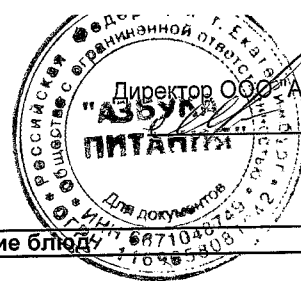


Согласовано:
Директор ООО "Азбука питания"

И.Р. Зорина

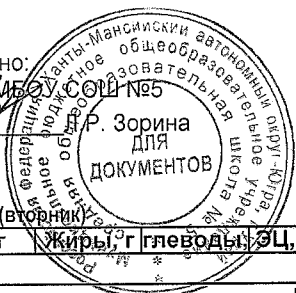


Утверждаю
Директор ООО "Азбука питания"
А.С. Гергало

26.02.2024 г. (понедельник)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 1-4 кл комплекс (завтрак, обед) 414 руб						
Завтрак						
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 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 витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	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
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
49,73	55,04	225,25	1 524,30			
II смена 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 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
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
Полдник						
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
33,02	40,24	166,07	1 300,43			

Согласовано:
Директор



Утверждаю
"Азбука питания"
А.С. Гергалло



27.02.2024 г. (вторник)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 1-4 кл комплекс (завтрак, обед) 414 руб						
Завтрак						
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
Обед						
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
54,91	59,59	215,80	1 611,95			
II смена 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб						
Обед						
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
Полдник						
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
40,53	51,25	159,25	1 344,23			

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №5



Утверждаю
Директор ООО «Азбука питания»
А.С. Гергалю

28.02.2024 г. (среда)

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 1-4 кл комплекс (завтрак, обед) 414 руб						
Завтрак						
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
Обед						
1,14	6,11	5,27	81,46	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	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
43,60	51,44	206,35	1 463,18			
II смена 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб						
Обед						
1,14	6,11	5,27	81,46	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	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
Полдник						
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
29,64	41,29	200,46	1 311,38			

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №2

29.02.2024 (четверг)

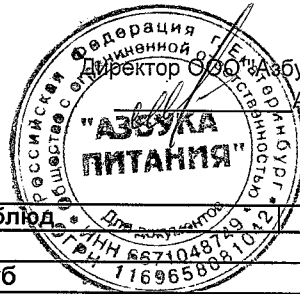
Л.Р. Зорина
для
ДОКУМЕНТОВ



Утверждаю
«Азбука питания»
С. Гергало

Белки, г	Жиры, г	Гликоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 1-4 кл комплекс (завтрак, обед) 414 руб						
Завтрак						
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
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» 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
53,34	55,16	191,87	1 487,57			
II смена 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 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» 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
Полдник						
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
32,85	54,45	168,75	1 391,43			

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №5

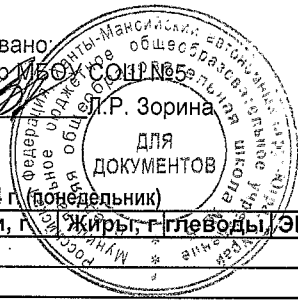


Утверждаю
Директор ФГБУ «Азбука питания»
А.С. Гергалю

01.03.2024 г. (пятница)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 1-4 кл комплекс (завтрак, обед) 414 руб						
Завтрак						
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
Обед						
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
14,32	7,00	13,83	228,15	1060	Шницель из птицы	90
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
66,92	60,37	260,79	1 875,32			
II смена 1-4 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб						
Обед						
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
14,32	7,00	13,83	228,15	1060	Шницель из птицы	90
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
Полдник						
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
43,07	37,23	204,93	1 402,70			

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №5



И.Р. Зорина

ДЛЯ
ДОКУМЕНТОВ

26.02.2024 г. (понедельник)



Утверждаю
Директор ООО "Азбука питания"
С. Гергалов

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 5-11 кл комплекс 414 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 витаминизированный	25
1,20	0,30	11,25	57,00	975	Мандарины	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
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
59,25	68,60	256,16	1 759,57			
II смена 5-11кл обед 166 руб						
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
35,10	36,00	125,68	773,60			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 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
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
Полдник						
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
41,45	52,58	187,41	1 482,06			

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №5



Утверждаю
А.С. Гергало

27.02.2024 г. (вторник)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 5-11 кл комплекс 414 руб						
Завтрак						
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
Обед						
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
60,78	65,30	238,84	1 779,34			
II смена 5-11кл обед 166 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
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
32,79	43,00	108,34	940,40			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб						
Обед						
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
Полдник						
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
43,71	54,50	174,91	1 448,77			

Согласовано
Директор



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

28.02.2024 г. (среда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 5-11 кл комплекс 414 руб						
Завтрак						
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
Обед						
1,90	10,19	8,79	135,77	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	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
49,12	60,95	230,05	1 664,32			
II смена 5-11кл обед 166 руб						
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
20,65	28,00	131,43	878,40			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб						
Обед						
1,90	10,19	8,79	135,77	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	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
Полдник						
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
32,28	48,18	215,08	1 442,48			

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина
для
ДОКУМЕНТОВ

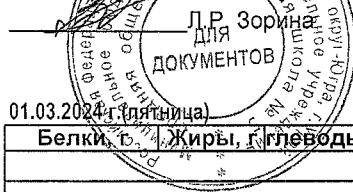
29.02.2024 (четверг)

