

Согласовано:

Директор образовательного учреждения
СОШ 5 Федоровский

Артющенко Татьяна Викторовна

04.11.2024

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Глиеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14	Каша жидкая молочная гречневая	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,01	1,60	14,17	124,44	349,02	Яйцо вареное	20
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
14,27	10,99	116,95	674,01			684
Обед						
0,98	6,15	3,40	73,80	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100
2,06	6,22	10,11	105,39	124,02	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
13,11	5,00	6,07	189,00	830	Котлета рыбная "Лада"	100
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	150
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка (без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
21,71	24,09	67,23	649,09			880
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14	Каша жидкая молочная гречневая	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,01	1,60	14,17	124,44	349,02	Яйцо вареное	20
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
14,27	10,99	116,95	674,01			150
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14	Макаронник	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
9,01	7,00	62,98	355,74			

Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
0,98	6,15	3,40	73,80	1249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100
2,06	6,22	10,11	105,39	124,02	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
13,11	5,00	6,07	189,00	830	Котлета рыбная "Лада"	100
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	150
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка (без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
23,84	24,92	77,86	713,84			880
Полдник						
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14	Макаронник	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
14,27	10,99	116,95	674,01			684
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14	Макаронник	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,01	1,60	14,17	124,44	349,02	Яйцо вареное	20
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
14,27	10,99	116,95	674,01			



Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

05.11.2024



Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ 1-4кл (завтрак,обед) 337,41 руб						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	40
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	80
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	120
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
26,07	19,65	96,30	776,46			625
Обед						
0,48	0,06	1,50	8,46	14538	Огурцы в нарезке	60
2,30	2,63	18,92	109,35	1033	Свекольник со сметаной	200
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
12,59	11,08	2,09	113,76	1436,01	Митболы	90
3,59	6,75	14,24	127,99	999	Капуста тушеная	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов(без сахара)	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	50
24,12	23,88	72,74	562,17			750
Федоровский ШУ завтрак 1-4 кл135,29 руб						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	40
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	80
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	120
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
26,07	19,65	96,30	776,46			625

Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
5,58	4,50	13,71	118,25	810	Бутерброд с сыром	40
12,09	9,06	4,69	149,35	1076	Печень по-строгановски	90
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200
4,50	1,74	30,84	157,20	693	Батон	60
2,51	1,75	4,40	132,00	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125
28,12	21,56	108,92	857,10			665
Обед						
0,80	0,10	2,50	14,10	14538	Огурцы в нарезке	100
2,88	3,29	23,65	136,68	1033	Свекольник со сметаной	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
13,98	12,31	2,33	126,41	1436,01	Митболы	100
4,30	8,10	17,09	153,58	999	Капуста тушеная	180
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
27,55	27,33	83,69	646,33			890
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	40
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	80
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	120
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
28,12	21,56	108,92	857,10			665
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
7,56	10,91	35,65	275,36	846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сли	250
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
10,30	12,04	61,69	403,71			

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

06.11.2024



Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
12,61	9,56	8,29	196,07	437,2	Говядина в соусе (Онищенко)	90
6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
23,30	15,79	94,30	645,96			620
Обед						
0,76	6,09	2,66	68,19	12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100
12,53	7,44	18,64	193,01	181,02	Уха рабацкая (минтай)	250
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30
9,33	7,68	0	125,97	1 652,03	Бивштекс рубленый паровой	70
6,22	10,84	35,96	266,23	7,36	Овощи тушеные в молочном соусе	180
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
31,18	34,40	86,11	805,58			880
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
12,61	9,56	8,29	196,07	437,2	Говядина в соусе (Онищенко)	90
6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
23,30	15,79	94,30	645,96			

Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
8,22	5,69	48,67	278,86	1159	Макаронник	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
10,89	6,81	74,52	407,21			
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
0,76	6,09	2,66	68,19	12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100
12,53	7,44	18,64	193,01	181,02	Уха рабацкая (минтай)	250
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	30
9,33	7,68	0	125,97	1 652,03	Бивштекс рубленый паровой	70
6,22	10,84	35,96	266,23	7,36	Овощи тушеные в молочном соусе	180
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
31,18	34,40	86,11	805,58			880
Полдник						
12,61	9,56	8,29	196,07	437,2	Говядина в соусе (Онищенко)	90
6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
23,30	15,79	94,30	645,96			620
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
12,61	9,56	8,29	196,07	437,2	Говядина в соусе (Онищенко)	90
6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
1,36	1,50	17,18	88,05	854	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
23,30	15,79	94,30	645,96			620

