



Утверждаю :

МБОУ СОШ с.Фроловка

Т.Б.Бойко

1 день

02.06.2025

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "СОШ"с.Фроловка ПМО1

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак			вареники с творогом м/сл	200/10	59-30	218.6	6.35	12.1	23.5
	гор.нап	628	чай с лимоном	200/5	4-65	35.0	0.1	0	9.1
	хлеб		батон с м/сл	40/10	17-57	84.0	2.7	0.98	16.7
Итого				470.0	81-52	396.6	13.95	18.18	85.7
обед	1 блюдо	58	щи с тушенкой з/о	200/25/35	38-00	126.0	4.0	4.0	10.2
	2 блюдо	282	котлета мясная п/ф	80	40-86	125.0	6.9	6.9	4.8
	гарнир	186	каша гречневая с м/сл	150/10	12-11	304.0	7.86	7.86	29.3
	гор.нап	255	компот из сухофруктов	200	6-39	64.0	0.9	0.9	3.6
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	138.0	5.0	0.8	30.2
	закуска		огурец консерв	50	10-30	3,12	0,19	0,024	0,48
				970.0	114-22	805.5	28.91	24.46	82.48
Итого									
полдник	гор.нап	255	кисель	200	9-00	116.18	1.35	0	29
		113	плов вегетариан.с сух-ми	200/5	18-23	5,78	12,26	81,65	460,14
Итого				250	27-23	292,2	5,27	8,6	40,4
Итого				250	222-97	1494,3	48,13	51,24	208,58



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

2 день

03.06.2025

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "СОШ"с.Фроловка

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		262	каша молоч."Янтарная"	200/10	31-00	218.6	6.35	12.1	23.5
	хлеб		батон сыр ,м/сл	40/20/10	33-50	211.0	9.9	9.68	33.98
	гор.нап.	628	чай с сахаром	200	3-50	33.0	0.1	0.0	16.6
итого				485.0	68-00	462.6	16.35	21.78	74.08
обед	1 блюдо	87	Суп рисов. с сайры	200/25	34-00	139.0	4.5	6.1	18.10
	гарнир	204	мак.изд.отварные	150/10	11-20	200.0	3.4	8.0	38.40
	гарнир	183	тефтели	80	29-00	153.79	10.68	9.97	5.33
	гор.нап.	372	компот из сухофрукт	200	6-39	64.0	0.9	0	3.6
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	84.0	2.7	0.98	16.7
	закуска		зеленый горошек	50	13-10	77.88	3.13	3.29	6.99
	итого			795	100-25	718,79	25,68	27,55	138,63
полдник	гор.нап.	242	какао	200	14-50	111	3,1	3,1	17,9
	десерт	273	блины с повидлом	100	50-31	476.49	11.3	17.65	86.1
итого				300	64-81	182	2,1	3,1	24,6
итого				1580	222-97	1363,39	44,13	52,43	237,31



Утверждаю :

МБОУ "СОШ с.Фроловка

Т.Б.Бойко

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "СОШ" с.Фроловка ПМОЗ

3 день

04.06.2025

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		314	каша ячневая молочная	200/10	22-60	264.0	9.1	11.9	34.8
	хлеб		батон с сыром	40/20	21-00	131.58	6.91	6.22	11.64
	гор.нап.	693	какао	200	14-50	111.0	3.1	3.1	17.9
итого				470	58-10	506.58	19.11	21.22	64.34
обед	1 блюдо	83	Суп вермишел.с фрикадельк	200/25	21-00	159.0	6.8	8.4	10.0
	гарнир	201	рис отварной с м/сл	200/5	13-11	219.4	4.1	5.6	45.3
	гарнир	135	котлета рыбная	80	46-00	197.3	11.0	2.06	5.46
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	84.0	2.7	0.98	16.7
	гор.нап	372	компот из сухофр	200	6-39	113,79	0,56	0	27,89
	закуска	138	икра кабачковая	50	15-15	47.4	1,14	4.34	5,34
итого				870	108-21	959,70	28,6	29,04	109,76
полдник	молочка		снежок	200	31-20	77	2.6	2.5	11
			сырники со сгущ.молоком	80/20	25-46	334.32	27.12	5.24	44.67
итого				250	56-66	292,2	5,27	7,07	40,40
				1590	222-97	1758,48	52,98	57,33	214,5

Утверждаю :

МБОУ "СОШ" с.Фроловка

Т.Б.Бойко



05.06.2025

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "СОШ" с.Фроловка МПО4

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		97	каша манная	200/10	23-36	244.92	6.53	7.03	38.78
	гор.нап	628	чай с сахаром	200	3-68	38.0	0.2	0.1	9.3
			батон с м/сл	40/10	17-57	142.0	2.9	9.08	20.3
итого				460	44-61	424.92	9.63	16.21	68.38
обед	1 блюдо	73	рассольник с тушен.з/о	200/25/35	41-00	104.0	2.62	3.06	13.06
	гарнир		пельмени п/ф	200/10	69-36	413.7	20.0	25.4	35.0
	гор.нап.	255	компот из сухоф	200	6-39	64.0	0.9	0.9	3.6
	хлеб		хлеб бел.пшен.	40/2	6-56	84.0	2.7	0.98	16.7
итого				750	123-31	665.7	26.22	30.34	68.36
полдник		247	кисель	200	9-00	116,19	1,36	0	29
		355	вареники с картоф	200/5	46-05	380,6	15,2	15,5	68,5
итого				405	55-05	496.79	16.56	15.5	97.5
итого					222-97	1587.41	83,35	62.05	234.24



