

Согласовано

 Директор образовательного учреждения



Утверждено

 Директор
 "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ

Отд./корп.:

Дата

02.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, г	Калорийность, г	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	90	45,20	г.Севрор 277	14	19	13
		39/3	Каша гречневая рассыпчатая	170	14,00	265	9	6	46
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Бананы	200	22,51	191	3	1	45
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	-	-	-	-	-	87,00	-	-	-
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./контр. Итого Дата 02.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, С	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо		Биточки из мяса говядины и свинины	100	54,33	308	16	21	15
		39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	16,47	312	11	7	54
	гор. напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Бананы	200	22,51	191	3	1	45
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
Директор образовательного учреждения



Утверждено
Директор
ООО "Комбинат школьного питания"
Е.М. Горелова

Школа **МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ** Отд./корм. **№ 29** Дата **02.10.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена /	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	90	45,20	277	14	19	13
		39/3	Каша гречневая рассыпчатая	170	14,00	265	9	6	46
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Бананы	200	22,51	191	3	1	45
				Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	15.02	Салат Здоровье	60	5,36	69	1	5	5
	1 блюдо		Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	25,77	76	3	2	11
	2 блюдо	4/9	Плов из мяса птицы	200	62,51	359	18	15	38
	гарнир								
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	14/12	Булочка дорожная	40	7,66	141	3	4	22	
					111,65				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. 1/1 Дата 02.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо		Биточки из мяса говядины и свинины	100	54,33	308	16	21	15
		39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	16,47	312	11	7	54
	гор. напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Бананы	200	22,51	191	3	1	45
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	15.02	Салат Здоровье	100	8,93	115	1	9	9
	1 блюдо		Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	28,71	95	4	3	14
	2 блюдо	4/9	Плов из мяса птицы	250	73,13	449	23	19	48
	гарнир								
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	30	1,30	58	2	0	13
	14/12	Булочка дорожная	40	7,66	141	3	4	22	
					129,00				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ Отд. Корп. Дата 03.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	5/9	Биточки из курицы	90	53,81	188	13	11	8
		2/3	Картофель тушеный	150	23,00	128	3	4	20
	гор. напиток	27/10	Чай с сахаром	200	5,00	38	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		7/11	Соус сметанный с томатом	20	2,97	18	0	1	1
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Огурцы свежие порционно	60	8,45	9	0	0	2
	1 блюдо	6/2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,99	55	1	2	7
	2 блюдо	40/8	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	100	63,19	222	14	15	7
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	170	14,00	265	9	6	46
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					111,65				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп Дата 03.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	5/9	Биточки из курицы	90	53,81	188	13	11	8
		2/3	Картофель тушеный	150	23,00	128	3	4	20
	гор.напиток	27/10	Чай с сахаром	200	5,00	38	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-							
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		7/11	Соус сметанный с томатом	20	2,97	18	0	1	1
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 03.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	5/9	Биточки из курицы	100	59,78	209	15	12	9
		2/3	Картофель тушеный	180	28,63	153	4	5	24
	гор. напиток	27/10	Чай с сахаром	200	5,00	38	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		7/11	Соус сметанный с томатом	20	2,97	18	0	1	1
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./Конт. ИИ 08-2021/001 Дата 03.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	5/9	Биточки из курицы	100	59,78	209	15	12	9
		2/3	Картофель тушеный	180	28,63	153	4	5	24
	гор.напиток	27/10	Чай с сахаром	200	5,00	38	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		7/11	Соус сметанный с томатом	20	2,97	18	0	1	1
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Огурцы свежие порционно	100	15,79	16	1	0	3
	1 блюдо	6/2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	15,30	68	2	3	9
			Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	100	63,19	222	14	15	7
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	16,47	312	11	7	54
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					129,00				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп. Дата 04.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	13/5	Запеканка (сырники) из творога с морковью	150	50,00	306	20	17	18
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,78	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	18,00	73	1	1	17
						87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп- Дата 04.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	13/5	Запеканка (сырники) из творога с морковью	200	61,60	408	27	23	24
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	гор. напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,78	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	18,00	73	1	1	17
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	7,97	93	2	6	9
	1 блюдо	11/2	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	32,20	131	2	5	19
	2 блюдо		Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	57,50	119	16	5	3
	гарнир	32/3	Рагу из овощей	180	13,27	132	3	5	21
	напиток	-	Сок яблочный	200	15,84	86	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						129,00			
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано

 Директор образовательного учреждения



Утверждено

 Директор
 "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./конт. Дата 04.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	13/5	Запеканка (сырники) из творога с морковью	200	61,60	408	27	23	24
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	гор. напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,78	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	18,00	73	1	1	17
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел. хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОБЗ 7-11 ЛЕТ

