

Согласовано:  Директор образовательного учреждения
СОИШ Федоровский

Артющенко Татьяна Викторовна

18.11.2024



Утверждаю:
Директор
ООО "Азбука питания"
Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Гликоды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41 руб						
Завтрак						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая без сахара	
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
		10,02		14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	34
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	30
16,65	12,65	87,48	647,73			125
Обед						
2,05	6,37	12,41	115,86	812	Кукуруза консервированная	
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	100
3,35	4,50	35,01	220,50	0,07	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным	250
2,09	8,89	12,73	139,61	907,03	**Тефтели мясные с рисом и соусом красным	150
0,46	0,12	27,49	115,65	11,27	Компот из сухофруктов без сахара	100
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
35,15	47,83	214,48	1 593,12			50
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	
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
		10,02		14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	34
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	30
16,65	12,65	87,48	647,73			125
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	
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	200
9,55	7,29	64,06	367,04			30
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
2,05	6,37	12,41	115,86	812	Кукуруза консервированная	
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	100
3,35	4,50	35,01	220,50	0,07	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным	250
2,09	8,89	12,73	139,61	907,03	**Тефтели мясные с рисом и соусом красным	150
0,46	0,12	27,49	115,65	11,27	Компот из сухофруктов без сахара	100
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
15,38	33,87	105,68	827,85			50
Полдник						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Макаронные изделия запеченные с сыром	
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	30
16,65	12,65	87,48	647,73			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
3,5	11,00	32,4	53,7	6,21	Макаронные изделия запеченные с сыром	
9,07			265,2	1 628	Чай без сахара	200
		10,02		14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	200
1,98		5	52,2	1 628	Хлеб ржаной	34
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	30
16,65	12,65	87,48	647,73			125

Согласовано

Директор образовательного учреждения

СОШ 5 Федоровский

Артошенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Гликоды	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 панировки) с маслом	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, Витаминный без сахара	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 маслом	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 5-11 кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
1,28	2,15	30,02	144,46	45	Салат из белокочанной капусты с морковью и горошком, Витаминный без сахара	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 панировки) с маслом	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 панировки) с маслом	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

Артошенко Татьяна Викторовна

20.11.2024

Утверждаю:
 Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Гликоде, 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	
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	250
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
14,30	14,80	104,94	744,21			125
Обед						
0,76	6,09	2,66	68,19	12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	
3,79	7,42	17,34	147,50	1021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной гипоаллергенное меню	100
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	250
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	10
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	100
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	180
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
32,33	34,32	106,94	869,65			50
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара	
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	250
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
14,30	14,80	104,94	744,21			125
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром*	
3,06	3,85	19,01	123,38	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	120
5,74	4,97	44,86	251,73			25
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	
3,79	7,42	17,34	147,50	1021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной гипоаллергенное меню	100
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	250
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	10
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	100
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	180
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
32,33	34,32	106,94	869,65			50
Полдник						
7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Котлета капустная	
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	250
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
14,30	14,80	104,94	744,21			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
7,53	10,58	54,98	345,33	6,9	Котлета капустная	
0	0	15,97	63,84	1188	Чай без сахара	250
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
14,30	14,80	104,94	744,21			125
639						

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Широканова Елена Александровна

21.11.2024

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

Артошенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:

Директор

ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

22.11.2024

Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, 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	
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	150
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	25
20,81	29,42	72,69	641,31			150
Обед						
0,92	8,14	3,40	90,37	1372	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	100
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	250
7,77	3,91	46,46	255,29	1 623,01	Каша перловая вязкая	100
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	180
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
38,87	37,92	94,95	891,03			50
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	150
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	25
20,81	29,42	72,69	641,31			150
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
3,84	4,21	14,38	152,00	1110	Кофейный напиток с молоком	
7,19	7,76	35,79	242,60	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200
3,21	1,35	13,05	82,20	897	Хлеб пшеничный	200
14,24	13,32	63,22	476,80			30
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 растительным	
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	100
22,20	11,66	10,07	235,05	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	250
7,77	3,91	46,46	255,29	1 623,01	Каша перловая вязкая	100
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	180
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
38,87	37,92	94,95	891,03			50
Полдник						
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	150
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	25
20,81	29,42	72,69	641,31			150
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650	Овощи отварные	
14,56	22,10	0,14	257,40	889	Птица запеченная со сметаной *	150
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном(без сахара)	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	25
20,81	29,42	72,69	641,31			150

