



Согласовано:

Директор школы

07.10.2024

МБОУ "Усть-Крымская школа"



6 день

Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена

Стоимость 73,71р

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Горошек консервированный	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Омлет запеченный	120	12,49	12,99	2,39	176,60
Блинчики с повидлом 130/20	150	3,24	7,80	51,60	292,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	200	0,04	0,00	9,98	39,90

Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена

Стоимость 50,0р

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Молочная манная каша	250	6,94	12,18	48,13	330,68
Блинчик с повидлом 65/10	75	1,62	3,90	25,80	146,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200	0,04	0,00	9,98	39,90

Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена

Стоимость 80,0р

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	0,96	3,78	4,44	54,48
Щи из свежей капусты	200	1,53	3,34	6,67	63,60
Горбуша тушеная с овощами 65/35	100	17,20	10,86	5,66	187,63
Макароны отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20

Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена

Стоимость 80,0р

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00
Щи из свежей капусты	250	1,92	1,29	8,35	53,74
Горбуша тушеная с овощами 65/35	100	17,20	10,86	5,66	187,63
Макароны отварные	180	6,50	6,94	36,54	234,83
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80

Зам. директора школы:



Составлена: 08.10.24
Директор школы

МБОУ, Уролинская школа



7 день					
Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена					Стоимость 73,71р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Огурец свежий	60	0,66	0,12	2,28	13,20
Печень по-строгановски 50/50	100	13,26	11,23	3,52	185,00
Картофельное пюре	150	3,25	4,34	22,05	140,69
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с молоком	200	1,16	1,00	11,90	61,50
Фрукт свежий ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 50,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Огурец свежий	30	0,24	0,03	0,51	3,90
Печень по-строгановски 50/50	100	13,26	11,23	3,52	185,00
Картофельное пюре	150	3,25	4,34	22,05	140,69
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с молоком	200	1,16	1,00	11,90	61,50
Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 80,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Салат из свежих с сыром	60	2,14	7,81	4,42	96,92
Суп картофельный с горохом	200	4,70	4,44	15,42	120,68
Котлета рублен из птицы с соусом 70/30	100	13,28	5,54	13,22	154,64
Каша гречневая	150	6,34	4,91	28,61	183,75
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	12,65	68,77
Фрукт свежий ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 80,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Салат из свежих с сыром	100	3,56	13,01	7,36	161,50
Суп картофельный с горохом	250	5,89	5,55	19,36	151,28
Котлета рублен из птицы с соусом 70/30	100	13,28	5,54	13,22	154,64
Каша гречневая	180	7,60	5,90	34,33	220,49
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	12,65	68,77
Фрукт свежий ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80

Утверждено

Директор ББ Крм (Ю) "СКК"

Согласовано

Директор школы

09.10.24

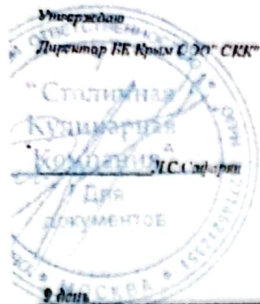
МБОУ "Укромновская школа"



8 день

Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена					Стоимость 73,71р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,4
Фишболы с соусом сметанным с томатом 100/50	150	10,58	8,25	10,16	194,63
Каша рисовая вязкая	150	2,56	4,17	26,57	154,05
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 50,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Фишболы с соусом сметанным с томатом 60/40	100	10,17	4,35	11,68	126,0
Каша рисовая вязкая	180	2,75	4,74	28,64	168,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 80,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Огурец свежий	60	0,66	0,12	2,28	13,20
Свекольник со сметаной	200	1,87	3,80	13,78	97,07
Азу из говядины с картофелем	200	18,02	19,28	27,49	356,24
Кисломолочный продукт	200	5,60	5,00	22,00	156,00
Фрукты свежие ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 80,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	з/ц ккл
Огурец свежий	100	0,80	0,10	1,70	13,00
Свекольник со сметаной	250	2,33	4,75	16,30	117,64
Азу из говядины с картофелем	250	22,53	24,11	34,37	445,30
Кисломолочный продукт	200	5,60	5,00	22,00	156,00
Фрукты свежие ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00

3-й разряд



10.10.2014

УКРОМНОВСКАЯ ШКОЛА

Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/к ккал
Каша пшеничная молочная с курагой	220	7,00	8,05	36,00	246,06
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Сыр твердый	10	2,32	2,95	0,00	36,40
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04	0,00	10,10	41,26
Кисломолочный продукт (Йогурт)	125	3,50	3,25	5,00	66,25
Фрукты свежие ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/к ккал
Каша пшеничная молочная с курагой	220	7,00	8,05	36,00	246,06
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04	0,00	10,10	41,26
Фрукты свежие ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/к ккал
Помидор свежий	60	0,96	3,78	4,44	54,48
Рассольник Ленинградский	200	1,98	3,51	13,74	95,14
Тефтели мясные	100	13,71	10,52	13,28	232,56
Овощное рагу	150	2,65	16,48	12,90	213,00
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Кондитерское изделие	15	1,13	1,47	11,16	62,10
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,30
Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/к ккал
Помидор свежий	100	1,90	8,90	7,70	119,00
Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,01	17,20	115,63
Тефтели мясные	100	13,71	10,52	13,28	232,56
Овощное рагу	180	3,18	19,77	15,48	255,60
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Кондитерское изделие	15	1,13	1,47	11,16	62,10
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80

Утверждаю

Директор ЛББОУ "СШ" "С.С.С.С."

Согласовано

11.10.24



10 день

Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена					Стоимость 73,71р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/к ккал
Помидор свежий	60	0,96	3,78	4,44	54,48
Соус "Альфредо"	100	15,59	7,07	7,31	156,06
Пюре картофельное	150	3,25	4,34	22,05	140,69
Кисель из яблок свежих	200	0,11	0,12	25,09	119,20
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 50,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/к ккал
Помидор свежий	30	0,21	0,03	6,86	55,59
Соус "Альфредо"	100	15,59	7,07	7,31	156,06
Пюре картофельное	150	3,25	4,34	22,05	140,69
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Кисель из яблок свежих	200	0,11	0,12	25,09	119,20
Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 80,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/к ккал
Огулец свежий	60	0,48	0,06	1,02	7,8
Суп крестьянский	200	2,19	5,18	10,93	101,1
Биточки рыбные с соусом томатным 70/30	100	9,45	12,07	13,58	201,55
Каша рисовая вязкая	150	2,56	4,17	26,57	154,05
Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,90	93,90
Фрукт свежий ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена					Стоимость 80,0р
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/к ккал
Огулец свежий	100	0,80	0,10	1,70	13,00
Суп крестьянский	250	2,55	6,38	13,78	123,67
Биточки рыбные с соусом томатным 70/30	100	9,45	12,07	13,58	201,55
Каша рисовая вязкая	180	2,75	4,74	28,64	168,20
Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,90	93,90
Фрукт свежий ()	100	0,35	0,35	8,62	41,36
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80