

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №4

Н.П.Зимовейская

19 февраля 2024г.

**завтрак 1-4 кл**

| № рецептуры                | Наименование блюда                   | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |              | Энерг. Ценность, ккал |
|----------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                            |                                      |            |              | Б              | Ж            | У            |                       |
| №210,сбор.2005 г. под ред. | Омлет натуральный                    | 159/5      | 37,50        | 17,40          | 17,50        | 14,99        | 254,20                |
| №306,сбор.2005 г. под ред. | Горошек зеленый консервированный     | 60         | 16,94        | 1,86           | 2,64         | 10,80        | 78,16                 |
| №457,сбор.2021             | Чай с сахаром                        | 200/10     | 1,42         | 0,20           | 0,10         | 9,30         | 38,00                 |
| №338,сбор. 2005            | Яблоки свежие сезонные калиброванные | 120        | 11,22        | 0,48           | 0,48         | 11,94        | 79,53                 |
| к/к                        | Хлеб пшеничный                       | 40         | 2,36         | 3,16           | 0,40         | 19,32        | 94,00                 |
| <b>Итого завтрак:</b>      |                                      | <b>594</b> | <b>69,44</b> | <b>23,10</b>   | <b>21,12</b> | <b>66,35</b> | <b>543,89</b>         |

**обед 1-4 кл**

| № рецептуры               | Наименование блюда                               | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |               | Энерг. Ценность, |
|---------------------------|--------------------------------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|---------------|------------------|
|                           |                                                  |            |              | Б              | Ж            | У             |                  |
| № 82,сбор. 2005г.под ред. | Борщ с капустой и картофелем со сметаной         | 250/5      | 9,55         | 1,82           | 4,91         | 12,74         | 102,50           |
| №279                      | Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом | 100/50     | 54,27        | 18,18          | 20,88        | 22,98         | 353,33           |
| №203,сбор.2005            | Макароны отварные с маслом                       | 180/5      | 8,63         | 5,70           | 6,07         | 32,00         | 225,50           |
| №495,сбор.2021            | Компот из сухофруктов                            | 200        | 4,17         | 0,60           | 0,10         | 20,10         | 84,00            |
| к/к                       | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30         | 2,06         | 1,98           | 0,36         | 10,02         | 52,20            |
| к/к                       | Хлеб пшеничный                                   | 40         | 1,77         | 2,37           | 0,30         | 14,49         | 70,50            |
| <b>Итого обед:</b>        |                                                  | <b>850</b> | <b>80,45</b> | <b>30,65</b>   | <b>32,62</b> | <b>112,33</b> | <b>888,03</b>    |



19 февраля 2024г

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №4

Н.П.Зимовейская

**завтрак ОВЗ**

| № рецептуры                   | Наименование блюда                   | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |              | Энерг. Ценность, ккал |
|-------------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                               |                                      |            |              | Б              | Ж            | У            |                       |
| №210,сбор.2005<br>г. под ред. | Омлет натуральный                    | 159/5      | 37,50        | 17,40          | 17,50        | 14,99        | 254,20                |
| №306,сбор.2005<br>г. под ред. | Горошек зеленый консервированный     | 60         | 16,94        | 1,86           | 2,64         | 10,80        | 78,16                 |
| №457,сбор.2021<br>г. под ред. | Чай с сахаром                        | 200/10     | 1,42         | 0,20           | 0,10         | 9,30         | 38,00                 |
| №338,сбор. 2005<br>под.ред    | Яблоки свежие сезонные калиброванные | 120        | 11,22        | 0,48           | 0,48         | 11,94        | 79,53                 |
| к/к                           | Хлеб пшеничный                       | 40         | 2,36         | 3,16           | 0,40         | 19,32        | 94,00                 |
| <b>Итого завтрак:</b>         |                                      | <b>594</b> | <b>69,44</b> | <b>23,10</b>   | <b>21,12</b> | <b>66,35</b> | <b>543,89</b>         |