Отд./корп. 4/1

Дата 04.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	13/5	Запеканка (сырники) из творога с морковью	150	50,00	306	20	17	18
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,78	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	18,00	73	1	1	17
						87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	4,78	56	1	4	6
	1 блюдо	11/2	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	26,00	105	2	4	15
	2 блюдо		Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	51,75	107	14	4	3
	гарнир	32/3	Рагу из овощей	150	11,06	110	3	4	17
	напиток	-	Сок яблочный	200	15,84	86	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						111,65			
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп. 5/111/23 Дата 05.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	150	31,88	211	15	16	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор. напиток	30/10	Чай с молоком	200	14,71	95	3	3	14
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Бананы	200	20,00	191	3	1	45
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 05.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	200	43,25	282	19	21	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор. напиток	30/10	Чай с молоком	200	14,71	95	3	3	14
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Бананы	200	20,00	191	3	1	45
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисло-мол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 "ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ Отд./корп 7/1 Дата 05.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	150	31,88	211	15	16	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор.напиток	30/10	Чай с молоком	200	14,71	95	3	3	14
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Бананы	200	20,00	191	3	1	45
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Помидоры порционно	60	8,72	15	1	0	3
	1 блюдо	31/2	Суп-крем из разных овощей	200	23,47	89	3	4	12
	2 блюдо	12/7	Котлета рыбная	90	44,32	95	12	2	7
	гарнир	3/3	Картофельное пюре	150	14,78	133	3	4	22
	напиток	3/10	Компот из свежих плодов	200	18,14	80	0	0	20
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
				111,65					
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат Школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ и ст

Отд./кorp.

Дата 05.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	200	43,25	282	19	21	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор. напиток	30/10	Чай с молоком	200	14,71	95	3	3	14
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Фрукт (банан)	200	20,00	191	3	1	45
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Помидоры порционно	100	14,54	25	1	0	5
	1 блюдо	31/2	Суп-крем из разных овощей	250	29,33	111	3	5	14
	2 блюдо	12/7	Котлета рыбная	100	46,80	105	14	2	8
	гарнир	3/3	Картофельное пюре	180	17,74	159	4	4	26
	напиток	3/10	Компот из свежих плодов	200	18,14	80	0	0	20
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					129,00				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп. Дата 06.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	90	45,20	277	14	19	13
		11/3	Капуста тушеная	150	5,19	101	4	3	17
	гор напиток	6/10	Компот из смеси сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		23/12	Манник	80	15,79	253	5	6	45
		54-3соус-2020	Соус красный основной с	50	2,80	31	1	1	5
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОБЗ 7-11 ЛЕТ Отд./корп. Дата 06.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	90	45,20	277	14	19	13
		11/3	Капуста тушеная	150	5,19	101	4	3	17
	гор. напиток	6/10	Компот из смеси сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		23/12	Манник	80	15,79	253	5	6	45
		54-3соус-2020	Соус красный основной с	50	2,80	31	1	1	5
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	18,14	35	1	3	2
	1 блюдо	28/2	Суп-пюре из гороха	200	2,59	107	5	2	18
	2 блюдо	12/8	Гуляш из мяса говядины	100	64,63	221	15	16	5
	гарнир	3/3	Пюре картофельное	150	21,32	133	3	4	22
	напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб бел.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	хлеб черн.	40/2	Гренки из пшеничного хлеба	15	0,82	40	1	0	8
						111,65			
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОБЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 06.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, р.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	100	54,33	308	16	21	15
		11/3	Капуста тушеная	180	8,11	121	4	3	21
	гор.напиток	6/10	Компот из смеси сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	20	0,91	45	1	0	9
	фрукты	-							
		-	Хлеб ржаной	20	0,86	39	1	0	8
		23/12	Манник	80	15,79	253	5	6	45
		54-Зсоус-2020	Соус красный основной с	50	2,80	31	1	1	5
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-5а-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	30,23	58	1	5	4
	1 блюдо	28/2	Суп-пюре из гороха	250	6,26	134	7	2	23
	2 блюдо	12/8	Гуляш из мяса говядины	100	64,63	221	15	16	5
	гарнир	3/3	Пюре картофельное	200	21,32	177	4	5	29
	напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб бел.	-	Хлеб ржаной	30	1,30	58	2	0	13
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
		40/2	Гренки из пшеничного хлеба	15	0,82	40	1	0	8
					129,00				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Т.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ и ст

