

Согласовано:

Директор МБУ ДО ПМО СО ОО "Комбинат общественного питания"

"СОШ №8"

Утверждаю директор

О.Ю.Козырева

30.03.2026 (понедельник)

О.С.Петрова

**ДДД на базе МАОУ ПМО СО "СОШ № 8" 350 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	190	8,21	9	41,73	278,7
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>13,44</b>	<b>19</b>	<b>96,63</b>	<b>642,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	40	0,6	2	3,65	35,6
1 039	Суп с вермишелью	250	4,42	5	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины	100	11,17	24	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>33,61</b>	<b>40</b>	<b>136,66</b>	<b>969,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>47,05</b>	<b>59</b>	<b>233,29</b>	<b>1 612</b>

Согласовано:

Директор МБУ ДО ПМО СО ОО "Комбинат

"СОШ №8"

О.С. Петрова



Утверждаю директор

Естественного питания"

Ю.Козырева



31.03.2026 (вторник)

**МДЦ на базе MAOU PMO SO "СОШ № 8" 350 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	210	12,07	10	48,47	334,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>17,49</b>	<b>12</b>	<b>110,81</b>	<b>582,9</b>
<b>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	20	0,24	3	1,48	19,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 744	Тефтели мясные	80	9,6	8		129,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>23,53</b>	<b>28</b>	<b>109,61</b>	<b>790,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 285</b>	<b>41,02</b>	<b>40</b>	<b>220,42</b>	<b>1 373,4</b>



Согласовано:

Директор МБУ ДО ПМО СОООО "Комбинат

Утверждаю директор

"СОШ №8"

общественного питания"  
Ю.Ю.Козырева

О.С.Петрова

01.04.2026(среда)

**ЛДЦД на базе МАОУ ПМО СО "СОШ № 8" 350 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 669	Плюшка Московская	80	0,67		4,65	25,8
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	190	1,15	2	5,42	41,9
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>5,03</b>	<b>3</b>	<b>46,03</b>	<b>212,8</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		0,56	3
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	141,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 308,17	Биточек куриный.	90	15,07	17	7,2	175,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
600	Соус сметанный	20	0,12	4	1,16	11,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>840</b>	<b>38,32</b>	<b>32</b>	<b>145,1</b>	<b>937,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 340</b>	<b>43,35</b>	<b>35</b>	<b>191,13</b>	<b>1 150,6</b>

Согласовано:

Директор МБУДО ПМО СО ОО "Комбинат общественного питания"  
"СОШ №8"

Утверждаю директор

общественного питания"

О.Ю.Козырева

О.С.Петрова

02.04.2026(четверг)

**ЛДНД на базе MAOY ПМО CO "COШ № 8" 350 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	190	11,97	2	73,9	393,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>460</b>	<b>20,82</b>	<b>8</b>	<b>127,76</b>	<b>657,1</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 112	Винегрет овощной	40	0,62	4	3,39	52,3
1 175	Рассольник домашний со сметаной	250	2,27	6	13,85	120,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,7
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>32,52</b>	<b>23</b>	<b>105,93</b>	<b>769,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 285</b>	<b>53,34</b>	<b>31</b>	<b>233,69</b>	<b>1 426,2</b>



Согласовано: Директор МБУ ДО ПМО СОООО "Комбинат общественного питания" "СОШ №8" О.С. Петрова

Утверждаю директор Ю.Козырева



03.04.2026(пятница)

**ЛДНД на базе МАОУ ПМО СО "СОШ № 8" 350 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 141,09	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	190	6,84	6	29,81	228
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>15,91</b>	<b>14</b>	<b>104,8</b>	<b>645,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 006	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свиной	220	17,71	41	53,66	562,6
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>785</b>	<b>28,35</b>	<b>50</b>	<b>134,32</b>	<b>1 012,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 265</b>	<b>44,26</b>	<b>64</b>	<b>239,12</b>	<b>1 658,3</b>