7,24	Отварная капуста, запеченная в молочном соусе с растительным маслом	150	5,4	6	10,67	120,7
10,18	Чай без сахара	200				
5,6	Кефир	100	2,9	3	4	56,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>8,3</b>	<b>9</b>	<b>14,67</b>	<b>177,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1210</b>	<b>34,74</b>	<b>48</b>	<b>85,53</b>	<b>910,3</b>

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалов



## 1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60	3,05	4	4,02	62,3
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
943,01	Гренки из ржаного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
14538,37	Тефтели из говядины паровые	80	10,93	10	6,67	157,9
1630,02	Соус сметанный с томатом и луком	20	0,33	2	0,56	21
959,15	Рагу из овощей	150	3,16	7	19,27	150,9
705,03	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,32		18,45	77,7
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	40	1,65		8,35	43,5
<b>Итого за Обед</b>		770	29,44	30	90,97	759,9
<i>Полдник</i>						
5,6	Кефир	150	4,35	5	6	84,6
10,18	Чай без сахара	200				
1606,03	Запеканка капустная без манной крупы	80	2,58	3	5,92	54,5
<b>Итого за Полдник</b>		430	6,93	8	11,92	139,1
<b>Итого за день</b>		1200	36,37	38	102,89	899

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Ворина



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
И.А.Сидорова



## 1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
8,18	Салат из тертой моркови, яблок с растительным маслом	60	0,54	4	4,51	53
14538,5	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,42	4	9,22	82,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20	4,58	5	0,17	47,1
7,17	Пюре из овощей	150	1,65	11	6,9	133,5
375	Рыба «Лакомка» горбуша	90	7,95	9	3,57	128,7
932,02	Компот из кураги без сахара	200	1,04		10,2	46,4
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	40	1,65		8,35	43,5
1612	Фрукты свежие (апельсины)	150	0,9		8,1	43
<b>Итого за Обед</b>		<b>910</b>	<b>21,48</b>	<b>34</b>	<b>59,67</b>	<b>638,1</b>
<b>Полдник</b>						
4,31	Пудинг из творога с яблоками без сахара	80	8,51	7	3	108,7
10,2	Компот из свежих яблок без сахара	200	0,2		4,9	22,2
5,6	Кефир	125	3,63	4	5	70,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>405</b>	<b>12,34</b>	<b>11</b>	<b>12,9</b>	<b>201,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1315</b>	<b>33,82</b>	<b>45</b>	<b>72,57</b>	<b>839,5</b>

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
И.А.Силвертало



## 1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1029,05	Салат из белокачанной капусты с	60	1,59	4	4,15	62,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
2,42	Котлеты (биточки) из кур паровые без	80	14,01	15	1,11	191,9
6,4	Каша из пшеничной крупы "полтавская"	150	8,08	6	39,87	240,6
930,01	Напиток Ягодка без сахара	200	0,2		1,46	8,4
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	40	1,65		8,35	43,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>32,39</b>	<b>34</b>	<b>78,6</b>	<b>761,2</b>

### Полдник

401,03	Пудинг рыбный (паровой) с маслом без хлеба	80	11,78	6	0,78	104
5,6	Кефир	150	4,35	5	6	84,6
10,18	Чай без сахара	200				
1612	Фрукты свежие (апельсины)	120	0,72		6,48	34,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>585</b>	<b>17,77</b>	<b>11</b>	<b>14,93</b>	<b>238,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1290</b>	<b>49,24</b>	<b>45</b>	<b>91,86</b>	<b>984,2</b>

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Сергало



## 5-1кл диабет (завтрак, обед) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
10,23	Бутерброд горячий с сыром и ржаным	45	6,9	9	10	149
6,4	Каша овсяная молочная со сливочным маслом без сахара	220	9,09	10	34,95	269
10,19	Чай с молоком без сахара	200	1,45	2	2,35	29,6
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	1,98		10,02	52,2
14539,43	Мандарин	150	1,2		11,25	52,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>645</b>	<b>20,62</b>	<b>21</b>	<b>68,57</b>	<b>552,3</b>
<u>Обед</u>						
1523,01	Икра из кабачков	100	1,9	9	7,7	119
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,15	3	16,45	98,9
14538,36	Шницель из говядины	100	18,27	18	16,27	301,7
7,1	Капуста тушеная с растительным маслом	200	4,02	5	13,69	118,5
11,13	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,83		12,6	53,3
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,55	1	12,75	77,7
1618	Яблоко свежее	150	0,6	1	14,7	66,6
<b>Итого за Обед</b>		<b>1030</b>	<b>30,32</b>	<b>37</b>	<b>94,16</b>	<b>835,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1675</b>	<b>50,94</b>	<b>58</b>	<b>177,26</b>	<b>1618,8</b>



