

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"

Зернова О.М.

"Согласовано"
Директор МОУ "СОШ № 4"

И.П.Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

1

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетиче ская ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
2004г.			4	5	6	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
340	Омлет натуральный	150	16,3	18,2	34,2	376,31	20
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
1	Батон нарез. обогащен. микронутриентами с маслом сливочным	20\10	1,64	7,66	10,88	290,50	15
Итого			18,14	25,86	51,58	693,61	40,00
ОБЕД							
54-9з	Салат из квашеной капусты	60	0,79	1,95	3,9	36,27	7
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80	20
516	Макаронные отварные с маслом сливочным	150	5,4	4,9	32,8	196,38	13
54-2м-2020	Гуляш мясной	40/40	13,50	13,10	3,20	185,60	53
54-1хн-2020	Компот из сух.фруктов витаминизированный	200	0,50	0,00	19,80	81,00	10
п\п	Хлеб ржано-пшенич. обогащен.микронутриент ами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
Итого			27,42	24,65	91,40	697,45	108,00
Итого за день			45,56	50,51	142,98	1391,06	148,00

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"



Зернова О.М.

"Согласовано"
Директор МОУ "СОШ № 4"



И.П.Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

2

№ рецептур 2004г.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Стр.246	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	10,04	9,30	32,40	260,49	20
693	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	128,33	7
	Безе из черной облепихи						

"Утверждено"

Ген. Директор "ПКС"

Зернова О.М.

"Согласовано"

Директор МОУ "СОШ № 4"

И.П.Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

3

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
2004г.			4	5	6	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
64	Каша гречневая молочная с маслом	150	5,07	7,8	19,3	168,7	22
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
3	Батон нарез. обогашен. микронутриентами с маслом сливочным	20\7	1,64	7,66	10,88	290,50	13
	Итого		1,84	7,66	17,38	317,30	40,00
ОБЕД							
54-9з-2020	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,8	6	3,6	72,40	9
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,1	2,2	15	94	18
54-21м-2020	Плов из птицы	200	17,8	18,48	33,46	380,00	63
360	Соус белый основной	40	0,5	2,5	2,2	32,00	3
54-1хв-2020	Компот из сух.фруктов витаминизированный	200	0,50	0,00	19,80	81,00	10
плп	Хлеб ржано-пшенич. обогашен. микронутриентами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		22,44	8,98	44,24	655,80	108,00
	Итого за день		24,28	16,64	61,62	973,10	148,00

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"


Зернова О.М.

"Согласовано"
Директор МОУ "СОШ № 4"


И.П. Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

4

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
54-16к-2020	Каша "Дружба " на молоке	150	301	5	13,4	11	18
54-21гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,40	7
3	Батон нарез.обогаш. микронутриентами с сыром	25/15	7,8	6,3	19,32	169,78	5
	Итого		317,40	19,90	51,32	288,18	30,00
ОБЕД							
54-16з	Салат из свеклы с раст.маслом	60	1,31	9,99	7,66	126,44	7
197	Рассольник "Петербургский"	200	1,60	4,09	13,54	97,4	30
54-4м-2020	Котлета мясная	80	10,9	9,7	5,3	153,10	56
516	Макаронные отварные	150	3,5	4,8	35	196,90	15
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
п/п	Хлеб ржано-пшенич.обогаш.микронутриентами	20	0,58	0,10	1,59	9,83	5
	Итого		18,09	14,60	48,39	513,07	118,00
	Итого за день		335,49	34,50	99,71	801,25	148,00

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"

Зернова О.М.

"Согласовано"
Директор МОУ "СОШ № 4"

И.П.Кондакова

5

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
2004г.			4	5	6	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
189	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	150	9,3	9,7	24,1	312	15
54-21гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,40	7
	Батон нарез.обогаш. микронутриентами	20	7,8	6,3	19,32	169,78	3
1	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,30	43,49	27
	Итого		12,80	10,30	41,22	313,67	52,00
ОБЕД							
576	Доп.гарнир огурец соленный	60	1,34	1,00	7,62	52,06	8
50	Суп картофельный с рыбой	200	10,6	3,29	5,36	92,99	20
306	Голубцы ленивые со сметаной	200	10,1	11,1	6,2	168,00	58
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
п/п	Хлеб ржано-пшенич. обогашен.микронутриентами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		14,48	12,58	38,96	337,26	96,00
	Итого за день		27,28	22,88	80,18	650,93	148,00

Учащиеся 1-4 классы

№ рецептур 2004г.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Стр.246	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	14,30	13,40	47,10	376,36	22
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
3	Батон нарез.обогаш.микронутриентами с сыром	25/15	7,8	6,3	19,32	169,78	13
	Итого		14,50	13,40	53,60	403,16	40,00
Обед							
54-9з	Салат из квашеной капусты	60	0,79	1,95	3,9	36,27	10
170	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	100,2	82	18
54-18м-2020	Печень по строгановски	80	13,4	12,6	5,3	189,2	50
246	Греча рассыпчатая с маслом сливочным	150	8,3	6,3	36	223,7	15
54-2м-2020	Компот из сух.фруктов витамин.	200	0,50	0,00	19,80	81,00	10
плп	Хлеб ржано-пшенич. обогашен.микронутриентами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		4,13	2,43	42,34	207,67	108,00
	Итого за день		18,63	15,83	95,94	610,83	148,00

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"

Зернова О.М.

