

Согласовано:  
 директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"  
 /Павлова С.В./

Утверждено:  
 ИП Маркова А.В.  
 Маркова А.В.

Школа МАОУ Нижнемуллинская средняя школа

Отд./корп обучающиеся НОО (1-4классы)

День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	348	Тефтели из говядины	90	56,76	149,14	12,47	8,36	5,91
	гарнир	256	Макаронные изделия отварные	150	9,00	184,50	5,55	4,95	29,55
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	200	5,00	38,00	0,20	0,10	9,30
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
	фрукты	82	Фрукты	150	15,00	66,00	0,60	0,60	14,70
				690	91,76	657,64	26,62	15,16	104,11
Завтрак 2									
Обед	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми на бульоне	200	10,00	97,80	12,47	13,10	12,62
	2 блюдо	348	Тефтели из говядины	90	56,76	149,14	12,47	8,36	5,91
	гарнир	256	Макаронные изделия отварные	180	9,00	221,40	6,66	5,94	36,46
	напиток	501	Сок фруктовый	200	10,00	86,00	1,00	0,20	20,20
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				770	91,76	774,34	40,40	28,75	119,84

Согласовано  
 Директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"  
 /Павлова С.В./

Школа

МАОУ Нижнемуллинская средняя школа

Отд./корп

обучающиеся НОО (1-4классы)

День 2

Подпись



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	157	Кукуруза консервированная	60	14,00	40,20	1,80	2,28	3,18
	гор.блюдо	372	Котлета из птицы	90	51,76	255,86	18,00	16,20	7,97
	гарнир	232	Каша пшеничная вязкая	150	12,00	177,38	5,64	5,02	27,42
	гор.напиток	461	Чай каркаде	200	8,00	56,00	0,00	0,01	14,00
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
Завтрак 2				600	91,76	749,44	33,24	24,66	97,22
Обед	ЩИ из свежей капусты с картофелем на бульоне			200	14,76	47,20	1,04	3,54	2,76
	1 блюдо	103	Бульоне	200	14,76	47,20	1,04	3,54	2,76
	2 блюдо	372	Котлета из птицы	90	51,00	255,86	18,00	16,20	9,64
	гарнир	232	Каша пшеничная вязкая	180	12,00	215,47	7,38	5,80	33,19
	гор.напиток	461	Чай каркаде	200	8,00	56,00	0,00	0,01	14,00
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				770	91,76	794,53	34,22	26,70	104,24

Согласовано:  
 директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

/Павлова С.В./

Школа

МАОУ Нижнемуллинская средняя школа

Отд./корп

обучающиеся НОО (1-4классы)

Утверждаю:

И.Р.Маркова А.В.

И.Р.Маркова А.В.

День 3

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	310	Щницель рыбный натуральный с маслом	90	42,76	88,80	13,20	1,20	6,36
	гарнир	385	Рис отварной	150	14,00	219,30	3,77	5,43	38,85
	гор.напиток	495	Компот из сухофруктов	200	14,00	84,00	0,60	0,10	20,10
	сладкое	589	Кондитерское изделие	40	15,00	45,00	0,10	0,10	10,90
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				580	91,76	657,10	25,47	7,98	120,86
Завтрак 2									
Обед	1 блюдо	94	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	200	15,00	70,60	1,88	3,62	7,64
	2 блюдо	310	Щницель рыбный натуральный	90	42,76	88,80	13,20	1,20	6,36
	гарнир	385	Рис отварной	180	14,00	263,18	4,52	6,52	46,62
	гор.напиток	495	Компот из сухофруктов	200	14,00	84,00	0,60	0,10	20,10
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				770	91,76	726,58	28,00	12,59	125,37

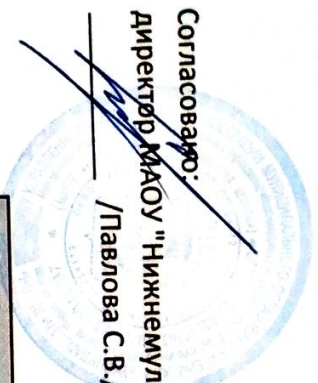


Согласовано:  
директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"  
/Павлова С.В./