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Широканова Елена Александровна

25.11.2024						Наименование блюд	Выход, г
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№	Рец.		
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб							
Завтрак							
							250
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14		Каша жидкая молочная гречневая	200
0	0	15,97	63,84	1188		Чай без сахара	20
2,01	1,60	14,17	124,44	349,02		Яйцо вареное	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03		Фрукт	684
14,27	10,99	116,95	674,01				
Обед							
							100
0,98	6,15	3,40	73,80	1249		Салат из свежих помидоров и огурцов	250
2,06	6,22	10,11	105,39	124,02		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	100
13,11	5,00	6,07	189,00	830		Котлета рыбная "Лада"	150
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650		Овощи отварные	200
0,12	0,05	14,85	61,14	930		Напиток Ягодка (без сахара)	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	880
21,71	24,09	67,23	649,09				
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП							
							250
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14		Каша жидкая молочная гречневая	200
0	0	15,97	63,84	1188		Чай без сахара	20
2,01	1,60	14,17	124,44	349,02		Яйцо вареное	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03		Фрукт	
14,27	10,99	116,95	674,01				
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)							
							250
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14		Макаронник	200
0	0	15,97	63,84	1188		Чай без сахара	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	
9,01	7,00	62,98	355,74				
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб							
Обед							
							100
0,98	6,15	3,40	73,80	1249		Салат из свежих помидоров и огурцов	250
2,06	6,22	10,11	105,39	124,02		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	100
13,11	5,00	6,07	189,00	830		Котлета рыбная "Лада"	150
3,31	5,84	22,17	155,01	1 650		Овощи отварные	200
0,12	0,05	14,85	61,14	930		Напиток Ягодка (без сахара)	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	880
23,84	24,92	77,86	713,84				
Полдник							
							250
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14		Макаронник	200
0	0	15,97	63,84	1188		Чай без сахара	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03		Фрукт	684
14,27	10,99	116,95	674,01				
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП							
							250
7,91	7,34	46,41	284,23	14 539,14		Макаронник	200
0	0	15,97	63,84	1188		Чай без сахара	20
2,01	1,60	14,17	124,44	349,02		Яйцо вареное	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147		Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03		Фрукт	
14,27	10,99	116,95	674,01				

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 СОИП № Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Широканова Елена Александровна

26.11.2024

Белки, г	Жиры, г	Гликоды, 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	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
26,07	19,65	96,30	776,46			125
Обед						
0,48	0,06	1,50	8,46	14538	Огурцы в нарезке	
2,30	2,63	18,92	109,35	1033	Свекольник со сметаной	60
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	200
12,59	11,08	2,09	113,76	1436,01	Митболы	10
3,59	6,75	14,24	127,99	999	Капуста тушеная	90
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов(без сахара)	150
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
24,12	23,88	72,74	562,17			50
Федоровский ШУ завтрак 1-4 кл135,29 руб						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
26,07	19,65	96,30	776,46			125
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
5,58	4,50	13,71	118,25	810	Бутерброд с сыром	
12,09	9,06	4,69	149,35	1076	Печень по-строгановски	40
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	90
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	150
4,50	1,74	30,84	157,20	693	Батон	200
2,51	1,75	4,40	132,00	935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	60
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Обед						
0,80	0,10	2,50	14,10	14538	Огурцы в нарезке	
2,88	3,29	23,65	136,68	1033	Свекольник со сметаной	100
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	250
13,98	12,31	2,33	126,41	1436,01	Митболы	10
4,30	8,10	17,09	153,58	999	Капуста тушеная	100
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	180
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
27,55	27,33	83,69	646,33			50
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	
7,56	10,91	35,65	275,36	846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	250
10,30	12,04	61,69	403,71			25
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						
Обед						
0,48	0,06	1,50	8,46	14538	Огурцы в нарезке	
2,30	2,63	18,92	109,35	1033	Свекольник со сметаной	60
3,00	2,58	0	35,16	1053	Мясо говядины отварное	200
12,59	11,08	2,09	113,76	1436,01	Митболы	10
3,59	6,75	14,24	127,99	999	Капуста тушеная	90
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов(без сахара)	150
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
24,12	23,88	72,74	562,17			50
Полдник						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша пшеничная вязкая с маслом	80
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*(без сахарп)	120
1,70	0,66	8,50	51,80	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	20
28,12	21,56	108,92	857,10			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
5,58	4,50	13,71	118,25	14 538	Сыр твердых сортов в нарезке	
10,75	8,05	4,17	132,76	1076	Печень по-строгановски	40
2,68	3,60	28,01	176,40	0,15	Каша п	