Утверждаю
Директор ООО "Азбука питания"
А.С. Гергалов



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 5-11 кл комплекс 414 руб						
Завтрак						
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
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» 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
63,35	67,85	240,40	1 842,38			
II смена 5-11кл обед 166 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» 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
26,09	29,00	93,43	741,10			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 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» 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
Полдник						
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
35,62	62,02	183,34	1 524,33			

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №6




Утверждаю
 Директор ООО "Азбука питания"
 А.С. Гергалов

01.03.2024 г. (пятница)

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
I смена 5-11 кл комплекс 414 руб						
Завтрак						
25,46	15,67	27,14	402,90	1073	Пудинг творожно-манный	170
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко сгущенное	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
Обед						
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
15,90	8,00	15,35	253,40	1060	Шницель из птицы	100
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
75,27	68,78	279,22	2 074,51			
II смена 5-11кл обед 166 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
15,90	8,00	15,35	253,40	1060	Шницель из птицы	100
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
32,92	24,04	114,96	888,13			
5-11 кл комплекс (обед, полдник) 414 руб						
Обед						
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
15,90	8,00	15,35	253,40	1060	Шницель из птицы	100
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
Полдник						
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
47,33	43,27	221,29	1 546,89			

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

 Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

"Азбука питания"

А.С. Гергалю

06.02.2024 (понедельник)

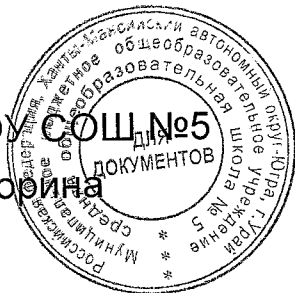
1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ 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	Компот из смеси сухофруктов без сахара	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
Итого за Обед		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
Итого за Полдник		405	12,12	22	10,52	288,4
Итого за день		1295	39,27	51	97,51	1022,9

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

"Азбука питания"

А.С. Гергалов

02.02.2024 (вторник)

1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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
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
Итого за Обед		760	26,44	39	70,86	733,2
Полдник						
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
Итого за Полдник		450	8,3	9	14,67	177,1
Итого за день		1210	34,74	48	85,53	910,3

Согласовано

Директор МБОУ



Л.Р. Зорина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергало



28.02.2024 (среда)

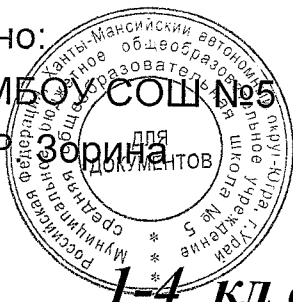
1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		770	29,44	30	90,97	759,9
<u>Полдник</u>						
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
Итого за Полдник		430	6,93	8	11,92	139,1
Итого за день		1200	36,37	38	102,89	899

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зерина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергало



29.02.2024 (четверг)

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>						
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
Итого за Обед		910	21,48	34	59,67	638,1
<u>Полдник</u>						
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
Итого за Полдник		405	12,34	11	12,9	201,4
Итого за день		1315	33,82	45	72,57	839,5

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалло

01.03.2024 (пятница)

1-4 кл диабет (обед, полдник) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
Итого за Обед		740	32,39	34	78,6	761,2
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
Итого за Полдник		585	17,77	11	14,93	238,1
Итого за день		1290	49,24	45	91,86	984,2

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалло



26.02.2024 (понедельник)

5-11кл диабет (завтрак, обед) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		645	20,62	21	68,57	552,3

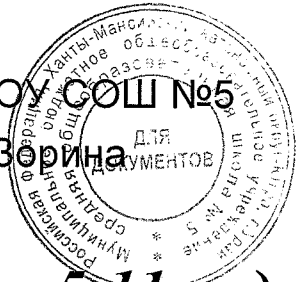
Обед

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
Итого за Обед		1030	30,32	37	94,16	835,7
Итого за день		1675	50,94	58	177,26	1618,8

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО «Азбука питания»

С. Гергало

27.02.2024 (вторник)



5-1кл диабет (завтрак, обед) 98р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
Итого за Завтрак		690	22,72	26	53,15	545,4
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		890	27,8	42	76,21	781,8
Итого за день		1580	50,52	68	177,26	1618,8

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

"Азбука питания"

А.С. Гергалов

28.02.2024 (среда)

5-1кл диабет (завтрак, обед) 414 р

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

Завтрак

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
Итого за Завтрак		630	32,07	21	65,21	599,5

Обед

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
Итого за Обед		890	34,32	37	92,97	842,5
Итого за день		1520	66,39	58	177,26	1618,8

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

19.02.2024 (четверг)

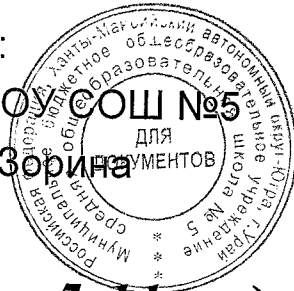
5-11кл диабет (завтрак, обед) 414 р

№ 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
Итого за Завтрак		655	27	26	58,88	527,5
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
Итого за Обед		1045	25,86	42	74,7	792,2
Итого за день		1700	52,86	68	133,58	1319,7

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Л.Р. Зорина



Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Л.С. Гергало
01.03.2024 (пятница)



5-11кл диабет (завтрак, обед) 414 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		580	22,28	19	36,67	414,4
Обед						
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
Итого за Обед		860	36,5	40	88,99	878,9
Итого за день		1440	58,78	59	103,69	945,5