


Школа

3. 06.11.2024 Утверждаю  Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	203	Макаронные изделия отварные с сыром	200
	гор.напиток	382	Какао с молоком	180
	хлеб	ПР	Печенье	20
		ПР	Йогурт	100
	итого			500
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	43	Салат из белокочанной капусты	60
	1 блюдо	132	Суп картофельный с гречневой крупой	250
	2 блюдо	492	Плов из курицы	200
	гарнир			
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	Пр	Хлеб ржаной	40
	фрукты	ПР	Банан	100
	итого			850
	итого			1350

Школа

4. 07.11.2024

Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша молочная пшеничная	200
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
			Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	16	Салат из свежих огурцов	60
	1 блюдо	132	Рассольник ленинградский	200
	2 блюдо	388	Котлеты рыбные	100
	гарнир	694	Пюре картофельное	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

5 08.11.2024 Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	172	Каша молочная из рисовой крупы	200
	гор.напиток	389	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
	фрукты	ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	24	Салат "Мазайка"	60
	1 блюдо	170	Борщ с капустой и картофелем	200
	2 блюдо	608	Котлета из свинины	100
	гарнир	195	Макаронные изделия отварные с овощами	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	фрукты		Яблоко	100
	итого			850
	итого			1360

Школа

б д. 11.11.21. Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная из овсяных хлопьев	200
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	49	Салат из моркови с яблоками	60
	1 блюдо	102	Суп картофельный с фасолью	200
	2 блюдо	591	Гуляш	100
	гарнир	182	Каша гречневая рассыпчатая	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

7д. 12.11.24, Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	98	Каша пшеничная молочная	200
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	180
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	21	Салат "Здоровье"	60
	1 блюдо	148	Суп-лапша домашняя	200
	2 блюдо	7	Овощи тушеные с мясом	200
	гарнир			
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
			Банан	100
	итого			800
	итого			1310

Школа

8 д. 13.11.24 Утверждаю Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша молочная из манной крупы	200
	гор.напиток	382	Какао с молоком	180
	хлеб	ПР	Печенье	20
		ПР	Йогурт	100
	итого			500
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	37	Салат из сырых овощей	60
	1 блюдо	135	Суп из овощей	200
	2 блюдо	462	Тефтели из свинины с рисом	100
	гарнир	688	Макаронные изделия отварные	150
	сладкое	389	Компот из сухофруктов	200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	фрукты	ПР	Банан	100
	итого			870
	итого			1370

Школа

9 д. 14.11.24 Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	321	Каша молочная из кукурузной крупы	200
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	180
		ПР	Йогурт	100
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	19	Салат из свежих помидоров	60
	1 блюдо	138	Суп картофельный с пшеном	200
	2 блюдо	486	Рыба, тушеная в томатном соусе	100
	гарнир	315	Рис отварной	150
		359	Кисель плодово-ягодный	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

10 15.11.24 Утверждаю Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная "Дружба"	200
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	40	Салат "Нежный"	60
	1 блюдо	3	Суп картофельный с клецками	200
	2 блюдо	608	Биточки из свинины	100
	гарнир	694	Картофельное пюре	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	Пр	Хлеб ржаной	40
	фрукт	ПР	Яблоко	100
	итого			850
	Итого			1260

Школа

1. 18.11.2024г.

Утверждаю

Панькова Е.С.



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	179	Суп молочный с макаронными изделиями	200
		377	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	20	Салат из свежих огурцов и помидоров	60
	1 блюдо	206	Суп картофельный с горохом	200
	2 блюдо	288	Курица отварная	100
	гарнир	679	Каша из пшеничной крупы с овощами	150
		868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

2. 19.11.2024

Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша молочная из гречневой крупы	200
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	5	Винегрет с фасолью	60
	1 блюдо	208	Суп с макаронными изделиями	200
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	200
	гарнир			
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
			Банан	100
	итого			800
	итого			1310

Школа

3. 20. 11 2024г Утверждаю  Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	203	Макаронные изделия отварные с сыром	200
	гор.напиток	382	Какао с молоком	180
	хлеб	ПР	Печенье	20
		ПР	Йогурт	100
	итого			500
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	43	Салат из белокочанной капусты	60
	1 блюдо	132	Суп картофельный с гречневой крупой	250
	2 блюдо	492	Плов из курицы	200
	гарнир			
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	Пр	Хлеб ржаной	40
	фрукты	ПР	Банан	100
	итого			850
	итого			1350

Школа

4. 21.11.2024г

Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша молочная пшеничная	200
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
			Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	16	Салат из свежих огурцов	60
	1 блюдо	132	Рассольник ленинградский	200
	2 блюдо	388	Котлеты рыбные	100
	гарнир	694	Пюре картофельное	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

5 22.11.2024 Утверждаю Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	172	Каша молочная из рисовой крупы	200
	гор.напиток	389	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
	фрукты	ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	24	Салат "Мазайка"	60
	1 блюдо	170	Борщ с капустой и картофелем	200
	2 блюдо	608	Котлета из свинины	100
	гарнир	195	Макаронные изделия отварные с овощами	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	фрукты		Яблоко	100
	итого			850
	итого			1360

Школа

6 д. 25.11.24 Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная из овсяных хлопьев	200
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	49	Салат из моркови с яблоками	60
	1 блюдо	102	Суп картофельный с фасолью	200
	2 блюдо	591	Гуляш	100
	гарнир	182	Каша гречневая рассыпчатая	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

7д. 26.11.24

Утверждаю

Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	98	Каша пшеничная молочная	200
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	180
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	21	Салат "Здоровье"	60
	1 блюдо	148	Суп-лапша домашняя	200
	2 блюдо	7	Овощи тушеные с мясом	200
	гарнир			
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
			Банан	100
	итого			800
	итого			1310

Школа

8 д. 27.11.24. Утверждаю  Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша молочная из манной крупы	200
	гор.напиток	382	Какао с молоком	180
	хлеб	ПР	Печенье	20
		ПР	Йогурт	100
	итого			500
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	37	Салат из сырых овощей	60
	1 блюдо	135	Суп из овощей	200
	2 блюдо	462	Тефтели из свинины с рисом	100
	гарнир	688	Макаронные изделия отварные	150
	сладкое	389	Компот из сухофруктов	200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	фрукты	ПР	Банан	100
	итого			870
	итого			1370

Школа

9 д. 28.11.24 Утверждаю Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	321	Каша молочная из кукурузной крупы	200
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	180
		ПР	Йогурт	100
	хлеб	ПР	Бутерброд с маслом	30
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	19	Салат из свежих помидоров	60
	1 блюдо	138	Суп картофельный с пшеном	200
	2 блюдо	486	Рыба, тушеная в томатном соусе	100
	гарнир	315	Рис отварной	150
		359	Кисель плодово-ягодный	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40
	итого			750
	итого			1260

Школа

10 29.11.24 Утверждаю  Панькова Е.С.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная "Дружба"	200
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	180
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30
		ПР	Йогурт	100
	итого			510
Завтрак 2	фрукты			
	итого			
Обед	закуска	40	Салат "Нежный"	60
	1 блюдо	3	Суп картофельный с клецками	200
	2 блюдо	608	Биточки из свинины	100
	гарнир	694	Картофельное пюре	150
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	180
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20
	хлеб черн.	Пр	Хлеб ржаной	40
	фрукт	ПР	Яблоко	100
	итого			850
	Итого			1260