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Георгало



## 5-11кл диабет (завтрак, обед) 398р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
819,02	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	1,88	25
7,17	Пюре из овощей	180	1,98	13	8,28	160,2
319,01	Оладьи из печени с ржаным хлебом	90	14,46	9	11,88	187,8
686,01	Чай с лимоном (без сахара)	200	0,06		0,19	
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25	1,65		8,35	43,5
1618	Яблоко свежее	150	0,6	1	14,7	66,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>690</b>	<b>22,72</b>	<b>26</b>	<b>53,15</b>	<b>545,4</b>
<b>Обед</b>						
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
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
1032,01	Каша гречневая вязкая с маслом	200	6,22	7	28,21	200,7
917,01	Компот из ягод (без сахара)	200			19,96	79,8
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>890</b>	<b>27,8</b>	<b>42</b>	<b>76,21</b>	<b>781,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1580</b>	<b>50,52</b>	<b>68</b>	<b>177,26</b>	<b>1618,8</b>

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Соголо



## 5-11кл диабет (завтрак, обед) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
437	Гуляш из мяса говядины	100	15,32	16	3,84	183,6
1189	Пюре гороховое с морковью	150	13	4	33,12	259,8
10,18	Чай без сахара	200				
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,55	1	10,63	64,8
14539,43	Мандарин	150	1,2		11,25	52,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>32,07</b>	<b>21</b>	<b>65,21</b>	<b>599,5</b>
<b>Обед</b>						
1157	Салат из отварной свеклы с сыром	100	5,08	6	6,7	103,8
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
943,01	Гренки из ржаного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
14538,37	Тефтели из говядины паровые	100	13,67	12	8,33	197,3
1630,02	Соус сметанный с томатом и луком	20	0,33	2	0,56	21
959,15	Рагу из овощей	180	3,79	8	23,12	181,1
705,03	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,32		18,45	77,7
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>890</b>	<b>34,32</b>	<b>37</b>	<b>92,97</b>	<b>842,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1520</b>	<b>66,39</b>	<b>58</b>	<b>177,26</b>	<b>1618,8</b>

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.О. Тергалов



## 5-11кл диабет (завтрак, обед) 414 р

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

### Завтрак

97	Сыр порциями	15	3,48	4		54,6
1054	Котлета Детская мясная	90	14	12	14,39	226,1
1631	Соус томатный на овощном отваре со сливочным маслом без сахара	20	0,25	1	1,34	17,4
1032,01	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	4,67	5	21,16	150,5
10,19	Чай с молоком без сахара	200	1,45	2	2,35	29,6
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,55	1	10,63	64,8
1618	Яблоко свежее	150	0,6	1	14,7	66,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>655</b>	<b>27</b>	<b>26</b>	<b>58,88</b>	<b>527,5</b>

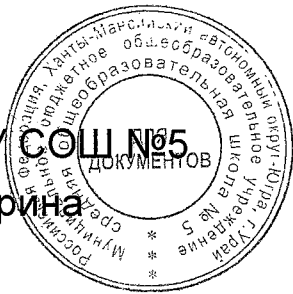
### Обед

1029,05	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом без сахара	100	2,65	7	6,91	104,3
14538,5	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	20	4,58	5	0,17	47,1
7,17	Пюре из овощей	150	1,65	11	6,9	133,5
375	Рыба «Лакомка» горбуша	100	8,83	10	3,96	143
932,02	Компот из кураги без сахара	200	1,04		10,2	46,4
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	45	3,83	1	19,19	116,6
1612	Фрукты свежие (апельсины)	150	0,9		8,1	43
<b>Итого за Обед</b>		<b>1045</b>	<b>25,86</b>	<b>42</b>	<b>74,7</b>	<b>792,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1700</b>	<b>52,86</b>	<b>68</b>	<b>133,58</b>	<b>1319,7</b>

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергало



## 5-11кл диабет (завтрак, обед) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
4,31	Пудинг из творога с яблоками без сахара	170	18,08	14	6,38	230,9
261,01	Соус молочный натуральный	30	1,05	3	2,85	39,2
10,18	Чай без сахара	200				
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,55	1	10,63	64,8
1618	Яблоко свежее	150	0,6	1	14,7	66,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>22,28</b>	<b>19</b>	<b>36,67</b>	<b>414,4</b>
<b>Обед</b>						
1029,05	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом без сахара	100	2,65	7	6,91	104,3
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
2,42	Котлеты (биточки) из кур паровые без	90	15,76	16	1,25	215,9
6,4	Каша из пшеничной крупы "полтавская" рассыпчатая без сахара	180	9,7	7	47,85	288,7
930,01	Напиток Ягодка без сахара	200	0,2		1,46	8,4
1147	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>860</b>	<b>36,5</b>	<b>40</b>	<b>88,99</b>	<b>878,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1440</b>	<b>58,78</b>	<b>59</b>	<b>103,69</b>	<b>945,5</b>