

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 2

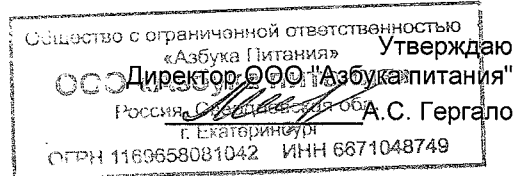


Общество с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
Директор ООО «Азбука питания»
Россия, Свердловская обл.
г. Екатеринбург А.С. Гергалов
ОГРН 1169658081042 ИНН 6671048749

13.11.2023 (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	100
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			

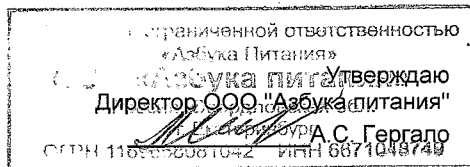
Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 3



14.11.2023 (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	120
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			

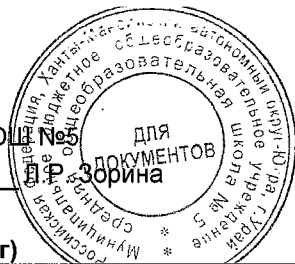
Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1



15.11.2023 (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



Утверждаю
Директор ООО "Абука питания"
А.С. Гергало

16.11.2023 (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
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	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



Связи с ограниченной ответственностью «Азбука Питания»
Директор ООО «Азбука питания»
А.С. Гергалов
г. Якутск
ИНН 6671048749

17.11.2023 (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

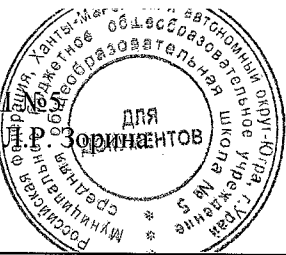


с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания»
«Азбука питания»
Директор ООО «Азбука питания»
А.С. Гергалю

13 ноября 2023 (понедельник)

Белки, г	Жиры, г	Гликоды	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
7,91	7,34	46,41	284,29	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	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	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
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
5,42	6,10	47,88	268,22	848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	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	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976	Яблоки свежие	150
Обед						
2,92	10,26	9,57	142,88	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	100
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
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское (конд изд)	56
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						
2,92	10,26	9,57	142,88	1477	Салат из отварных овощей с зеленым горошком и яйцом	100
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
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
45,02	62,68	235,22	1 680,11			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ

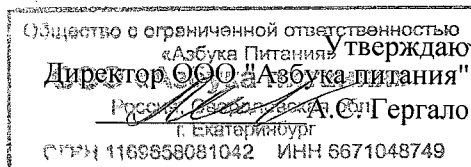


Общество с ограниченной ответственностью
«Азбука Питания» Утверждаю
Директор ООО «Азбука Питания»
Россия, Свердловская область
г. Екатеринбург А.С. Гергалю
ОГРН 1169658081042 ИНН 6671048749

14 ноября 2023 (вторник)

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	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 свиной	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 свиной	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 свиной	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			

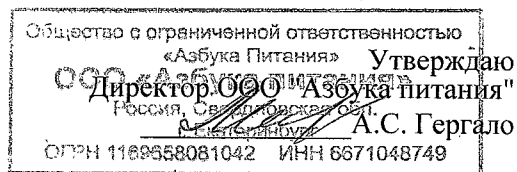
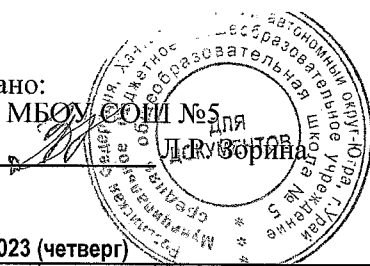
Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5



15 ноября 2023 (среда)

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	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	914		Кисломолочный продукт	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				

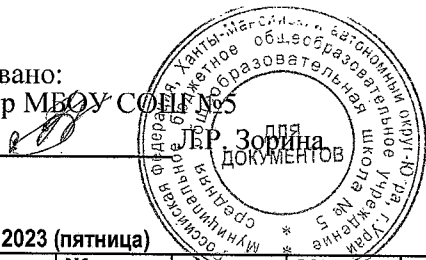
Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5



16 ноября 2023 (четверг)

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	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	150
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 Свердловская обл. А.С. Гергало
г. Екатеринбург
ОГРН 1169658081042 ИНН 6671048749

17 ноября 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
4,35	3,75	6,00	75,75	1604	Кисломолочный напиток	150
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			