

Утверждаю :

МБОУ "СОШ с.Фроловка

Т.Б.Бойко

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "СОШ" с. Фроловка

5 день

26.06.2025

| прием пищи     | раздел    | № рец. | Блюдо                     | выход, г    | цена          | калории        | белки        | жиры         | углеводы      |
|----------------|-----------|--------|---------------------------|-------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>завтрак</b> |           | 384    | каша рисовая молочная     | 250/10      | 24-00         | 299.17         | 7.55         | 12.45        | 39.15         |
|                | гор.напит | 630    | чай с молоком             | 200         | 7-58          | 67.30          | 3.78         | 3.76         | 10.5          |
|                | хлеб      |        | батонс м/сл               | 40/10       | 17-57         | 150.53         | 5.31         | 5.3          | 9.08          |
| <b>итого</b>   |           |        |                           | <b>510</b>  | <b>49-15</b>  | <b>517</b>     | <b>16.64</b> | <b>21.51</b> | <b>58.73</b>  |
| <b>обед</b>    | 1 блюдо   | 78     | суп вермиш.с тушенкой з/о | 200/25/35   | 32-47         | 125.0          | 6.0          | 5.9          | 8.2           |
|                | гарнир    | 205    | мак.изд.отварные          | 180/10      | 11-20         | 200.0          | 3.4          | 8.0          | 38.4          |
|                | гарнир    | 282    | котлета мясная            | 90          | 40-86         | 125.0          | 6.9          | 6.9          | 4.8           |
|                | хлеб      |        | хлеб                      | 40/2        | 6-56          | 84.0           | 2.7          | 0.98         | 16.7          |
|                | гор.нап   | 251    | компот из сухофруктов     | 200         | 6-39          | 64.0           | 0.9          | 0.9          | 3.6           |
|                | закуска   | 206    | зеленый горошек           | 60          | 13-10         | 77.88          | 3.13         | 3.29         | 6.99          |
| <b>итого</b>   |           |        |                           | <b>880</b>  | <b>110-58</b> | <b>675.88</b>  | <b>23.03</b> | <b>25.97</b> | <b>78.69</b>  |
| <b>полдник</b> | гор.нап   |        | какао                     | 200         | 14-50         | 111            | 3.1          | 3.1          | 17.9          |
|                |           |        | оладьи с повидлом         | 100/30      | 64-91         | 440.63         | 9.35         | 8.63         | 81.39         |
| <b>итого</b>   |           |        |                           | <b>330</b>  | <b>79-41</b>  | <b>551.63</b>  | <b>12.45</b> | <b>11.73</b> | <b>99.29</b>  |
| <b>итого</b>   |           |        |                           | <b>1720</b> | <b>222-97</b> | <b>1744.51</b> | <b>52.12</b> | <b>52.19</b> | <b>236.71</b> |



Утверждаю :  
МБОУ"СОШ" с.Фроловка  
Т.Б.Бойко

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение МБОУ"СОШ"с.Фроловка МПО

