

Согласовано:  
Директор образовательного учреждения

*В.А. Шинкина*



на 9 октября 2023 г.

| Белки, г                                       | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец.  | Наименование блюд                              | Выход, г |
|------------------------------------------------|---------|-------------|----------|---------|------------------------------------------------|----------|
| <b>Заречный СОШ 1-4кл комплекс 157.26 руб</b>  |         |             |          |         |                                                |          |
| 7,48                                           | 5,36    | 27,11       | 187,93   | 852     | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 200      |
| 3,75                                           | 4,90    | 37,20       | 203,50   | 1141    | Печенье детское (конд изд)                     | 50       |
| 2,60                                           | 2,68    | 0           | 35,20    | 97      | Сыр (порциями)                                 | 10       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686     | Чай с лимоном*                                 | 200      |
| 3,00                                           | 1,16    | 20,56       | 104,80   | 693     | Батон                                          | 40       |
| 0,48                                           | 0,06    | 7,55        | 33,04    | 836     | Огурцы свежие порционно                        | 60       |
| 3,86                                           | 3,91    | 15,35       | 112,44   | 139,04  | Суп картофельный с горохом                     | 200      |
| 43,33                                          | 54,61   | 0,46        | 482,79   | 1308,01 | **Котлета куриная с соусом                     | 100      |
| 7,55                                           | 5,97    | 39,35       | 240,79   | 998     | Каша гречневая рассыпчатая                     | 150      |
| 0                                              | 0       | 14,97       | 59,85    | 828     | Чай с сахаром*                                 | 200      |
| 1,22                                           | 0,15    | 7,32        | 36,30    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 15       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                   | 20       |
| 75,02                                          | 79,47   | 193,54      | #####    |         |                                                |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл комплекс 179.11 руб</b> |         |             |          |         |                                                |          |
| 9,34                                           | 6,70    | 33,89       | 234,91   | 852     | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 250      |
| 3,75                                           | 4,90    | 37,20       | 203,50   | 1141    | Печенье детское (конд изд)                     | 50       |
| 2,60                                           | 2,68    | 0           | 35,20    | 97      | Сыр (порциями)                                 | 10       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686     | Чай с лимоном*                                 | 200      |
| 3,00                                           | 1,16    | 20,56       | 104,80   | 693     | Батон                                          | 40       |
| 0,80                                           | 0,10    | 12,59       | 55,06    | 836     | Огурцы свежие порционно                        | 100      |
| 4,82                                           | 4,88    | 19,18       | 140,55   | 139,04  | Суп картофельный с горохом                     | 250      |
| 43,33                                          | 54,61   | 0,46        | 482,79   | 1308,01 | **Котлета куриная с соусом                     | 100      |
| 9,06                                           | 7,17    | 47,22       | 288,95   | 998     | Каша гречневая рассыпчатая                     | 180      |
| 0                                              | 0       | 14,97       | 59,85    | 828     | Чай с сахаром*                                 | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                   | 20       |
| 80,09                                          | 83,07   | 219,50      | #####    |         |                                                |          |
| <b>Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 71.48 руб</b>   |         |             |          |         |                                                |          |
| 0,24                                           | 0,03    | 3,78        | 16,52    | 836     | Огурцы свежие порционно                        | 30       |
| 43,33                                          | 54,61   | 0,46        | 482,79   | 1308,01 | **Котлета куриная с соусом                     | 100      |
| 7,55                                           | 5,97    | 39,35       | 240,79   | 998     | Каша гречневая рассыпчатая                     | 150      |
| 0                                              | 0       | 14,97       | 59,85    | 828     | Чай с сахаром*                                 | 200      |
| 1,22                                           | 0,15    | 7,32        | 36,30    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 15       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                   | 20       |
| 54,04                                          | 61,43   | 74,38       | 888,05   |         |                                                |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл завтрак 81,42 руб</b>   |         |             |          |         |                                                |          |
| 0,40                                           | 0,05    | 6,30        | 27,53    | 836     | Огурцы свежие порционно                        | 50       |
| 43,33                                          | 54,61   | 0,46        | 482,79   | 1308,01 | **Котлета куриная с соусом                     | 100      |
| 9,06                                           | 7,17    | 47,22       | 288,95   | 998     | Каша гречневая рассыпчатая                     | 180      |
| 0                                              | 0       | 14,97       | 59,85    | 828     | Чай с сахаром*                                 | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                   | 20       |
| 56,11                                          | 62,69   | 87,21       | 959,32   |         |                                                |          |

Технолог:

Согласовано:  
Директор образовательного учреждения

*В.С. Жилина*  
Заведующий образовательным учреждением  
школа № 4

на 10 октября 2023 г.



