

Согласовано

Директор МАОУ "Гимназия № 41"
А.В.ВеликовДиректор ООО "Социальное питание"
М.Б.Текрасова

**Примерное двухнедельное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд для организации питания
обучающихся 1-4 классов категории 7-11 лет**

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК								
	Омлет запеченный или паровой	200	13	12	3,8	305,3	891	79,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	10,00
	Печенье детское	60	4,1	6	44,64	244,2	1 141,09	20,00
Итого за Завтрак		500	19,16	19	80,26	713,7		116,00
Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
	Омлет запеченный или паровой	200	13	12	3,8	305,3	891	79,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	10,00
	Печенье детское	60	4,1	6	44,64	244,2	1 141,09	20,00
Итого за Завтрак		500	19,16	19	80,26	713,7		116,00
Обед								
	Суп с вермишелью	250	5,42	2,8	17,43	100,8	1 039	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Плов со свиной	200	12,76	17	44,8	368	1 018	82,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928	20,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	107,6	1 148	5,00
Итого за Обед		700	24,24	23,8	105,99	713,3		150,00
Обед за родительскую плату								
	Суп с вермишелью	250	5,42	2,8	17,43	100,8	1 039	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Плов со свиной	200	12,76	17	44,8	368	1 018	82,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928	20,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	107,6	1 148	5,00
Итого за Обед		700	24,24	23,8	105,99	713,3		150,00
Полдник								
Полдник за родительскую плату								
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	15,00
	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106	914	30,00
Итого за Полдник		300	14,27	14	65,5	448,6		45,00
Ужин								
Дополнительное горячее питание УЖИН								
	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13	43,00
	Макаронные изделия отварные (масло сливочное)	150	6,21	3	37,16	199,1	6,57	20,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
Итого за Ужин		510	25,42	17	83,9	580,9		83,00
Итого за день		2 010	87,65	84	325,65	2456,5		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	76,00
	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4	512	20,00
	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Завтрак		500	16,84	17	72,57	502,9		116,00
Итого за Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	76,00
	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4	512	20,00
	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Завтрак		500	16,84	17	72,57	502,9		116,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	250	4,65	9	12,54	103,6	1 021,15	43,00
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	42,74	260	893,01	79,00
	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1	930	20,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
Итого за Обед		715	24,4	24	12,13	64,8	1 147	3,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	250	4,65	9	12,54	103,6	1 021,15	43,00
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	42,74	260	893,01	79,00
	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1	930	20,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
Итого за Обед		715	24,4	24	12,13	64,8	1 147	3,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	15,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	30,00
Итого за Полдник		275	5,89	13	78,49	461,1		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Полтавская	90	14,77	19	0,16	164,6	1 308,04	53,00
	Каша гречневая вязкая	150	6,53	6	27,95	170,8	845,03	15,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	10,00
Итого за Ужин		480	25,64	27	64,67	508,9	897	5,00
Итого за день		1 935	64,71	76	296,36	2060,8		83,00

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Неделя: 1			День: среда		№ рецептуры	Цена, руб.
			Пищевые вещества			Энергетическая			
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак									
Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК									
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	8	29,33	215,9	883		
	Сырники	60	8,2	8	9,15	90,4	1 066,01	35,00	
	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2	902	59,00	
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	10,00	
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	5,00	
Итого за Завтрак		510	17,01	19	76,53	512,5		7,00	
Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ									
	Каша пшеничная молочная жидкая с сырниками	200	5,73	8	29,33	215,9	883	35,00	
	Молоко сгущенное	60	8,2	8	9,15	90,4	1 066,01	59,00	
	Чай с сахаром	20	1,58	2	9,55	64,2	902	10,00	
	Батон	200			16	63,8	1 188	5,00	
Итого за Завтрак		30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00	
Обед		510	17,01	19	76,53	512,5		116,00	
Обед за родительскую плату									
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,27	5	14,95	116,9	1 030	43,00	
	Котлета Деревенская	90	9,69	12	8,5	199,9	1 027,13	61,00	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	20,00	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		18,2	66	705	20,00	
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00	
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00	
Итого за Обед		740	25,58	24	114,6	792,7		150,00	
Обед за родительскую плату									
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,27	5	14,95	116,9	1 030	43,00	
	Котлета Деревенская	90	9,69	12	8,5	199,9	1 027,13	61,00	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	20,00	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		18,2	66	705	20,00	
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00	
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00	
Итого за Обед		740	25,58	24	114,6	792,7		150,00	
Полдник за родительскую плату									
	Слойка с яблоком	90	98,98	180	990,09	226,4	806,16	30,00	
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	15,00	
Итого за Полдник		290	100,34	181	1006,09	314,5		45,00	
Дополнительное горячее питание УЖИН									
	Тефтели рыбные	100	12,49	6	13,14	155,8	1 107,01	52,00	
	Рис припущенный с овощами	150	3,54	8	34,05	225,9	990	15,00	
	Чай с лимоном	180	0,08		13,64	71,8	483	10,00	
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00	
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00	
Итого за Ужин		480	20,92	16	86,34	591,8		83,00	
Итого за день		1 980	170,63	234	1298,13	2270,2			