Отд./корп

Дата

06.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена, р.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	100	54,33	308	16	21	15
		11/3	Капуста тушеная	180	8,11	121	4	3	21
	гор. напиток	6/10	Компот из смеси сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	20	0,91	45	1	0	9
	фрукты								
		-	Хлеб ржаной	20	0,86	39	1	0	8
		23/12	Манник	80	15,79	253	5	6	45
	54-3соус-2020	Соус красный основной с	50	2,80	31	1	1	5	
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



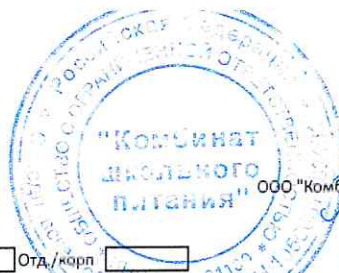
Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат Школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо		Бутерброд с маслом и повидлом	50	11,73	138	2	6	20
		362	Пудинг творожно-манный	200	42,56	418	29	18	34
	гор напиток	36/10	Какао с молоком	200	17,02	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Яблоки	150	24,84	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 "Комбинат детского питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ Отд./корп _____ Дата 09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	362	Пудинг творожно-манный	150	34,26	313	22	14	25
			Бутерброд с маслом и повидлом	40	11,73	125	2	7	14
	гор напиток	36/10	Какао с молоком	200	17,02	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	21,77	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Огурцы свежие порционно	60	8,45	9	0	0	2
	1 блюдо	12/2	Суп картофельный со сметаной	200	6,85	66	1	2	11
	2 блюдо	40/8	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	100	68,25	222	14	15	7
	гарнир	46/3	Макаронные изделия отварные с маслом	150	7,24	184	5	3	34
	напиток	-	Сок яблочный	200	15,84	86	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		54-3соус-2020	Соус красный основной с	50	2,80	31	1	1	5
						111,65			
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп.: Дата 09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо		Бутерброд с маслом и повидлом	40	11,73	125	2	7	14
		362	Пудинг творожно-манный	200	42,56	418	29	18	34
	гор напиток	36/10	Какао с молоком	200	17,02	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Фрукт(яблоко)	150	24,84	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Огурцы свежие порционно	100	18,09	16	1	0	3
	1 блюдо	12/2	Суп картофельный со сметаной	250	12,89	83	2	3	13
	2 блюдо	40/8	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	100	68,25	222	14	15	7
	гарнир	46/3	Макаронные изделия отварные с маслом	180	8,68	221	6	4	41
	напиток	-	Сок яблочный	200	15,84	86	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		54-3соус	Соус красный основной с	50	2,80	31	1	1	5
				129,00					
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп _____ Дата 09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	362	Пудинг творожно-манный	150	34,26	313	22	14	25
			Бутерброд с маслом и повидлом	40	11,73	125	2	7	14
	гор напиток	36/10	Какао с молоком	200	17,02	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	21,77	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог _____

Согласовано
Директор образовательного учреждения



Утверждено
Директор
Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп № 1 Дата 10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	43/8	Кнели куриные паровые	90	30,26	263	15	20	6
		54-7г-2020	Рис припущенный	150	12,93	214	4	6	36
	гор.напиток	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	хлеб	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	фрукты	-	Фрукт (банан)	200	28,51	191	3	1	45
	-	-	Печенье детское (конд.изд)	40	4,95	169	3	4	31
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 Е. М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	43/8	Кнели куриные паровые	100	37,05	292	17	22	7
		7/11	Соус сметанный с томатом	15	2,23	13	0	1	1
	гор.напиток	54-7г-2020	Рис припущенный г	180	15,51	257	5	7	43
	хлеб	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		-	Фрукт (банан)	200	28,51	191	3	1	45
		-	Печенье детское (конд изд)	40	4,95	169	3	4	31
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью маслом растительным	100	7,97	93	2	6	9
	1 блюдо	11/2	Рассольник ленинградский со сметаной	250	15,94	131	2	5	19
	2 блюдо	53/8	Запеканка картофельная с мясом говядины	200	77,58	302	15	14	29
	гарнир								
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		23/12	Манник	80	15,79	253	5	6	45
					129,00				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



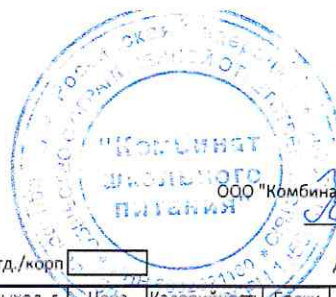
Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп Дата 10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	43/8	Кнели куриные паровые	100	37,05	292	17	22	7
		7/11	Соус сметанный с томатом	15	2,23	13	0	1	1
	гор.напиток	54-7г-2020	Рис припущенный г	180	15,51	257	5	7	43
	хлеб	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	-	-	Фрукт (банан)	200	28,51	191	3	1	45
	-	-	Печенье детское (конд.изд)	40	4,95	169	3	4	31
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



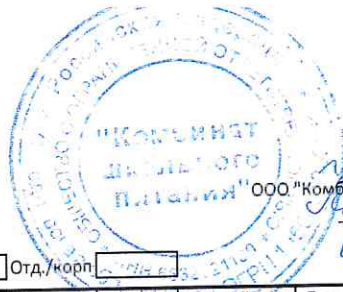
Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ Отд./корп. Дата 10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	43/8	Кнели куриные паровые	90	30,26	263	15	20	6
		54-7г-2020	Рис припущенный	150	12,93	214	4	6	36
	гор. напиток	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	хлеб	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	фрукты	-	Фрукт (банан)	200	28,51	191	3	1	45
	-	-	Печенье детское (конд. изд.)	40	4,95	169	3	4	31
	-	-	-			87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью маслом растительным	60	4,78	56	1	4	6
	1 блюдо	11/2	Рассольник ленинградский со сметаной	200	12,75	105	2	4	15
	2 блюдо	53/8	Запеканка картофельная с мясом говядины	180	66,84	271	14	13	26
	гарнир								
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	200	9,27	56	0	0	15
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		23/12	Манник	80	15,79	253	5	6	45
					111,65				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



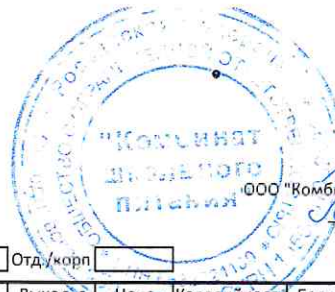
Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп. Дата 11.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	12/7	Биточки (котлеты) рыбные	100	68,80	153	17	6	8
		1/3	Картофель отварной	150	14,78	135	3	3	24
	гор.напиток	6/10	Компот из ягод	200	1,20	47	0	0	12
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты								
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 11.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	12/7	Биточки (котлеты) рыбные	100	77,21	153	17	6	8
		1/3	Картофель отварной	180	17,74	163	3	4	29
	гор.напиток	6/10	Компот из ягод	200	1,20	47	0	0	12
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ

Отд./корп

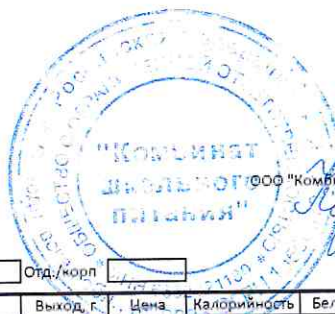
Дата

11.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	12/7	Биточки (котлеты) рыбные	100	68,80	153	17	6	8
		1/3	Картофель отварной	150	14,78	135	3	3	24
	гор.напиток	6/10	Компот из ягод	200	1,20	47	0	0	12
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-							
	-		Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Помидоры порционно	60	8,72	15	1	0	3
	1 блюдо	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с	200	13,75	91	2	5	11
	2 блюдо	12/8	Гуляш из мяса говядины	100	53,03	221	15	16	5
	гарнир	54-7г-2020	Рис припущенный	150	12,93	214	4	6	36
	напиток	1201	Напиток апельсиновый	200	21,00	459	1	0	119
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					111,65				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



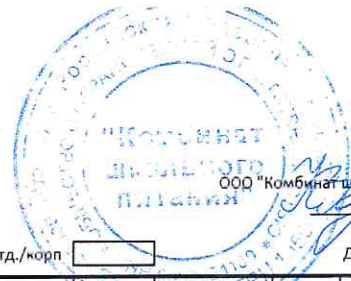
Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОБЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп _____ Дата 11.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	12/7	Биточки (котлеты) рыбные	100	77,21	153	17	6	8
		1/3	Картофель отварной	180	17,74	163	3	4	29
	гор напиток	6/10	Компот из ягод	200	1,20	47	0	0	12
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	-	Помидоры порционно	100	14,54	25	1	0	5
	1 блюдо	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с	250	22,47	114	2	6	13
	2 блюдо	12/8	Гуляш из мяса говядины	100	53,03	221	15	16	5
	гарнир	54-7г-2020	Рис припущенный	180	15,51	257	5	7	43
	напиток	1201	Напиток апельсиновый	200	21,00	459	1	0	119
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					129,00				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисло-мол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп Дата 12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/5	Запеканка из творога с рисом	150	42,08	329	21	15	27
	-	-	Яблочное пюре	30	8,02	75	0	0	20
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,68	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Яблоки	150	18,00	73	1	1	17
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					87,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