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

| Белки, г                                       | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд                      | Выход, г |
|------------------------------------------------|---------|-------------|----------|--------|----------------------------------------|----------|
| <b>Заречный СОШ 1-4кл комплекс 157.26 руб</b>  |         |             |          |        |                                        |          |
| 11,60                                          | 14,30   | 16,38       | 241,09   | 892    | Омлет с картофелем                     | 170      |
| 0,46                                           | 0,46    | 11,27       | 54,05    | 976,03 | Фрукт                                  | 115      |
| 0                                              | 0       | 14,97       | 59,85    | 828    | Чай с сахаром*                         | 200      |
| 2,25                                           | 0,87    | 15,42       | 78,60    | 693    | Батон                                  | 30       |
| 0,66                                           | 0,12    | 8,26        | 74,28    | 835    | Помидоры порционно                     | 60       |
| 3,03                                           | 5,93    | 13,87       | 118,03   | 1021   | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200      |
| 10,27                                          | 25,45   | 3,66        | 279,27   | 437,06 | **Гуляш из мяса свинины                | 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                         | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147   | Хлеб ржаной.                           | 20       |
| 37,63                                          | 52,97   | 152,91      | #####    |        |                                        |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл комплекс 179.11 руб</b> |         |             |          |        |                                        |          |
| 13,65                                          | 16,82   | 19,28       | 283,63   | 892    | Омлет с картофелем                     | 200      |
| 0,46                                           | 0,46    | 11,27       | 54,05    | 976,03 | Фрукт                                  | 115      |
| 0                                              | 0       | 14,97       | 59,85    | 828    | Чай с сахаром*                         | 200      |
| 3,00                                           | 1,16    | 20,56       | 104,80   | 693    | Батон                                  | 40       |
| 1,10                                           | 0,20    | 13,76       | 123,80   | 835    | Помидоры порционно                     | 100      |
| 3,79                                           | 7,42    | 17,34       | 147,54   | 1021   | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250      |
| 11,41                                          | 28,27   | 4,07        | 310,30   | 437,06 | **Гуляш из мяса свинины                | 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                         | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147   | Хлеб ржаной.                           | 20       |
| 43,95                                          | 61,16   | 177,51      | #####    |        |                                        |          |
| <b>Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 71.48 руб</b>   |         |             |          |        |                                        |          |
| 0,33                                           | 0,06    | 4,13        | 37,14    | 835    | Помидоры порционно                     | 30       |
| 10,27                                          | 25,45   | 3,66        | 279,27   | 437,06 | **Гуляш из мяса свинины                | 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                         | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147   | Хлеб ржаной.                           | 20       |
| 19,96                                          | 31,35   | 76,86       | 698,17   |        |                                        |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл завтрак 81,42 руб</b>   |         |             |          |        |                                        |          |
| 0,55                                           | 0,10    | 6,88        | 61,90    | 835    | Помидоры порционно                     | 50       |
| 11,41                                          | 28,27   | 4,07        | 310,30   | 437,06 | **Гуляш из мяса свинины                | 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                         | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147   | Хлеб ржаной.                           | 20       |
| 22,50                                          | 35,20   | 87,21       | 798,04   |        |                                        |          |

Технолог:



на 11 октября 2023 г.