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 СОШ № Федоровский

Артищенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Широканова Елена Александровна

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, 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 тушенные 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 тушенные 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

Артащенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:

Директор
 ООО "Азбука питания"

Широканова Елена Александровна

28.11.2024

Белки, г	Жиры, г	Гликоды, 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)	
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	150
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
16,12	17,50	58,53	554,21			125
Обед						
2,41	6,95	9,71	112,79	8,19	Винегрет овощной с растительным маслом с огурцами свежими	
2,64	6,41	18,77	148,68	1030,05	Суп перловый вегетарианский	100
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	250
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	100
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
34,20	34,49	73,41	757,22			50
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	150
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
16,12	17,50	58,53	554,21			125
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	
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	200
14,02	10,28	58,07	446,43			25
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 свежими	
2,64	6,41	18,77	148,68	1030,05	Суп перловый вегетарианский	100
13,43	10,07	5,21	165,95	1076	Печень по-строгановски	250
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	100
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
34,20	34,49	73,41	757,22			50
Полдник						
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	150
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
16,12	17,50	58,53	554,21			125
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						
3,31	5,84	22,17	155,01	959,04	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста туш)	
7,95	9,00	3,56	128,70	375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	150
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	90
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	200
2,51	3,00	4,40	63,1	1 604	Кисломолочный напиток	25
16,12	17,50	58,53	554,21			125
595						

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 СОШ 5 Федоровский

Артюшенко Татьяна Викторовна

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Широканова Елена Александровна

29.11.2024					Наименование блюд	Выход, г
Белки, г	Жиры, г	Глюк.вещ., г	ЭЦ, ккал	№ Рец.		
Федоровский ШУ (завтрак, обед) 5-11кл 337,41руб						
Завтрак						170
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	580
37,77	26,67	105,11	884,03			
Обед						100
5,08	6,17	6,70	103,83	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	250
1,76	5,53	12,25	157,08	577,01	Суп Харчо с филе куриным крупа пшеничная	100
17,33	5,38	3,59	132,22	1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	180
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	200
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	50
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	880
35,46	25,12	93,36	806,78			
Федоровский ШУ 5-11кл завтрак 166р РП						170
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	580
37,77	26,67	105,11	884,03			
Федоровский ШУ 5-11кл 35,86 руб(завтрак)						170
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	
7,78	7,54	57,53	333,98			
Федоровский 5-11кл (обед+полд) 337,41 руб						100
Обед						250
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	180
17,33	5,38	3,59	132,22	1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	200
9,06	7,17	47,22	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	50
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный без сахара	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	880
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	
37,59	25,95	103,99	871,53			
Полдник						170
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	580
37,77	26,67	105,11	884,03			
Федоровский ШУ 5-11кл полдник 166р РП						170
28,68	18,79	38,59	448,63	4,47	Омлет фаршированный зеленым горошком	200
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Чай с молоком	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	150
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	580
37,77	26,67	105,11	884,03			