|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 20.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Вареники отварные с картофелем/ пельмени | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Плов из мяса птицы | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 20.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Вареники отварные с картофелем/ пельмени | 150 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Плов из мяса птицы | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | | | | | Отд./корп | |  | |  | |  | | День | | 21.12.2021 | |
|  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Приём пищи | Раздел | | № рецепта | | Блюдо | | | Выход, г | | Цена | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | |  | | макароны отварные | | | 150 | |  | | 165,4 | | 4,4 | | 3,3 | | 27,3 | |
|  | |  | | тефтели мясные в соусе | | | 100 | |  | | 201,5 | | 9,6 | | 8,4 | | 2,7 | |
|  | |  | | хлеб | | | 30 | |  | | 67,1 | | 2,49 | | 0,39 | | 14,43 | |
| Завтрак |  | |  | | рагу с мясом птицы | | | 200 | |  | | 348 | | 16,9 | | 19,1 | | 27,9 | |
|  | |  | | хлеб | | | 30 | |  | | 67,1 | | 2,49 | | 0,39 | | 14,43 | |
| йогурт | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|
| Школа | | **МБОУСОШ 14** | | | | | Отд./корп | |  | |  | |  | | День | | 21.12.2021 | |
|  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Приём пищи | | Раздел | | № рецепта | | Блюдо | Выход, г | | Цена | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
| Завтрак | | гор.блюдо | |  | | макароны отварные | 200 | |  | | 165,4 | | 4,4 | | 3,3 | | 27,3 | |
|  | |  | | тефтели мясные в соусе | 100 | |  | | 201,5 | | 9,6 | | 8,4 | | 2,7 | |
|  | |  | | хлеб | 30 | |  | | 67,1 | | 2,49 | | 0,39 | | 14,43 | |
| Завтрак | |  | |  | | рагу с мясом птицы | 200 | |  | | 348 | | 16,9 | | 19,1 | | 27,9 | |
|  | |  | | хлеб | 30 | |  | | 67,1 | | 2,49 | | 0,39 | | 14,43 | |
|  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 22.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | каша гречневая | 150 |  | 147,45 | 1,4 | 2,55 | 27,6 |
|  |  | фрикаделька мясная в соусе | 100 |  | 201,5 | 9,6 | 8,4 | 2,7 |
| Завтрак |  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  | пельмени мясные | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 22.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | каша гречневая | 200 |  | 147,45 | 1,4 | 2,55 | 27,6 |
|  |  | фрикаделька мясная в соусе | 100 |  | 201,5 | 9,6 | 8,4 | 2,7 |
| Завтрак |  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  | пельмени мясные | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 23.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Рагу | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | каша гречневая | 200 |  | 196,6 | 1,9 | 3,4 | 36,8 |
|  |  | котлета мясная в соусе | 100 |  | 201,5 | 9,6 | 8,4 | 2,7 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 23.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Рагу | 150 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | каша гречневая | 200 |  | 196,6 | 1,9 | 3,4 | 36,8 |
| йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | котлета мясная в соусе | 100 |  | 201,5 | 9,6 | 8,4 | 2,7 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 24.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Вареники отварные с картофелем/ пельмени | 150 |  | 268,5 | 13,5 | 9,25 | 34,9 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Плов из мяса птицы | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 24.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Вареники отварные с картофелем/ пельмени | 200 |  | 268,5 | 13,5 | 9,25 | 34,9 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Плов из мяса птицы | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 27.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Вареники отварные с картофелем | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Плов из отварной птицы | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 27.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Вареники отварные с картофелем | 150 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Плов из отварной птицы | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 28.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | макароны отварные | 180 |  | 198,5 | 5,24 | 4,1 | 32,8 |
|  |  | тефтели мясные в соусе | 100 |  | 201,5 | 9,6 | 8,4 | 2,7 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | рагу с мясом птицы | 200 |  | 348 | 16,9 | 19,1 | 27,9 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 28.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | макароны отварные | 150 |  | 198,5 | 5,24 | 4,1 | 32,8 |
|  |  | тефтели мясные в соусе | 100 |  | 201,5 | 9,6 | 8,4 | 2,7 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | рагу с мясом птицы | 200 |  | 348 | 16,9 | 19,1 | 27,9 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 29.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Плов со свининой | 200 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Вареники отварные с картофелем | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_директор МБОУСОШ № 14 В.Н.Осипенко | | | | | | | | | |
|
| Школа | **МБОУСОШ 14** | | | Отд./корп |  |  |  | День | 29.12.2021 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо |  | Плов со свининой | 150 |  | 374 | 15,1 | 15,8 | 37,4 |
| хлеб |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
| Завтрак |  |  | Вареники отварные с картофелем | 200 |  | 358 | 18 | 12,7 | 46,4 |
|  |  | хлеб | 30 |  | 67,1 | 2,49 | 0,39 | 14,43 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | йогурт |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |