

МБОУ НОШ с. Екатеринославка

«Утверждаю»

Директор

О.В.Макаренко

1.03.22

«___» _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	294	Кашиа рисовая	150	12,12	144,5			
	584	Соус томатный	50	9,28	44			
	484	Пшеница отварн	80	40,51	145			
	639	Каша пшениц. из сух. зерн.	200	4,66	124			
		Хлеб	50	5,30	59,4			
		Корбаса порч.	20	10,20	48			
					80,04	693,90		
Обед	120	Свекольник	250	32,71	121			
	436	картофельное пюре	250	59,03	184,5			
	43	Салат из капусты	50	8,58	88			
	405	Каша пшениц. из перловки	200	4,30	94			
		Хлеб	35	2,36	59,4			
					109,98	549,9		
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Юркова Ю.А.Юркова

Повар _____ Е.М.Бережных

МБОУ НОШ с. Екатеринославка

«Утверждаю»

Директор

_____ О.В.Макаренко

2.02.22

«_____» _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	332	Ромеки отварные	150	10,74	244,5			
	424	Поджарка	65	52,79	120			
	686	Чай с лимон.	200	4,78	60			
		Хлеб	50	3,47	59,4			
		Масло слив.	10	4,85	47			
					<u>49,66</u>	<u>560,9</u>		
Обед	136	Суп со свад. перцем	250	44,48	99			
	297	Каша рисов.	150	8,66	244,5			
	437	Гуаша	60	51,99	132			
	685	Чай с сахар.	200	2,15	58			
		Хлеб	40	2,75	59,4			
					<u>110,03</u>	<u>592,9</u>		
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.Юркова

Повар _____ Е.М.Бережных

3.03.22

« _____ » _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	294	Каша гречнев.	150	10,88	303			
	584	Соус томатный	50	6,64	44			
	451	Компота вишневая	100	46,06	130			
	686	Чай с вареньем	200	4,91	60			
		Хлеб	55	3,67	59,4			
		Масло слив.	10	4,85	77			
					80,01	673,4		
Обед	137	Суп с овощами фрикада	250	59,09	194			
	534	Капусты тушен. с кур.	200	43,12	194			
	639	Котлет из с/ф	200	5,15	124			
		Хлеб	40	2,175	59,4			
					110,06	571,4		
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.Юркова

Повар Е.М.Бережных

4.03.22г.

« _____ » _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	332	Ротелек отварн.	150	4,05	244,5			
	430	Печенье карен. с аюкой	90	45,90	289			
	337	Джедо отварн.	1	10,00	63			
	639	Кованот из сурф.	200	5,76	124			
		Хлеб	55	3,64	59,4			
		масло слив.	10	4,85	47			
				<u>80,23</u>	<u>856,90</u>			
Обед	132	Рассоветек печенье градек.	250	32,30	135			
	330	Пюре гороховое	150	4,43	253			
	424	Поджарка	100	61,28	156			
	686	Чай с лимонкой	200	5,92	60			
		Хлеб	40	2,45	59,4			
				<u>109,98</u>	<u>663,4</u>			
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Юркова Ю.А.Юркова

Повар _____ Е.М.Бережных

5.03.22

« _____ » _____ 20 г.

Приём пищи	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	357	Вареники с творог. и мясн.	100	54,90	207			
	337	Яблоко отварн.	1	10,00	63			
	405	Напиток из шип.	200	4,96	94			
		Хлеб	55	3,67	59,4			
					49,53	483,4		
Обед	139	Суп с зеленым горошком	250	26,59	167			
	297	Каша рисовая	150	8,16	244,5			
	374	Рис с овощами	150	20,56	112			
	685	Чай с сахар.	200	2,15	58			
		Хлеб	35	2,54	59,4			
				110,00	640,90			
		Итого						
		Полная стоимость						

Калькулятор Ю.А.ЮрковаПовар Е.М.Бережных