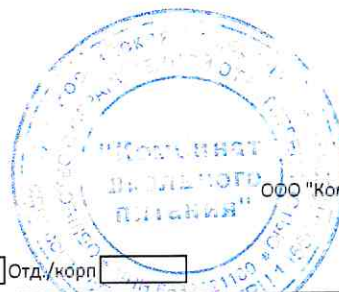
Утверждено
 Директор
 "Комбинат детского питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/5	Запеканка из творога с рисом	200	53,45	439	29	20	36
	-	-	Яблочное пюре	30	8,02	75	0	0	20
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,68	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Фрукты (яблоко)	150	18,00	73	1	1	17
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ Отд./корп. _____ Дата 12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/5	Запеканка из творога с рисом	150	42,08	329	21	15	27
	-	-	Яблочное пюре	30	8,02	75	0	0	20
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,68	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Фрукты (яблоко)	150	18,00	73	1	1	17
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	-	-	-	-	-	87,00	-	-	-
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19/1	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	10,32	41	0	4	2
	1 блюдо	16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	7,23	131	5	4	19
	2 блюдо	-	Биточки из мяса говядины и свинины	90	57,13	277	14	19	13
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	170	14,00	265	9	6	46
	напиток	6/10	Компот из смеси сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	-	-	Печенье детское (конд.изд)	40	4,95	169	3	4	31
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОБЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./контр. Дата 12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	15/5	Запеканка из творога с рисом	200	53,45	439	29	20	36
	-	-	Яблочное пюре	30	8,02	75	0	0	20
	гор напиток	36/10	Какао с молоком	200	16,68	135	4	3	24
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Фрукты (яблоко)	150	18,00	73	1	1	17
	-	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	-	-	-	-	-	98,60	-	-	-
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19/1	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	17,21	68	1	6	3
	1 блюдо	16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	9,03	164	6	5	24
	2 блюдо		Биточки из мяса говядины и свинины	100	63,09	308	16	21	15
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	16,47	312	11	7	54
	напиток	6/10	Компот из смеси сухофруктов	200	15,80	88	1	0	23
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
	-	-	Печенье детское (конд.изд)	40	4,95	169	3	4	31
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кислолом.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



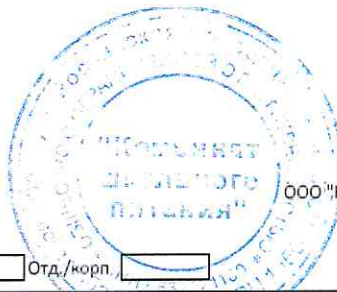
Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат детского питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 7-11 ЛЕТ Отд./корп. Дата 13.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	150	42,57	211	15	16	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Фрукты (яблоко)	150	20,95	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 13.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена, р.	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	200	53,94	282	19	21	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Фрукты	150	20,95	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						98,60			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Handwritten signature

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 7-11 ЛЕТ Отд./корп Дата 13.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	150	42,57	211	15	16	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	фрукты	-	Фрукт(яблоко)	150	20,95	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
						87,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	80	7,74	109	1	5	17
	1 блюдо	22/2	Суп-лапша на курином бульоне	200	5,38	85	2	3	13
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	240	73,85	393	22	23	25
	гарнир						0	0	27
	напиток	18/10	Кисель из ягод	200	15,63	106	0	0	12
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	10
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		-	Печенье детское (конд.изд)	40	6,83	168	3	4	31
					111,65				
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог

Согласовано
 Директор образовательного учреждения



Утверждено
 Директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Е.М. Горелова

Школа МБОУ СОШ № 29 ОВЗ 12 ЛЕТ И СТ Отд./корп. Дата 13.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2/6	Омлет запеченный или паровой	200	53,94	282	19	21	3
		2/13	Бутерброд с сыром	40	18,19	111	6	5	9
	гор. напиток	29/10	Чай с лимоном	200	3,07	39	0	0	10
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	30	1,37	67	2	0	14
	фрукты	-	Фрукты	150	20,95	73	1	1	17
		-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
					98,60				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	100	9,67	136	1	6	21
	1 блюдо	22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	12,65	106	2	4	16
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	250	82,00	410	23	24	26
	гарнир								
	напиток	18/10	Кисель из ягод	200	15,63	106	0	0	27
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный	25	1,14	56	2	0	12
	хлеб черн.	-	Хлеб ржаной	25	1,08	48	2	0	10
		-	Печенье детское (конд.изд)	40	6,83	168	3	4	31
				129,00					
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор. блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Технолог