Школа **МАОУ Нижнемуллинская средняя школа** Отд./корп **обучающиеся НОО (1-4классы)**



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	150	Икра кабачковая	60	10,00	65,00	10,40	4,90	4,20
	гор.блюдо	376	Рагу из птицы	200	51,76	319,00	21,00	19,00	15,90
	гор.напиток	459	Чай с сахаром и лимоном	200	10,00	40,00	0,30	0,10	9,50
	сладкое	581	Кондитерское изделие	40	14,00	146,40	2,36	1,88	30,00
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
Завтрак 2	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				600	91,76	790,40	41,86	27,03	104,25
Обед	1 блюдо	100	Рассольник Ленинградский на бульоне	200	10,00	87,60	2,10	4,08	10,60
	2 блюдо	376	Рагу из птицы	200	51,76	319,00	21,00	19,00	15,90
	сладкое	580	Кондитерское изделие	50	14,00	146,40	2,36	1,88	30,00
	гор.напиток	459	Чай с сахаром и лимоном	200	10,00	40,00	0,30	0,10	9,50
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				750	91,76	813,00	33,56	26,21	110,65



Согласовано:  
 директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"  
 /Павлова С.В./



Утверждаю:  
 ИП Маркова А.В.  
 Маркова А.В./

Школа **МАОУ Нижнемуллинская средняя школа** Отд./корп **обучающиеся НОО (1-4классы)** День 5

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	341	Котлета "Пермская"	90	49,76	227,70	14,40	13,95	10,80
	гарнир	380	Капуста тушеная	150	13,00	103,50	3,00	5,10	11,40
	гор.напиток	495	Компот из сухофруктов	200	12,00	84,00	0,60	0,10	20,10
	Хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	Хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
Завтрак 2	Фрукт	82	Фрукт	150	11,00	66,00	0,60	0,60	14,70
				690	91,76	701,20	26,40	20,90	101,65
Обед	1 блюдо	153	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	11,00	78,20	2,32	3,32	97,60
	2 блюдо	341	Котлета "Пермская"	90	49,76	227,70	14,40	13,95	10,80
	гарнир	377	Капуста тушеная	180	13,00	124,20	3,60	6,12	13,68
	гор.напиток	495	Компот из сухофруктов	200	12,00	84,00	0,60	0,10	20,10
	Хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	Хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				770	91,76	734,10	28,72	24,64	186,83

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа" \_\_\_\_\_

/Павлова С.В./



Школа **МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"** Отд./корп **Обучающиеся НОО (1-4классы)** День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	150	Икра кабачковая	60	10,00	65,00	10,40	4,90	4,20
	гор.блюдо	339	Котлета из говядины	90	46,76	218,70	15,84	11,07	13,50
	гарнир	202	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,00	242,16	8,51	6,36	37,70
	напиток	501	Сок фруктовый	200	15,00	86,00	1,00	0,20	20,20
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
Завтрак 2	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				600	91,76	831,86	43,55	23,68	120,25
Обед	1 блюдо	103	Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	200	10,00	47,20	1,04	3,54	2,76
	2 блюдо	339	Котлета из говядины	90	46,76	218,70	15,84	11,07	13,50
	гарнир	202	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,00	290,60	10,21	7,63	45,24
	напиток	501	Сок фруктовый	200	15,00	86,00	1,00	0,20	20,20
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				770	91,76	862,50	35,89	23,59	126,35



Согласовано  
 директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"  
 /Павлова С.В./

Школа МАОУ Нижнемуллинская средняя школа Отд./корп обучающиеся НОО (1-4классы)



Утверждено:  
 ИП Маркова А.В.  
 ИП Маркова А.В.  
 10.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	149	Огурец свежий или соленый	60	12,00	5,30	0,50	4,40	0,82
	гор.блюдо	303	Суфле рыбное	150	46,76	168,00	21,00	9,00	4,50
	гарнир	380	Пюре картофельное	150	13,00	105,00	4,05	6,00	8,70
	гор.напиток	486	Компот из свежих яблок	200	14,00	46,00	0,10	0,10	11,10
	Хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
Завтрак 2	Хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				660	91,76	544,30	33,45	20,65	69,77
Обед	1 блюдо	95	Борщ	200	12,00	60,00	1,48	3,54	5,56
	2 блюдо	303	Суфле рыбное	150	46,76	168,00	21,00	9,00	4,50
	гарнир	380	Пюре картофельное	150	13,00	105,00	4,05	6,00	8,70
	гор.напиток	486	Компот из свежих яблок	200	14,00	46,00	0,10	0,10	11,10
	Хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	Хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				800	91,76	599,00	34,43	19,79	74,51

Согласовано  
 Директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"

/Павлова С.В./



Утверждено

ИП Маркова А.В.

Маркова А.В.



Школа МАОУ Нижнемуллинская средняя школа

Отд./корп

обучающиеся НОО (1-4классы)

День 8

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	9	Салат из квашен.капусты с луком	60	10,00	51,70	0,90	3,40	4,50
	гор.блюдо	372	Шницель из птицы	90	47,76	255,86	3,00	16,20	9,64
	гарнир	256	Макаронные изделия отварные	150	13,00	184,60	5,55	4,95	29,55
	гор.напиток	496	Напиток из шиповника	200	15,00	78,00	0,67	0,27	18,30
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
Завтрак 2	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				600	91,76	790,16	17,92	25,97	106,64
Обед	1 блюдо	129	Суп картофельный с рыбными консервами	200	10,00	144,00	7,44	9,12	8,04
	2 блюдо	372	Шницель из птицы	90	47,76	255,86	18,00	16,20	9,64
	гарнир	256	Макаронные изделия отварные	180	13,00	221,52	6,66	5,94	35,46
	гор.напиток	496	Напиток из шиповника	200	15,00	78,00	0,67	0,27	18,30
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				770	91,76	919,38	40,57	32,68	116,09





Согласовано:  
 директор МАОУ "Нижнеумулинская средняя школа"  
 /Павлова С.В./



Утверждаю:  
 ИП Маркова А.В.  
 /Маркова А.В./

Школа МАОУ Нижнеумулинская средняя школа Отд./корп обучающиеся НОО (1-4классы) День 9

Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	150	Икра кабачковая	60	13,00	65,00	10,40	4,90	4,20
	гор.блюдо	375	Плов из отварной птицы	220	58,76	245,30	13,53	9,02	27,28
	гарнир	494	Компот из сухофруктов	200	14,00	84,00	0,60	0,10	20,10
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
Завтрак 2	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				580	91,76	614,30	32,33	15,17	96,23
Обед			Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	200	13,00	49,40	1,20	3,60	3,04
	1 блюдо	104		200	13,00	49,40	1,20	3,60	3,04
	2 блюдо	375	Плов из отварной птицы	250	58,76	278,75	15,38	10,25	31,00
	гор.напиток	494	Компот из сухофруктов	200	14,00	84,00	0,60	0,10	20,10
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				750	91,76	632,15	24,98	15,10	98,79

Согласовано:  
 директор МАОУ "Нижнемуллинская средняя школа"  
 /Павлова С.В./



Школа

МАОУ Нижнемуллинская средняя школа

Отд./корп

обучающиеся НОО (1-4классы)

День 10

Утверждено:  
 ИП Маркова А.В.  
 /Маркова А.В./



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	82	Фрукт	150	12,00	66,00	0,60	0,60	14,70
	гор.блюдо	376	Рагу из птицы	200	59,76	319,00	21,00	19,00	15,90
	напиток	507	Напиток Валитек	200	14,00	80,00	0,00	0,00	0,00
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
Завтрак 2				650	91,76	685,00	29,40	20,75	75,25
Обед (СКК, Инвалид)	1 блюдо	100	Рассольник Ленинградский на бульоне	200	12,00	87,60	2,10	4,08	10,60
	2 блюдо	376	Рагу из птицы	250	59,76	398,75	26,25	19,00	15,90
	Напиток	507	Напиток Валитек	200	14,00	80,00	0,00	0,00	0,00
	хлеб	574	Хлеб ржаной	50	3,00	103,00	4,00	0,75	20,05
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	50	3,00	117,00	3,80	0,40	24,60
				750	91,76	786,35	36,15	24,23	71,15