**обед ОВЗ, льготники**

| № рецептуры        | Наименование блюда                               | Выход,г    | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |               | Энерг. Ценность, ккал |
|--------------------|--------------------------------------------------|------------|--------------|----------------|--------------|---------------|-----------------------|
|                    |                                                  |            |              | Б              | Ж            | У             |                       |
| № 82,сбор.<br>2005 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной         | 250/5      | 9,55         | 1,82           | 4,91         | 12,74         | 102,50                |
| №279               | Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом | 100/50     | 54,27        | 18,18          | 20,88        | 22,98         | 353,33                |
| №203,сбор.2005     | Макароны отварные с маслом                       | 180/5      | 8,63         | 5,70           | 6,07         | 32,00         | 225,50                |
| №495,сбор.2021     | Компот из сухофруктов                            | 200        | 4,17         | 0,60           | 0,10         | 20,10         | 84,00                 |
| к/к                | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30         | 2,06         | 1,98           | 0,36         | 10,02         | 52,20                 |
| к/к                | Хлеб пшеничный                                   | 30         | 1,77         | 2,37           | 0,30         | 14,49         | 70,50                 |
| <b>Итого обед:</b> |                                                  | <b>850</b> | <b>80,45</b> | <b>30,65</b>   | <b>32,62</b> | <b>112,33</b> | <b>888,03</b>         |





Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4  
Н.П.Зимовейская

19 февраля 2024 завтрак *1700*

| № рецептуры                   | Наименование блюда               | Выход,г | Цена,        | Пищевые в-ва,г |              |              | Энерг.        |
|-------------------------------|----------------------------------|---------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
|                               |                                  |         |              | руб.           | Б            | Ж            | У             |
| №210,сбор.2005                | Омлет натуральный                | 159/5   | 48,35        | 17,40          | 17,50        | 14,99        | 234,20        |
| №306,сбор.2005                | Горошек зеленый консервированный | 50      | 22,02        | 1,55           | 2,20         | 9,00         | 41,80         |
| №457,сбор.2021<br>г. под ред. | Чай с сахаром                    | 200/10  | 1,85         | 0,20           | 0,10         | 9,30         | 38,00         |
| к/к                           | Хлеб пшеничный                   | 40      | 2,36         | 3,20           | 0,41         | 19,37        | 94,60         |
| <b>Итого завтрак:</b>         |                                  |         | <b>74,58</b> | <b>22,35</b>   | <b>20,21</b> | <b>52,66</b> | <b>408,60</b> |

| № рецептуры                   | Наименование блюда                               | Выход,г | Цена,<br>руб. | Пищевые в-ва,г |              |              | Энерг.            |
|-------------------------------|--------------------------------------------------|---------|---------------|----------------|--------------|--------------|-------------------|
|                               |                                                  |         |               | Б              | Ж            | У            | Ценность<br>,ккал |
| № 82,сбор.<br>2005г. под ред. | Борщ с капустой и картофелем со сметаной         | 250/5   | 12,42         | 1,82           | 4,91         | 12,74        | 102,50            |
| №279<br>сбор.2005г. под       | Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом | 80/50   | 57,88         | 10,91          | 12,53        | 13,79        | 212,00            |
| №203,сбор.2005<br>г. под ред. | Макароны отварные с маслом                       | 150/5   | 10,15         | 4,78           | 5,06         | 26,65        | 171,25            |
| №457,сбор.2021<br>г. под ред. | Чай с сахаром                                    | 200/10  | 1,85          | 0,60           | 0,10         | 20,10        | 84,00             |
| к/к                           | Хлеб пшеничный                                   | 30      | 1,77          | 3,20           | 0,41         | 19,37        | 94,60             |
| <b>Итого обед:</b>            |                                                  |         | <b>84,07</b>  | <b>21,31</b>   | <b>23,01</b> | <b>92,65</b> | <b>664,35</b>     |