Технолог:

Согласовано:  
Директор образовательного учреждения

В.С. Сергеева

на 12 октября 2023 г.



| Белки, г                                       | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд                             | Выход, г |
|------------------------------------------------|---------|-------------|----------|--------|-----------------------------------------------|----------|
| <b>Заречный СОШ 1-4кл комплекс 157.26 руб</b>  |         |             |          |        |                                               |          |
| 22,47                                          | 13,83   | 23,94       | 355,50   | 1073   | Пудинг творожно-манный                        | 150      |
| 1,58                                           | 1,74    | 10,88       | 64,20    | 902    | Молоко сгущеное                               | 20       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686    | Чай с лимоном*                                | 200      |
| 0,46                                           | 0,46    | 11,27       | 54,05    | 976,03 | Фрукт                                         | 115      |
| 2,25                                           | 0,87    | 15,42       | 78,60    | 693    | Батон                                         | 30       |
| 0,48                                           | 0,06    | 7,55        | 33,04    | 836    | Огурцы свежие порционно                       | 60       |
| 1,65                                           | 4,98    | 8,08        | 84,31    | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200      |
| 21,40                                          | 25,87   | 44,49       | 436,74   | 1020   | **Плов с мясом птицы                          | 230      |
| 0,46                                           | 0,12    | 27,49       | 115,65   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                   | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                 | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147   | Хлеб ржаной.                                  | 20       |
| 54,13                                          | 48,79   | 182,55      | #####    |        |                                               |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл комплекс 179.11 руб</b> |         |             |          |        |                                               |          |
| 31,46                                          | 19,36   | 33,52       | 497,70   | 1073   | Пудинг творожно-манный                        | 210      |
| 1,58                                           | 1,74    | 10,88       | 64,20    | 902    | Молоко сгущеное                               | 20       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686    | Чай с лимоном*                                | 200      |
| 0,46                                           | 0,46    | 11,27       | 54,05    | 976,03 | Фрукт                                         | 115      |
| 2,25                                           | 0,87    | 15,42       | 78,60    | 693    | Батон                                         | 30       |
| 0,80                                           | 0,10    | 12,59       | 55,06    | 836    | Огурцы свежие порционно                       | 100      |
| 2,06                                           | 6,22    | 10,11       | 105,39   | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250      |
| 23,26                                          | 28,12   | 48,36       | 474,71   | 1020   | **Плов с мясом птицы                          | 250      |
| 0,46                                           | 0,12    | 27,49       | 115,65   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                   | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                 | 20       |
| 2,13                                           | 0,83    | 10,63       | 64,75    | 1147   | Хлеб ржаной.                                  | 25       |
| 66,13                                          | 58,02   | 205,18      | #####    |        |                                               |          |
| <b>Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 71.48 руб</b>   |         |             |          |        |                                               |          |
| 0,24                                           | 0,03    | 3,78        | 16,52    | 836    | Огурцы свежие порционно                       | 30       |
| 21,40                                          | 25,87   | 44,49       | 436,74   | 1020   | **Плов с мясом птицы                          | 230      |
| 0,46                                           | 0,12    | 27,49       | 115,65   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                   | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                 | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147   | Хлеб ржаной.                                  | 20       |
| 25,42                                          | 26,88   | 94,02       | 669,10   |        |                                               |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл завтрак 81,42 руб</b>   |         |             |          |        |                                               |          |
| 0,40                                           | 0,05    | 6,30        | 27,53    | 836    | Огурцы свежие порционно                       | 50       |
| 23,26                                          | 28,12   | 48,36       | 474,71   | 1020   | **Плов с мясом птицы                          | 250      |
| 0,46                                           | 0,12    | 27,49       | 115,65   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                   | 200      |
| 2,03                                           | 0,25    | 12,20       | 60,50    | 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                 | 25       |
| 2,13                                           | 0,83    | 10,63       | 64,75    | 1147   | Хлеб ржаной.                                  | 25       |
| 28,27                                          | 29,36   | 104,97      | 743,14   |        |                                               |          |

Технолог:

Согласовано  
Директор образовательного учреждения

*В.С. Жилина*  
Школа № 4



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

на 13 октября 2023 г.