"Согласовано"
Директор МОУ "СОШ № 4"

И.П.Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

7

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
2004г.							
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
366	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/20	17,53	19,25	47,22	444,50	37
54-22хн	Кисель фруктовый	200	0,20	0,00	13,00	52,90	15
1	Батон нарез. обог. микронутриентами	20.январь	1,64	7,66	10,88	290,50	3
	Итого		19,37	26,91	71,10	787,90	55,00
ОБЕД							
71/2011	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	2,51	4,91	46,26	10
84	Щи из свежей капусты со сметаной	200	5,3	4,5	4,5	221,93	17
54-27м-20230	Рагу из птицы	200	20,8	7,00	17,5	217,1	56
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
п/п	Хлеб ржано-пшенич. обог. микронутриентами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		9,34	14,49	34,55	385,39	93,00
	Итого за день		10,98	22,15	45,43	675,89	148,00

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"

Зернова О.М.

"Согласовано"
Директор МОУ "СОШ № 4"

И.П.Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

8

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
2004г.			4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
54-1к2-20	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5.8	5.8	33	207.9	20
54-23гн-2020	Кофейный напиток	200	3.8	2.8	11.3	86,00	7
3	Батон нарез.обогаш.микронутриентами с сыром	25/15	7,8	6,3	19,32	169,78	13
	Итого		7,80	6,30	52,32	255,78	40,00
ОБЕД							
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	60	0.6	6.10-	4.3	74.2	9
201	Суп крестьянский	200	4.79	6.03	12.42	118.62	20
54-10м-2020	Капуста тушенная с мясом	200	22.1	21.9	13.2	339.4	69
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
пп	Хлеб ржано-пшенич. обогашен.микронутриентами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		3,04	0,48	25,14	117,20	108,00
	Итого за день		10,84	6,78	77,46	372,98	148,00

"Утверждено"
Ген. Директор "ПХС"

Зернова О.М.

"Согласовано"

Директор МОУ "СОШ №4"

И.П.Кондакова

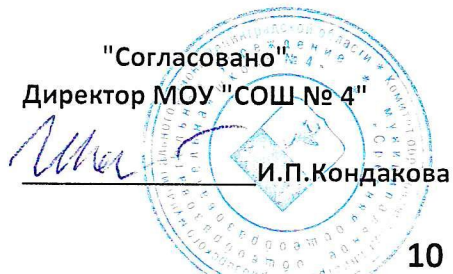
Учащиеся 1-4 классы

9

№ рецептур 2004г.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
54-4о-2020	каша Дружба	200	3,30	8,60	23,20	183,40	20
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	5
1	Батон нарез. обогащен. микронутриентами с маслом сливочным	200	1,64	7,66	10,88	290,50	15
	Итого		5,14	16,26	40,58	500,70	40,00
ОБЕД							
34	Доп. гарнир огурец свежий	60	0,4	0	3,2	16,80	15
50	Суп картофельный с рыбой	200	10,6	3,29	5,36	92,99	20
	Макаронны отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	15
54-2м-2020	Гуляш мясной	50/50	13,50	13,10	3,20	185,60	43
54-1хн-2020	Компот из сух.фруктов витамин.	200	0,50	0,00	19,80	81,00	10
п/п	Хлеб ржано-пшенич. обогащен. микронутриентами	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		22,64	18,48	77,64	570,60	108,00
	Итого за день		27,78	34,74	118,22	1071,30	148,00



Зернова О.М.



И.П.Кондакова

Учащиеся 1-4 классы

10

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
2004г.			4	5	6	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
54-3г-2020	Макароны с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,70	25
54-2гн-220	Чай с сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	5
338/2011	Фрукты (яблоко, груша, апельсин)	100	0,40	0,40	9,30	43,49	12
	Итого		8,30	7,20	37,90	251,19	42,00
ОБЕД							
54-1бз-2020	салат из свеклы с раст.маслом	100	1,31	9,99	7,66	126,44	5
132	Рассольник "Ленинградский"	200	5,64	5,80	13,66	627,60	20
520	Тефтели	80	3,18	9,53	26,7	211,14	51
54-23м-2020	Греча рассыпчатая	150	14,2	2,6	8,6	114,20	15
364	Соус томатный	30	0,6	2,5	3,2	37,00	3
54-2гн-220	Чай с сахаром с лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	7
п/п	Хлеб ржано-пш. обогашен.микронутриен	40	2,84	0,48	18,64	90,40	5
	Итого		27,47	18,41	82,80	1266,78	106,00
	Итого за день		35,77	25,61	120,70	1517,97	148,00