6 день

27.06.2025

| прием пищи | раздел  | № рец. | Блюдо                 | выход, г  | цена   | калории | белки | жиры  | углеводы |
|------------|---------|--------|-----------------------|-----------|--------|---------|-------|-------|----------|
| завтрак    |         | 88     | каша манная молочная  | 200/5     | 22-59  | 263.0   | 3.8   | 10.3  | 35.9     |
|            | гор.нап | 628    | чай с сахаром         | 200       | 3-68   | 63.0    | 0.1   |       | 16.6     |
|            | хлеб    |        | батон с сыром и м/сл  | 40/20/10  | 33-50  | 231.0   | 10.8  | 19.1  | 10.3     |
| итого      |         |        |                       | 475       | 59-77  | 557.0   | 14.7  | 29.4  | 62.8     |
| обед       |         |        |                       |           |        |         |       |       |          |
|            | 1 блюдо | 59     | борщ с тушенкой с з/о | 200/25/35 | 31-70  | 100.0   | 2.04  | 5.0   | 14.11    |
|            | 2 блюдо | 186    | каша гречневая с м/сл | 150/5     | 12-11  | 325.0   | 11.46 | 8.12  | 51.22    |
|            | гарнир  | 350    | тефтели               | 80        | 29-00  | 167     | 8.64  | 9.32  | 8.81     |
|            | хлеб    |        | хлеб                  | 40/2      | 6-56   | 138     | 5.0   | 0.8   | 20.2     |
|            | закуска | 50     | икра кабачковая       | 50        | 15-15  | 47.4    | 1.14  | 4.34  | 5.34     |
|            | гор.нап | 255    | компот                | 200       | 6-39   | 64.0    | 0.9   | 0.9   | 3.6      |
| Итого      |         |        |                       | 825       | 100-91 | 841,40  | 29,18 | 28,48 | 103,28   |
| полдник    | гор.нап |        | йогурт                | 200       | 31-20  | 85      | 3.1   | 2.5   | 12       |
|            | десерт  |        | запеканка со сметаной | 200/30    | 31-09  | 342,23  | 29,22 | 12,11 | 29,1     |
| итого      |         |        |                       | 430       | 62-29  | 427.23  | 32.32 | 14.61 | 41.1     |
| итого      |         |        |                       |           | 222-97 | 1825.63 | 76.20 | 72.49 | 45       |



Утверждаю :  
МБОУ"СОШ с.Фроловка  
Т.Б.Бойко

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение МБОУ"СОШ"с.Фроловка МДО

7 день

30.06.2025

| прием пищи     | раздел  | № рец. | Блюдо                      | выход, г    | цена          | калории        | белки        | жиры         | углеводы      |
|----------------|---------|--------|----------------------------|-------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>завтрак</b> |         | 100    | каша геркулесовая молочная | 200/10      | 21-45         | 380.0          | 15.2         | 8.6          | 40.1          |
|                | гор.нап | 628    | чай с лимоном              | 200/5       | 4-65          | 63.0           | 0.1          | 0            | 16.6          |
|                | хлеб    |        | батон с маслом             | 40/20       | 17-57         | 86.0           | 3.0          | 10.0         | 10.3          |
| <b>итого</b>   |         |        |                            | <b>475</b>  | <b>41-36</b>  | <b>529</b>     | <b>18.3</b>  | <b>18.6</b>  | <b>67.0</b>   |
| <b>обед</b>    | 1 блюдо | 136    | суп горох с тушен з/о      | 200/25/35   | 22-19         | 150.0          | 4.0          | 10.0         | 12.0          |
|                | гарнир  | 305    | рис с м/сл                 | 180/10      | 13-11         | 219.4          | 4.1          | 5.6          | 45.3          |
|                | гарнир  | 135    | котлета рыбная             | 80          | 46-00         | 197.3          | 11.0         | 02.06        | 5.46          |
|                | гор.нап | 255    | компот                     | 200         | 6-39          | 104.0          | 0.6          | 0            | 23.6          |
|                | закуска |        | зеленый горошек            | 60          | 13-10         | 77.88          | 3.13         | 3.29         | 6.99          |
|                | хлеб    |        | хлеб                       | 40/2        | 6-56          | 138.0          | 5.0          | 0.8          | 20.2          |
|                |         |        |                            |             |               |                |              |              |               |
| <b>итого</b>   |         |        |                            | <b>825</b>  | <b>157-65</b> | <b>886.58</b>  | <b>33.85</b> | <b>27.88</b> | <b>107.32</b> |
| <b>полдник</b> | гор.нап |        | какао                      | 200         | 14-50         | 3,1            | 3,1          | 17,9         | 111           |
|                |         | 355    | вареники с картоф          | 200/5       | 57-45         | 380,6          | 15,2         | 15,5         | 68,5          |
|                |         |        |                            | <b>405</b>  | <b>71-95</b>  | <b>383.7</b>   | <b>18.3</b>  | <b>33.4</b>  | <b>179.5</b>  |
| <b>итого</b>   |         |        |                            | <b>1705</b> | <b>222-97</b> | <b>1799.28</b> | <b>70.45</b> | <b>79.88</b> |               |