| Белки, г                                       | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец.  | Наименование блюд                               | Выход, г |
|------------------------------------------------|---------|-------------|----------|---------|-------------------------------------------------|----------|
| <b>Заречный СОШ 1-4кл комплекс 157.26 руб</b>  |         |             |          |         |                                                 |          |
| 7,79                                           | 7,38    | 55,95       | 254,29   | 235,05  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200      |
| 5,02                                           | 5,92    | 46,25       | 258,90   | 1182    | Манник                                          | 75       |
| 3,84                                           | 4,21    | 14,38       | 152,00   | 1110    | Кофейный напиток с молоком                      | 200      |
| 2,03                                           | 0,25    | 12,20       | 60,50    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 25       |
| 0,66                                           | 0,12    | 8,26        | 74,28    | 835     | Помидоры порционно                              | 60       |
| 4,44                                           | 4,35    | 12,60       | 126,40   | 1015    | Суп-лапша на курином бульоне                    | 200      |
| 24,06                                          | 13,83   | 3,65        | 244,93   | 1027,04 | **Котлета Домашняя с соусом                     | 100      |
| 2,20                                           | 3,39    | 14,73       | 98,45    | 995     | Пюре картофельное                               | 100      |
| 1,20                                           | 2,25    | 4,75        | 42,66    | 999     | Капуста тушеная                                 | 50       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686     | Чай с лимоном*                                  | 200      |
| 1,22                                           | 0,15    | 7,32        | 36,30    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 15       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                    | 20       |
| 54,20                                          | 42,52   | 203,73      | #####    |         |                                                 |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл комплекс 179.11 руб</b> |         |             |          |         |                                                 |          |
| 9,74                                           | 9,23    | 69,94       | 317,87   | 235,05  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250      |
| 5,02                                           | 5,92    | 46,25       | 258,90   | 1182    | Манник                                          | 75       |
| 3,84                                           | 4,21    | 14,38       | 152,00   | 1110    | Кофейный напиток с молоком                      | 200      |
| 2,03                                           | 0,25    | 12,20       | 60,50    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 25       |
| 1,10                                           | 0,20    | 13,76       | 123,80   | 835     | Помидоры порционно                              | 100      |
| 4,44                                           | 4,35    | 12,60       | 126,40   | 1015    | Суп-лапша на курином бульоне                    | 200      |
| 24,06                                          | 13,83   | 3,65        | 244,93   | 1027,04 | **Котлета Домашняя с соусом                     | 100      |
| 2,20                                           | 3,39    | 14,73       | 98,45    | 995     | Пюре картофельное                               | 100      |
| 1,91                                           | 3,60    | 7,59        | 68,26    | 999     | Капуста тушеная                                 | 80       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686     | Чай с лимоном*                                  | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                    | 20       |
| 57,71                                          | 45,84   | 228,51      | #####    |         |                                                 |          |
| <b>Заречный СОШ 1-4 кл завтрак 71.48 руб</b>   |         |             |          |         |                                                 |          |
| 0,33                                           | 0,06    | 4,13        | 37,14    | 835     | Помидоры порционно                              | 30       |
| 24,06                                          | 13,83   | 3,65        | 244,93   | 1027,04 | **Котлета Домашняя с соусом                     | 100      |
| 2,20                                           | 3,39    | 14,73       | 98,45    | 995     | Пюре картофельное                               | 100      |
| 1,20                                           | 2,25    | 4,75        | 42,66    | 999     | Капуста тушеная                                 | 50       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686     | Чай с лимоном*                                  | 200      |
| 1,22                                           | 0,15    | 7,32        | 36,30    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 15       |
| 1,28                                           | 0,50    | 6,38        | 38,85    | 1147    | Хлеб ржаной.                                    | 15       |
| 30,33                                          | 20,18   | 56,11       | 558,18   |         |                                                 |          |
| <b>Заречный СОШ 5-11кл завтрак 81,42 руб</b>   |         |             |          |         |                                                 |          |
| 0,55                                           | 0,10    | 6,88        | 61,90    | 835     | Помидоры порционно                              | 50       |
| 24,06                                          | 13,83   | 3,65        | 244,93   | 1027,04 | **Котлета Домашняя с соусом                     | 100      |
| 2,20                                           | 3,39    | 14,73       | 98,45    | 995     | Пюре картофельное                               | 100      |
| 1,91                                           | 3,60    | 7,59        | 68,26    | 999     | Капуста тушеная                                 | 80       |
| 0,06                                           | 0,01    | 15,16       | 59,85    | 686     | Чай с лимоном*                                  | 200      |
| 1,62                                           | 0,20    | 9,76        | 48,40    | 897,01  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 20       |
| 1,70                                           | 0,66    | 8,50        | 51,80    | 1147    | Хлеб ржаной.                                    | 20       |
| 32,10                                          | 21,78   | 66,27       | 633,59   |         |                                                 |          |

Технолог: