


Утверждаю: Директор школы:  Алиева Л.Н.

День	Наименование	№ рецептуры	Выходг	Белокг	Жирыг	Углеводг	ЭЦкал	Стоимость 1 порция	Стоимость 100 порций	
1 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	2,97	3,57	6,14	68,57	11,95	1195	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Сыр порционный	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Масло сливочное порционная	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300	
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	13,08	1308	
	Итого		591	19,62	24,22	69,48	574,38	74,77	7477	
2 день	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	28,06	2806	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Сыр порционный	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Мандарины	341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484	
	Итого		486	22,15	17,32	81,93	572,2	87,15	8715	
	3 день	Каша рисовая	177	210	6,09	10,88	47,99	314,24	22,7	2270
Хлеб пшеничный			51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
Масло сливочное порционная		14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
Чай с лимоном		377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
Итого			471	10,33	18,66	87,95	561,06	36,75	3675	
4 день		Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	17,92	1792
		Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порционная	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	29,66	2966	
	Итого		466	12,85	29,38	60,65	558,42	61,63	6163	
	5 день	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	28,06	2806
Хлеб пшеничный			51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
Сыр порционный		15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
Чай с лимоном		377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
Итого			351	21,35	17,12	59,43	477,2	52,31	5231	
6 день		Суп молочный с крупой (рис)	121	200	2,97	3,57	6,14	68,57	11,95	1195
		Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214
	Сыр порционный	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Масло сливочное порционная	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300	
	Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	13,08	1308	
	Итого		591	19,62	24,22	69,48	574,38	74,77	7477	
7 день	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	17,78	1778	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Мандарины	341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484	
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	29,66	2966	
	Итого		591	13,57	22,33	83,02	587,33	89,13	8913	
	8 день	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	28,06	2806
Хлеб пшеничный			51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
Сыр порционный		15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
Какао с молоком		382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	13,08	1308	
Яблоки		338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200	
Итого			451	25,7	21,04	71,61	578,6	72,68	7268	
9 день		Каша овсяная "Геркулес"	173	220	8,31	13,12	47,61	341,76	21,44	2144
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порционная	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Итого		481	12,55	20,9	87,57	588,58	35,49	3549	
	10 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	2,97	3,57	6,14	68,57	11,95	1195
		Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214
Сыр порционный		15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
Масло сливочное порционная		14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
Какао с молоком		382	200	4,08	3,54	17,58	118,5	13,08	1308	
Итого			491	18,12	23,72	48,48	479,88	51,77	4457	
11 день		Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	17,78	1778
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Масло сливочное порционная	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	164	29,66	2966	
	Итого		466	12,85	29,38	60,65	559,27	61,49	6149	
	12 день	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45	17,78	1778
Хлеб пшеничный			51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
Чай с лимоном		377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
Мандарины		341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484	
Сосиски отварные		243	55	5,55	15,55	0,25	163,15	29,66	2966	
Итого			591	13,57	22,33	83,02	587,33	89,13	8913	

Утверждаю: Директор школы:  Алиева Л.Н.

День	Наименование	М Репентуры	Выполг	Белогл	Жиргл	Углевоглг	ЭЦкагл	Стоимость	Стоимость	
								1 порция	100 порций	
1 день	Щи из свежей капусты с картофелем	88	200	1,41	3,96	6,32	66,56	5,11	511	
	Винегрет овощной	67	100	1,39	20,04	13,1	238,32	5,63	563	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	14,4	1440	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Итого			601	14,08	47,88	59,51	725,28	49,39	4939
2 день	Рассольник домашний	95	200	1,67	4,07	10,15	83,91	7,97	797	
	Макаронные отварные с сыром	204	125	8,46	9,95	21,32	208,67	18,56	1856	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Яблочки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200	
Итого			716	21,73	31,05	81,23	691,29	69,98	6998	
3 день	Борщи с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	5,74	574	
	Салат из моркови с сахаром	62	100	1,23	0,09	11,48	51,65	2,52	252	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	14,4	1440	
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	2,92	292	
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300	
Итого			701	16	28,67	86,88	669,55	68,12	6812	
4 день	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	3,35	335	
	Макаронные отварные с сыром	204	125	8,46	9,95	21,32	208,67	18,56	1856	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порциями	14	10	0,08	7,25	0,13	66,09	7,2	720	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Итого			616	21,06	30,49	66	622,65	53,36	5336
5 день	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	3,35	335	
	Плов	265	150	16,49	16,89	26,02	322,05	37,74	3774	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Итого			631	29,01	30,18	70,57	669,94	65,34	6534
	6 день	Борщи с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	5,74	574
Салат из моркови с сахаром		62	100	1,23	0,09	11,48	51,65	2,52	252	
Сыр порциями		15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
Хлеб пшеничный			51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
Масло сливочное порциями		14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	14,4	1440	
Напиток из плодов шиповника		388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	2,92	292	
Бананы		338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300	
Итого			701	16	28,67	86,88	669,55	68,12	6812	
7 день	Борщи с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	5,74	574	
	Салат из свежих огурцов и помидоров	24	100	0,96	6,08	3,65	73,16	6,88	688	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	14,4	1440	
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	2,92	292	
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300	
Итого			701	15,73	34,66	79,05	691,06	72,48	7248	
8 день	Рассольник домашний	95	200	1,67	4,07	10,15	83,91	7,97	797	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Салат из свежих огурцов и помидоров	24	100	0,96	6,08	3,65	73,16	6,88	688	
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	14,4	1440	
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	2,92	292	
	Мандарины	341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484	
Итого			736	15,26	34,49	81,95	699,25	86,55	8655	
9 день	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	3,35	335	
	Плов	265	150	16,49	16,89	26,02	322,05	37,74	3774	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Итого			631	29,01	30,18	70,57	669,94	65,34	6534
	10 день	Рагу из овощей	143	105	1,77	10,99	8,6	140,39	7,77	777
Макаронные отварные с сыром		204	125	8,46	9,95	21,32	208,67	18,56	1856	
Хлеб пшеничный			51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
Сыр порциями		15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
Чай с лимоном		377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
Итого				511	21,35	30,32	69,75	637,28	56,58	5658
11 день		Борщи с капустой и картофелем	82	200	1,44	3,94	8,75	76,22	5,74	574
	Салат из свежих огурцов и помидоров	24	100	0,96	6,08	3,65	73,16	6,88	688	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Масло сливочное порциями	14	20	0,16	14,5	0,26	132,18	14,4	1440	
	Напиток из плодов шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,28	2,92	292	
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300	
Итого			701	15,73	34,66	79,05	691,06	72,48	7248	
12 день	Щи из свежей капусты	87	200	1,4	3,91	4,72	59,67	3,35	335	
	Плов	265	150	16,49	16,89	26,02	322,05	37,74	3774	
	Хлеб пшеничный		51	4,03	0,51	24,63	119,23	2,14	214	
	Сыр порциями	15	30	6,96	8,85	0	107,49	17,4	1740	
	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471	
	Итого			631	29,01	30,18	70,57	669,94	65,34	6534

Утверждаю: Директор школы:  Алиева А.Н.

День	Наименование	№ рецептуры	Выходг	Белкиг	Жирыг	Углевадыг	ЭЦккал	Стоимость	Стоимость
								1 порция	100 порций
1 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	52,24	5224
2 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471
	Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	37,56	3756
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	23	2300
	Итого		430	17,48	11,41	80,25	494	66,93	4393
	Итого за день			200	5,2	6	18	146,8	38,58
3 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	52,24	5224
4 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	52,24	5224
5 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	28,06	2806
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Мандарины	341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484
	Итого		465	21,24	15,86	87,01	575,78	103,14	6830
	Итого за день			200	5,2	6	18	146,8	38,58
6 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	52,24	5224
7 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471
	Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	37,56	3756
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		330	15,98	10,91	59,25	399,5	43,93	4393
	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Итого за день			200	5,2	6	18	146,8	38,58
8 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	52,24	5224
9 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,71	471
	Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	37,56	3756
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Мандарины	341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484
	Итого		465	16,78	11,11	81,75	494,5	78,77	4393
	Итого за день			200	5,2	6	18	146,8	38,58
10 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12	1200
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	52,24	5224
11 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Запеканка из творога	223	70	10,23	7,74	19,6	188,98	28,06	2806
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Итого		330	20,44	15,66	64,51	480,78	68,3	6830
12 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	38,58	3858
	Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	37,56	3756
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	1,66	166
	Мандарины	341	135	0,8	0,2	22,5	95	34,84	3484
	Итого		465	21,85	17,09	84,55	579,8	112,64	7780