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

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "СОШ"с.Фроловка ПМО5

5 день

06.06.2025

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		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	109.5	5.31	5.3	9.08
итого				510	49-15	475.97	16.64	21.51	58.73
обед	1 блюдо	78	суп вермиш.с тушенкой з/о	200/25	32-47	125.0	6.0	5.9	8.2
	гарнир	205	мак.изд.отварные	150/5	11-20	200.0	3.4	8.0	38.4
	гарнир	282	котлета мясная	80	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	50	13-10	77,88	3,13	3,29	6,99
	итого			940.0	110-58	646.5	24.15	26.68	76.08
полдник	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
итого				232	79-41	182	2,1	4	24,6
итого				1682	222-97	1304,47	42,89	52,19	159,41



Утверждаю :

МБОУ "СОШ" с.Фроловка

Т.Б.Бойко

Школа

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

6 день

09.06.2025

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	207.18



Утверждаю :

МБОУ "СОШ" с.Фроловка

Т.Б.Бойко

Школа

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

7 день

10.06.2025

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		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
итого				475	41-36	529	18.3	18.6	67.0
обед	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	150/5	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	50	13-10	77.88	3.13	3.29	6.99
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	138.0	5.0	0.8	20.2
итого				825	157-65	886.58	33.85	27.88	107.32
полдник	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
				405	71-95	383.7	18.3	33.4	179.5
итого				1705	222-97	1799.28	70.45	79.88	353.82



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

Школа

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

8 день

11.06.2025

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		139	суп молочный вермиш	200/10	13-89	195.1	5.18	7.14	18.93
	гор.нап		какао	200	14-50	111.0	3.1	3.1	17.9
	хлеб		батон с маслом сливоч	40/10	17-57	179.0	8.8	17.5	10.3
итого				460	45-96	485.1	17.08	27.74	47.13
обед	1 блюдо	83	суп вермиш с фрикад з/о	200/25/35	23-32	175.1	9.76	6.82	19.01
	гарнир	283	вареники с картоф м/сл	200/10	65-57	432.0	12.9	20.5	40.3
	закуска		огурец консер	50	10-30	3.12	0.19	0.024	0.48
	гор.нап	255	компот	200	6-39	104.0	0.6	0	23.6
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	138.0	5.0	0.8	20.2
итого				800	112-14	852.22	28.45	28.14	103.59
полдник	гор.нап	255	коктель молочный	200	17-00	85	3.1	2.5	12
Итого			оладьи с повидлом	100/30	56-00	440,63	9,35	8,63	81,39
итого				330	73-00	525.63	12.45	11.13	93.39
итого				1525	222-97	1862.95	57.98	67.01	244.11



Утверждаю :

МБОУ"СОШ"с.Фроловка

Т.Б.Бойко

9 день

12.06.2025

Школа

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

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		91	каша пшеничная молочная	200/10	22-50	409.5	13.65	12.8	23.3
	гор.нап	247	кисель	200	9-00	116,18	1.35	0	29
	хлеб		батон с м/сл	40/20	17-57	84	2.7	10.0	10.3
итого				470	49-07	609.68	17.7	22.8	62.6
обед	1 блюдо	58	щи с тушенкой с з/о	200/25/35	33-00	87.0	1.7	2.35	10.7
	гарнир	186	каша гречневая с м/сл	150/10	12-11	325.0	11.46	8.12	51.22
	гарнир	282	котлета мясная	80	40-86	125.0	6.9	6.9	4.8
	гор.нап	376	компот	200	6-39	104.0	0.6	0	23.6
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	138.0	5.0	0.8	20.2
	закуска	50	икра кабачковая	50	15-15	47.4	1.14	4.34	5.34
				830	114-07	826.4	26.8	22.51	115.86
итого									
полдник	напиток		снежок	200	31-20	77	2.6	2.5	11
	сдоба		булочка сдобная	50	15-00	228,2	4,37	7,07	36,8
			яблоко свежее	150	13-63				
итого				400	59-83	305.2	6.97	9.57	47.8
итого				1740	222-97	1741.28	54,05	54.88	226.26



Утверждаю :

МБОУ"СОШ"с.Фроловка

Т.Б.Бойко

10 день

13.06.2025

Школа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение МБОУ"СОШ"с.Фроловка

прием пищи	раздел	№ рец.	Блюдо	выход, г	цена	калории	белки	жиры	углеводы
завтрак		355	вареники с творогом и м/сл	200/10	72-91	380.6	15.2	15.5	68.5
	хлеб		батон с м/сл	40/20	17-57	211.0	9.9	9.68	24.3
	гор напиток	265	чай с лимоном	200/5	4-65	33.0	0.1	0	16.6
итого				485	95-13	624.6	25.2	25.18	109.4
обед	1 блюдо	87	суп рисовый с сайрой з/о	200/25/35	26-32	139.0	4.5	6.1	18.1
	гарнир	205	рожки с м/сл	150/10	11-20	200.0	3.4	8.0	38.4
	гарнир	350	тефтели	80	29-00	131.0	8.4	6.5	9.7
	хлеб		хлеб	40/2	6-56	138.0	5	0.8	30.2
	гор напиток	255	компот	200	6-39	64	0.9	0.9	3.6
	закуска		огурец консер	50	10-30	3.12	0.192	0.024	0.48
итого				630	89-77	675.12	22.39	22.32	100.48
полдник	гор напиток		йогурт	200	34-00	85	3.1	2.5	12
		113	плов вегетар с сух-ми	200	18-23	460,14	5,78	12,26	81,65
Итого				400	52-23	545.14	8.88	14.76	93.65
Итого				1515	222-97	1844.86	56.47	62.26	303.53