



Составлено
Директор Общероссийской организации
МОУ СОШ *с. Удербитов*
В.И. Дамбуш
3.7. Дамбуш
14.10.2014

(COM 3,5,10)

187,2

		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого		114	1358,2	45,92	23,98	230,24
Присем пищи	Раздел	№ рец	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		135	Биточки мясные с морковью	80	23,2	204	12,6	13,6	7,5
		146	Пюре картофельное	155	25	137	3,1	4,6	20,1
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5
			Итого		68,2	574	8,1	4,7	75,1
Обед		67	Суп картофельный с бобовыми	250	28	211,25	7,75	5,12	31,87
		246	Гуляш из отварной говядины	100	40	188	13,4	13,4	3,2
		227	Макаронные изделия отварные	185	30	235,2	6,6	5,04	39,96
		302	Чай с лимоном	200/7	20	54	0	0	14
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого		128	654,35	21,87	13,86	98,45
									15,01,2026
Присем пищи	Раздел	№ рец	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		193	Каша гречневая вязкая на молоке	180/5	25	200	68	6,7	27,6
		302	Чай с лимоном	200/7	20	54	0	0	14
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		4	Кондитерское изделие	55	23	144	2,4	4,25	22,2
			Итого		73	521	74,4	11	91,3
Обед	Раздел	62	Суп картофельный с лапшой домашней	250	28	141	3,2	3,6	23
		101	Жаркое по-домашнему	250	35	254	15,1	15	13,5
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого:		88	625,22	21,1	19,72	90,6
									16,01,2026
Присем пищи	Раздел	№ рец	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		365	Масло сливочное	10	12	66	0	7	0
		241	Сырники из творога	180/10	60	335	31,6	6,3	37,2
		304	Кофейный напиток на молоке	200	15	101	3	2,8	16,6
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5

187,2

196,2

161

			Итого		92	625	38,6	16,15	81,3
	67	Суп Крестьянский с крупой	250	28	138	2,8	6,6	15,3	
	173	Запеканка картофельная с овощами	150/30	25	207	5,2	9,4	23,4	
	310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5	
	1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5	
	2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44	
		Итого:		78	938,2	27,9	25,54	142,24	
								19,01.2026	
Прием пищи									
	№ респ	Было	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак									
	208	Каша пшеница молочная жидкая	180/5	25	223	6,5	8,2	30	
	300	Чай с сахаром	200	20	25	0,1	0,03	9,1	
	1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5	
	368	Фрукты свежие (яблоки)	200	35	190	3	1	42	
		Итого		85	429	13,6	9,28	108,6	
Обед									
	56	Рассольник Ленинградский	250	28	130	2,4	5,7	15,7	
	107	Рыбные палочки	70	22,04	124	7,2	7,4	6,9	
	146	Пюре картофельное	155	25	137	3,1	4,6	20,1	
	310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5	
	1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5	
	2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44	
		Итого:		92,04	782,5	16,7	17,75	90,2	
								20,01.2026	
Прием пищи									
	№ респ	Было	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак									
	83	Котлеты рыбные	100	31	134	9,72	6,84	8,3	
	146	Пюре картофельное	155	25	137	3,1	4,6	20,1	
	324	Сок фруктовый(яблочный)	200	20	76	0	0	20	
	1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5	
		Итого		76	521	8,17	11,79	84,9	
Обед									
	57	Щи по-уральски с крупой	250	28	78	1,8	4,3	6,7	
	101	Жаркое по-домашнему	250	35	254	15,1	15	13,5	
	300	Чай с сахаром	200	10	25	0,1	0,03	9,1	
	1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5	
	2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44	
		Итого:		83	662,2	30,9	33,54	98	
								21,01.2026	
Прием пищи									
	№ респ	Было	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы	

170

177,04

159

Завтрак		126	Голубцы легкие	70/30	23,2	98	6	5,2	6,2
		227	Макароны отварные с маслом	180/5	30	233	6,5	4,4	40
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
			Итого		73,2	564	17,5	9,7	101,2
Обед		62	Суп картофельный с лапшой домашней	250	28	141	3,2	3,6	23
		246	Туши из отварной говядины	100	30	188	13,4	13,4	3,2
		226	Бобовые отварные	180/4	15	257	16,1	4,2	33,7
		302	Чай с лимоном	200/7	15	54	0	0	14
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого:		98	804,3	24,86	25,04	120,98
									22,01.2026
Прием пищи									
	Раздел	№ реч	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Бетки	Жиры	Углеводы
Завтрак		209	Каша пшеничная молочная жидкая	250/10	25	331	9,3	13	45,3
		304	Кофейный напиток на молоке	200	20	101	3	2,8	16,6
		4	Кондитерское изделие	55	15	144	2,4	4,25	22,2
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
			Итого		65	445	18,7	20,1	111,6
Обед		58	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	28	98,75	11,75	5,12	11,75
		120	Плов из отварной говядины	250	35	465	18,5	20,1	50,1
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого:		88	803,5	34,17	36,14	91,59
									23,01.2026
Прием пищи									
	Раздел	№ реч	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Бетки	Жиры	Углеводы
Завтрак		136	Биточки мясные со свежей	80	23,2	160	7,6	10,9	7,6
		183	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	25	312	10,6	6,8	46,3
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
			Итого		68,2	705	23,2	17,8	108,9
		55	Ци из свежей капусты с картофелем	250	28	103	2	6,2	8,8
		135	Биточки мясные с морковью	80	23,2	204	12,6	13,6	7,5
		187	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	15	248	4,4	4,7	45

171,2

153

		300	Чай с сахаром	200	10	25	0,1	0,03	9,1
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого:		86,2	793,3	26,26	33,94	96,28
									26,01,2026
Присем пищи	Раздел	№ рец	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		365	Масло сливочное	10	12	66	0	7	0
		241	Сырники из творога	180/10	60	335	31,6	6,3	37,2
		304	Кофейный напиток на молоке	200	20	101	3	2,8	16,6
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
			Итого		97	625	38,6	16,15	81,3
Обед		67	Суп Крестыанский с крупой	250	28	138	2,8	6,6	15,3
		99	Виточки мясные с морковью	80	23,2	151	8	8,02	10,6
		227	Макароны отварные с маслом	180/5	30	233	6,5	4,4	40
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	15	110	1	0,05	27,5
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого:		106,2	870,2	22,3	19,12	120,9
									27,01,2026
Завтрак	Раздел	134	Рыбные палочки	70	22,04	270	15,4	19,2	8,5
		227	Макароны отварные с маслом	180/5	30	233	6,5	4,4	40
		302	Чай с лимоном	200/7	20	54	0	0	14
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
			Итого		77,04	680	25,9	23,65	90
Обед		69	Суп из овощей	250	28	86	1,9	3,5	10,7
		215	Каша гречневая с мясом	200	40	321	10,6	11,6	40,5
		310	Компот из смеси сухофруктов	200	10	110	1	0,05	27,5
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5
		2	Хлеб ржаной-пшеничный	50	5	115,2	3,1	0,54	19,44
			Итого		88	880,2	30,1	24,3	104,5
									28,01,2026
Присем пищи	Раздел	№ рец	Бюджет	Выход	Цена	ЭЦ	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		101	Терттели мясные домашние	80	22,8	254	15,1	15	13,5
		146	Пюре картофельное	155	25	137	3,1	4,6	20,1
		324	Сок фруктовый(яблочный)	200	20	76	0	0	20
		1,5	Хлеб пшеничный	50	5	123	4	0,05	27,5

154,4

203,2

165,04

Итого: Заг: 627,2; Об: 769,95

Итого: 177,11 py6