



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №6

Е.С. Корзан



Утверждаю директор

ООО "Социальное питание"

М.Б. Некрасова

31.03.2025 понедельник

5-11 кл диабет (завтрак, обед) 268,75 р

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
10,23	Бутерброд горячий с сыром и ржаным хлебом	60	9,2	12	13,33	198,7
850,02	Каша овсяная Геркулес молочная со сливочным маслом без сахара	250	7,52	10	25,27	229,3
686,01	Чай с лимоном без сахара	200	0,06		0,19	
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	25	1,65		8,35	43,5
14539,43	Мандарин	150	1,2		11,25	52,5
Итого за Завтрак		685	19,63	22	58,39	524
Обед						
8,7	Салат из помидоров, огурцов с растительным маслом	100	1,01	4	3,26	57,4
1018,06	Суп с крупой пшеничной "Волна"	250	4,1	7	18,43	153,7
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
1294	котлета рубленая из филе кур	100	17,96	10	10,08	227,5
959	Рагу из овощей	180	3,85	8	25,46	188,7
11,25	Отвар из шиповника	200				
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,3	1	16,7	87
Итого за Обед		890	33,22	33	73,93	749,5
Итого за день		1575	52,85	55	132,32	1273,5

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №6
Е.С. Корзан



Утверждаю директор
ООО "Социальное питание"
М.Б. Некрасова

01.04.2025 среда

5-11 кл диабет (завтрак, обед) 268,75 р

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
5,1	Запеканка творожная без сахара	210	34,85	22	14,33	397,1
5,8	Сметана	30	0,75	6	1,02	61,1
686,01	Чай с лимоном (без сахара)	200	0,06		0,19	
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,3	1	16,7	87
810,09	Бутерброд с сыром с ржаным хлебом	60	6,72	5	24,67	168
Итого за Завтрак		550	45,68	34	56,91	713,2
Обед						
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем смаслом растительным	100	0,09	1	0,22	7,2
1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
1051	Бефстроганов из говядины	100	12,62	12	5,46	282
845,07	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	190	5,89	5	26,58	171
917,04	Компот из ягод (вишня) без сахара	200	0,2		1,46	8,8
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,3	1	16,7	87
Итого за Обед		900	27,74	28	69,19	739,9
Итого за день		1450	73,42	62	126,1	1453,1



Директор МБОУ СОШ №6
Е.С. Корзан



Утверждаю директор
ООО "Социальное питание"
М.Б. Некрасова

02.04.2025 вторник

5-11 кл диабет (завтрак, обед) 268,75 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
889	Птица запеченная со сметаной	100	16,18	25	0,15	286
959	Рагу из овощей	170	3,64	8	24,05	178,2
854,07	Чай с шиповником без сахара	200			11,18	44,7
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,64		13,36	69,6
976	Яблоко свежее	150	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		660	23,06	34	63,44	649
Обед						
25	Салат Степной	100	1,4		7,3	37,2
1021,06	Борщ с капустой и картофелем	250	3,79	7	17,34	147,5
1 053	Мясо говядины отварное	10	3	3		35,2
375	Рыба "Лакомка"	100	8,83	10	3,96	143
845,07	Каша гречневая вязкая с маслом	180	5,58	4	25,18	162
11,27	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,81		12,26	51,9
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,64		13,36	69,6
Итого за Обед		880	26,05	24	79,4	646,4
Итого за день		1540	49,11	58	142,84	1295,4



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №6
Е.С. Горзан



утверждаю директор
ООО "Социальное питание"
М.Б. Некрасова

03.04.2025 четверг

5-11 кл диабет (завтрак, обед) 268,75 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 162,01	Плов перловый с говядиной	200	19,54	29	40,63	499,1
10,18	Чай без сахара	200				
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,64		13,36	69,6
976	Яблоки свежие	0,48	0,72		11,76	56,4
Итого за Завтрак		530	22,9	29	69,53	641,6
Обед						
75	Салат Рыжик	100	6,18	13	4,28	159,9
157,05	Солянка домашняя со сметаной	250	4,05	6	6,33	108,5
515,05	Шашлык из курицы с маслом растительным	100	23,16	50	1,43	474
7,17	Пюре из овощей	180	1,98	13	8,28	160,2
478,01	Морс ягодный смородина без сахара	200	0,45		3,95	21
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,64		13,36	69,6
Итого за Обед		870	39,48	83	41,72	1020,3
Итого за день		1460	62,38	112	111,25	1661,9



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №6
Е.С. Корзан



Утверждаю директор
ООО "Социальное питание"
М.Б. Некрасова

04.04.2025 пятница

5-11 кл диабет (завтрак, обед) 268,75 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
5,34	Сыр российский порционно	10	2,3	3		36
1027,27	Котлеты из говядины с овощами	100	20,6	18	2	255
1001	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	150	5,04	5	32,73	198,9
10,19	Чай с молоком без сахара	200	1,45	2	2,35	29,6
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	40	2,64		13,36	69,6
14539,43	Мандарин	120	0,96		9	42
Итого за Завтрак		620	32,99	28	59,44	631,1
Обед						
14538,46	Рубленые яйца с маслом и луком	60	5,88	9	1,08	107,4
1033,02	Свекольник со сметаной без сахара	250	2,89	4	19,98	129,1
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	2,29	2	0,09	23,6
2,07	Бигус	280	25,2	19	7,28	298,2
932,02	Компот из кураги без сахара	200	1,04		10,2	46,4
1628	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,3	1	16,7	87
Итого за Обед		850	40,6	35	55,33	691,7
Итого за день		1470	73,59	63	114,77	1322,8

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №2

на 31 марта 2025 г.



Утверждаю,
Директор
МБОУ СОШ №2
И.Б. Некрасова

Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г
Урай ШУ 5-11 кл завтрак 107,5 руб РП						
8.99	7.50	44.74	303.25	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250
0.06	0.01	15.16	59.85	686	Чай с лимоном	200
6.04	9.45	49.48	315.20	769	Булочка домашняя	80
12.00	3.00	112.50	570.00	975	Мандарины	150
27.09	19.96	221.88	1 248.30			
Урай ШУ 5-11 кл комплекс 268,75 руб						
Завтрак						
8.99	7.50	44.74	303.25	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250
0.06	0.01	15.16	59.85	686	Чай с лимоном	200
6.04	9.45	49.48	315.20	769	Булочка домашняя	80
12.00	3.00	112.50	570.00	975	Мандарины	150
Обед						
1.37	15.19	7.23	175.43	818.05	Салат из отварной моркови с яблоками, Нежный	100
7.10	10.00	16.43	188.90	1018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной и мясом говядины	260
17.96	9.52	10.08	227.49	1294	Котлета рубленая из филе кур	100
0.12	0.66	1.16	11.12	1126	Соус томатный	20
7.77	3.60	46.45	255.29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0.68	0.28	25.63	120.64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2.03	0.25	12.20	60.50	694.01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2.13	0.83	10.63	64.75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
66.25	59.90	353.68	2 352.43			



Утверждаю,
Директор
"Социальное питание"
М.Б. Некрасова

на 1 апреля 2025г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г
Урай ШУ 5-11кл завтрак 107,5 руб РП						
25,41	15,00	28,40	421,30	1073	Пудинг творожно-манный с молоком сгущенным 170/30	200
0,03	0,01	3,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
3,21	1,35	16,05	82,20	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
0,60	0,60	14,70	70,50	976,01	Яблоки свежие	150
16,21	11,63	72,19	473,25			
Урай ШУ 5-11 кл комплекс 268,75 руб						
Завтрак						
25,41	15,00	28,40	421,30	1073	Пудинг творожно-манный с молоком сгущенным 170/30	200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
3,21	1,35	16,05	82,20	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
0,60	0,60	14,70	70,50	976,01	Яблоки свежие	150
Обед						
2,68	5,00	4,50	124,22	511	Капуста брокколи отварная.	100
4,91	8,00	9,20	172,30	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом говядины	260
16,32	16,00	3,84	183,60	437	Гуляш из мяса говядины	100
9,06	12,36	47,82	289,00	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
52,48	53,69	179,42	1 446,00			



Утверждаю,
Директор
ОГБУ "Социальное питание"
М.Б. Некрасова

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Урай ШУ 5-11кл завтрак 107,5 руб РП						
15,29	19,20	25,74	343,98	637	Азу из говядины с картофелем	
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	250
3,21	1,35	16,05	82,20	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	200
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	50
21,05	21,54	72,34	567,72			50
Урай ШУ 5-11 кл комплекс 268,75 руб						
Завтрак						
15,29	19,20	25,74	343,98	637	Азу из говядины с картофелем	
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	250
3,21	1,35	16,05	82,20	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	200
2,55	0,99	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	50
						50
Обед						
1,40	0,18	7,30	37,17	25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	100
6,79	10,00	17,34	182,70	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	
16,01	5,43	6,28	143,38	1127	Котлета рыбная любительская	260
3,66	3,60	30,01	264,60	512	Рис припущенный	100
2,30	0,60	137,45	578,25	928	Компот из смеси сухофруктов	180
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
55,36	42,42	293,56	1 899,03			25



Утверждаю,
Директор
ное питание"
Б. Некрасова

Белки, г

Бекки, г	Жиры, г	Гликоды, г	ЗЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г
Урай ШУ 5-11кл завтрак 107,5 руб РП						
24,43	27,50	50,78	373,92	444	Плов с мясом (говядина)	
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	250
3,21	1,35	16,05	82,20	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	200
14,43	12,27	58,13	370,67	1444	Сырная палочка	30
42,12	41,12	140,12	886,63			80
Урай ШУ 5-11 кл комплекс 268,75 руб						
Завтрак						
24,43	27,50	50,78	373,92	444	Плов с мясом (говядина)	
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	250
3,21	1,35	16,05	82,20	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	200
14,43	12,27	58,13	370,67	1444	Сырная палочка	30
Обед						
1,10	15,07	5,53	162,69	999	Салат Бурячок	
5,73	13,33	9,54	184,43	157	Солянка домашняя со сметаной	100
16,96	14,67	13,72	254,80	1085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	250
0,21	1,52	2,25	23,59	901	Соус красный основной	100
7,77	3,60	46,45	255,29	516	Макаронные изделия отварные с маслом	30
2,98	0,25	21,29	99,30	1242	Морс ягодный	180
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
81,02	90,64	261,72	1 991,97			25



Утверждаю,
Директор
МБОУ СОШ № 9
М.Б. Некрасова

на 4 апреля 2025 г.

Белки, г	Жиры, г	Глиеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г
Урай ШУ 1-4 кл завтрак 107,5 руб						
15,45	25,00	34,04	414,40	1027	Макаронные изделия отварные с маслом, биточек "Уральский" мясо-капустный	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	82,20	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
2,12	0,82	12,12	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
40,91	53,45	285,45	2 220,00	1141	Печенье детское (конд изд)	60
62,14	79,48	365,86	2 859,23			
Урай ШУ 1-4 кл обед 161,25 руб						
0,70	6,08	9,46	89,33	14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	60
4,59	5,00	19,01	132,90	1033	Свекольник со сметаной и мясом кур	210
16,53	30,37	28,43	453,64	893,01	Жаркое по-домашнему	250
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
26,75	42,51	102,33	902,08			
Урай ШУ 1-4 кл комплекс 268,75 руб						
Завтрак						
15,45	25,00	34,04	414,40	1027	Макаронные изделия отварные с маслом, биточек "Уральский" мясо-капустный	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	82,20	897	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
2,12	0,82	12,12	64,75	1148	Хлеб ржаной витаминизированный	25
40,91	53,45	285,45	2 220,00	1141	Печенье детское (конд изд)	60
Обед						
0,70	6,08	9,46	89,33	14519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	60
4,59	5,00	19,01	132,90	1033	Свекольник со сметаной и мясом кур	210
16,53	30,37	28,43	453,64	893,01	Жаркое по-домашнему	250
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный витаминизированный	25
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной витаминизированный	25
88,89	121,98	488,20	3 781,31			