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

07.11.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ	ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб							
Завтрак							
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04		Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	150
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01		Рыба «Лакомка» с горбушей	90
0,10	0,04	12,97	59,90	971		Чай ягодный без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604		Кисломолочный напиток	125
16,12	17,50	58,53	554,21				595
Обед							
2,41	6,95	9,71	112,79	8,19		Винегрет овощной с растительным маслом с огурцами	100
2,64	6,41	18,77	148,68	1030,05		Суп перловый вегетарианский	250
13,43	10,07	5,21	165,95	1076		Печень по-строгановски	100
13,43	10,07	5,21	165,95	14 538,54		Солянка из сборных овощей (с растительным маслом)	100
0,16	0,16	23,88	99,10	390		Компот из свежих плодов без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	50
34,20	34,49	73,41	757,22				820
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП							
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04		Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	150
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01		Рыба «Лакомка» с горбушей	90
0,10	0,04	12,97	59,90	971		Чай ягодный без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604		Кисломолочный напиток	125
16,12	17,50	58,53	554,21				595

Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
7,48	5,36	27,11	187,93	852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
14,02	10,28	58,07	446,43			
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
2,41	6,95	9,71	112,79	8,19	Винегрет овощной с растительным маслом с огурцами	100
2,64	6,41	18,77	148,68	1030,05	Суп перловый вегетарианский	250
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	100
13,43	10,07	5,21	165,95	14 538,54	Солянка из сборных овощей (с растительным маслом)	100
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
34,20	34,49	73,41	757,22			820
Полдник						
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	150
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	90
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
16,12	17,50	58,53	554,21			595
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	150
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	90
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
16,12	17,50	58,53	554,21			595

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

08.11.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	170
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
37,77	26,67	105,11	884,03			580
Обед						
5,08	6,17	6,70	103,83	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	100
1,76	5,53	12,25	157,08	577,01	Суп Харчо с филе куриным крупа пшеничная	250
17,33	5,38	3,59	132,22	1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
35,46	25,12	93,36	806,78			880
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	170
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
37,77	26,67	105,11	884,03			580

Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	170
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
7,78	7,54	57,53	333,98			
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
5,08	6,17	6,70	103,83	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	100
1,76	5,53	12,25	157,08	577,01	Суп Харчо с филе куриным крупа пшеничная	250
17,33	5,38	3,59	132,22	1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
37,59	25,95	103,99	871,53			880
Полдник						
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	170
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
37,77	26,67	105,11	884,03			580
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	170
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
37,77	26,67	105,11	884,03			580

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 СОШ 5 Федоровский
 Артюшенко Татьяна Викторовна

11.11.2024



Утверждаю:
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Широконова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая без сахара	200
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
		10,02		14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	34
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	30
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
16,65	12,65	87,48	647,73			639
Обед						
2,05	6,37	12,41	115,86	812	Кукуруза консервированная	100
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	250
3,35	4,50	35,01	220,50	0,07	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным	150
2,09	8,89	12,73	139,61	907,03	**Тефтели мясные с рисом и соусом красным	100
0,46	0,12	27,49	115,65	11,27	Компот из сухофруктов без сахара	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	50
35,15	47,83	214,48	1 593,12			880
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая без сахара	200
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
		10,02		14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	34
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	30
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
16,65	12,65	87,48	647,73			639
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая без сахара	200
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	30
9,55	7,29	64,06	367,04			

Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
2,05	6,37	12,41	115,86	812	Кукуруза консервированная	100
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	250
3,35	4,50	35,01	220,50	0,07	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным	150
2,09	8,89	12,73	139,61	907,03	**Тефтели мясные с рисом и соусом красным	100
0,46	0,12	27,49	115,65	11,27	Компот из сухофруктов без сахара	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	50
15,38	33,87	105,68	827,85			880
Полдник						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Макаронные изделия запеченные с сыром	200
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	30
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
16,65	12,65	87,48	647,73			639
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Макаронные изделия запеченные с сыром	200
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
		10,02		14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	34
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	30
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
16,65	12,65	87,48	647,73			

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Гатьяна Викторовна

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

12.11.2024

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
11,24	5,28	11,83	140,19	3,34	Биточки (котлеты) рыбные паровые из минтая (без паниров	90
3,87	3,80	20,08	190,00	10,19	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
24,44	13,80	100,74	692,03			620
Обед						
1,28	2,15	30,02	144,46	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витами	100
5,88	5,54	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
16,53	30,37	28,43	453,64	14 505,02	Рагу из овощей с отварным мясом (говядина I к.)	250
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка (без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
28,94	41,52	105,41	915,79			860
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
11,24	5,28	11,83	140,19	3,34	Биточки (котлеты) рыбные паровые из минтая (без панировки) с м	90
3,87	3,80	20,08	190,00	10,19	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
16,65	12,65	87,48	647,73			639
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахара)	200
4,20	8,40	26,20	240,00	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
6,93	9,53	52,24	368,35			

Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб**Обед**

1,28	2,15	30,02	144,46	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком	100
5,88	5,54	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
16,53	30,37	28,43	453,64	14 505,02	Рагу из овощей с отварным мясом (говядина I к.)	250
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка (без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
28,94	41,52	105,41	915,79			860

Полдник

6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
11,24	5,28	11,83	140,19	3,34	Биточки (котлеты) рыбные паровые из минтая (без па	90
3,87	3,80	20,08	190,00	10,19	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
24,44	13,80	100,74	692,03			639

Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП

6,47	3,26	38,71	212,74	845,07	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	150
11,24	5,28	11,83	140,19	3,34	Биточки (котлеты) рыбные паровые из минтая (без па	90
3,87	3,80	20,08	190,00	10,19	Чай с молоком	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
24,44	13,80	100,74	692,03			620

Согласовано:
Директор образовательного учреждения
СОШ 5 Федоровский

Артющенко Татьяна Викторовна

13.11.2024

Утверждаю:
Директор

ООО "Азбука питания"
Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
14,30	14,80	104,94	744,21			639
Обед						
0,76	6,09	2,66	68,19	12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100
3,79	7,42	17,34	147,50	1021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной гипоаллерг	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	100
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
32,33	34,32	106,94	869,65			890
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
14,30	14,80	104,94	744,21			639
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	200
3,06	3,85	19,01	123,38	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	120
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
5,74	4,97	44,86	251,73			

Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб

Обед

0,76	6,09	2,66	68,19	12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100
3,79	7,42	17,34	147,50	1021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной гипоаллерг.	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	100
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
32,33	34,32	106,94	869,65			890

Полдник

7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Котлета капустная	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
14,30	14,80	104,94	744,21			639

Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП

7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Котлета капустная	250
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	125
14,30	14,80	104,94	744,21			639

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

14.11.2024

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
19,48	23,53	2,63	268,91	958	Омлет запеченый или паровой с сыром	200
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
28,93	32,88	46,59	567,55			580
Обед						
1,10	0,20	3,80	24,00	8,13	Помидор свежий	100
2,64	6,41	18,77	148,64	1030	Суп перловый вегетарианский	250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	10
20,10	19,93	11,31	301,89	1191	Бигус	220
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из сухофруктов без сахара	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
29,43	30,07	72,00	690,09			830
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
19,48	23,53	2,63	268,91	958	Омлет запеченый или паровой с сыром	200
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
28,93	32,88	46,59	567,55			580
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	200
8,35	6,50	34,51	233,06	1003	Макаронные изделия отварные с сыром	150
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30
11,66	7,89	60,53	375,16			

Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб							
Обед							
1,10	0,20	3,80	24,00	8,13	Помидор свежий		100
2,64	6,41	18,77	148,64	1030	Суп перловый вегетарианский		250
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное		10
20,10	19,93	11,31	301,89	1191	Бигус		220
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из сухофруктов без сахара		200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		50
29,43	30,07	72,00	690,09				830
Полдник							
19,48	23,53	2,63	268,91	958	Омлет запеченый или паровой с сыром		200
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара		200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.		20
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт		150
21,88	24,83	38,80	451,11				580
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП							
19,48	23,53	2,63	268,91	958	Омлет запеченый или паровой с сыром		200
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара		200
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.		20
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт		150
28,93	32,88	46,59	567,55				580

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

15.11.2024

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г.	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	150
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	90
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
20,81	29,42	72,69	641,31			620
Обед						
0,92	8,14	3,40	90,37	1372	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	100
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	250
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100
7,77	3,91	46,46	255,29	1 623,01	Каша перловая вязкая	180
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
38,87	37,92	94,95	891,03			880
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	150
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	90
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
20,81	29,42	72,69	641,31			
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
3,84	4,21	14,38	152,00	1110	Кофейный напиток с молоком	200
7,19	7,76	35,79	242,60	883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	30
14,24	13,32	63,22	476,80			

Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб

Обед

0,92	8,14	3,40	90,37	1372	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом расти	100
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	250
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	100
7,77	3,91	46,46	255,29	1 623,01	Каша перловая вязкая	180
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	50
38,87	37,92	94,95	891,03			880

Полдник

3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	150
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	90
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
20,81	29,42	72,69	641,31			620

Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП

3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	150
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	90
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
20,81	29,42	72,69	641,31			