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	7	16,82	198,2	1 284	45,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	9	18,8	162,7	810	25,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Фрукты свежие	100	0,4		19,8	47	976,04	36,00
Итого за Завтрак		540	15,49	16	70,58	487,7		116,00
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	7	16,82	198,2	1 284	45,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	9	18,8	162,7	810	25,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Бананы	150	1,35		19,8	86,4	1 891	36,00
Итого за Завтрак		540	15,49	16	70,58	487,7		116,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, мясом	250	4,21	9,0	9,14	167,7	124	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3,0	4	35,2	1 053,02	20,00
	Котлета рыбная Дружба	90	11,8	8,0	25,46	109,7	830,01	56,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5,0	22,03	147	995	30,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912	15,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,0	13,38	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1,0	12,13	67,3	1 148	3,00
Итого за Обед		750	26,55	27	110,02	697		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4,21	9,0	9,14	167,7	124	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3,0	4	35,2	1 053,02	20,00
	Котлета рыбная Дружба	90	11,8	8,0	25,46	109,7	830,01	56,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5,0	22,03	147	995	30,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912	15,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,0	13,38	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1,0	12,13	67,3	1 148	3,00
Итого за Обед		750	26,55	27	110,02	697		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Ватрушка со сметаной	60	7	11	41,23	269,4	861	27,00
	Компот из свежих плодов	200	0,03		4,78	19,8	390	18,00
Итого за Полдник		260	7,03	11	46,01	289,2		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Рагу из птицы	200	17,93	9	19,3	245,1	1 071	58,00
	Напиток лимонный	200	0,03		3,89	18,6	699	15,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
Итого за Ужин		480	25,64	12	63,99	484,9		83,00
Итого за день		2 080	71,21	55	275,08	2018,3		

Неделя: 1

День: пятница

(лист 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,9	9	20,23	200,2	1 013	
	Кекс ванильный с изюмом	60	6,21	6	30,16	259,5	450,19	51,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	50,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	5,00
Итого за Завтрак		500	16,11	16	83,05	627,8		10,00
Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
Итого за Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с	200	7,9	9	20,23	200,2	1 013	51,00
	Кекс ванильный с изюмом	60	6,21	6	30,16	259,5	450,19	50,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	50,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	5,00
	Итого за Завтрак		500	16,11	16	83,05	627,8	
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	18,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	5,00
	Фрикасе из мяса птицы с соусом	90	9,6	5	2,98	119	1 023	66,00
	Рис припущенный с овощами	150	2,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00
	Итого за Обед		760	26,59	24	108,89	795,4	
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	18,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	5,00
	Фрикасе из мяса птицы с соусом	90	9,6	5	2,98	119	1 023	66,00
	Рис припущенный с овощами	150	2,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00
	Итого за Обед		760	26,59	24	108,89	795,4	
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Слойка с клубничкой	90	7,52	7	255,71	173,9	1 871	30,00
	Напиток лимонный	200	0,03		3,89	18,6	699	15,00
Итого за Полдник		290	7,55	7	259,6	192,5		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Полтавская	90	14,77	19	0,16	164,6	1 308,04	48,00
	Картофель отварной	150	3,54	8	34,05	225,9	990	25,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00
Итого за Ужин		480	22,59	29	66,58	564		83,00
Итого за день		2 030	79,84	76	522,12	2 179,7		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	26	159,4	1 139	49,00
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	35,00
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8	349,01	12,00
Итого за Завтрак		555	18,96	16	78,54	535,6		116,00
Итого за Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная	150	9	7	26	159,4	1 139	49,00
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	35,00
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8	349,01	12,00
Итого за Завтрак		555	18,96	16	78,54	535,6		116,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,69	2	20,78	138,4	1 017	43,00
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	28,5	199,9	1 027,13	67,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516	20,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00
	Хлеб ржаной	40	2,13	1	19,4	107,6	1 148	5,00
Итого за Обед		730	27	19	123,61	734,8		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,69	2	20,78	138,4	1 017	43,00
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	28,5	199,9	1 027,13	67,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516	20,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00
	Хлеб ржаной	40	2,13	1	19,4	107,6	1 148	5,00
Итого за Обед		730	27	19	123,61	734,8		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Ватрушка с повидлом	75	4,79	3	50,35	247	938	25,00
	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120	920	20,00
Итого за Полдник		275	10,59	9	59,75	367		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Свекла отварная с маслом	100	1,48	8	10,32	115,9	20	15,00
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	22,74	260	893,01	58,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин		540	18,98	22	70,46	553,3		83,00
Итого за день		2 090	80,09	69	328,4	2271,3		83,00

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	8	7	21,51	221,4	850	51,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Блинчик с вишней	90	6,88	11	32,1	254	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	5,00
Итого за Завтрак		520	16,38	19	82,11	617,4		116,00
Итого за Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	8	7	21,51	221,4	850	51,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Блинчик с вишней	90	6,88	11	32,1	254	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	5,00
Итого за Завтрак		520	16,38	19	82,11	617,4		116,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Рассольник домашний со сметаной	250	1,82	12,5	11,08	96,7	1 175	43,00
	Плов с мясом птицы	200	18,58	11	38,73	309,5	1 020	83,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	18,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00
Итого за Обед		700	24,78	24,5	100,87	641,6		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Рассольник домашний со сметаной	250	1,82	12,5	11,08	96,7	1 175	43,00
	Плов с мясом птицы	200	18,58	11	38,73	309,5	1 020	83,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	18,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00
Итого за Обед		700	24,78	24,5	100,87	641,6		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	35,00
	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	112	1 441	10,00
Итого за Полдник		260	6,71	6	58,3	371,5		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7	1 308,02	45,00
	Капуста тушеная	150	3,95	5	18,7	139,6	999	15,00
	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	112	1 441	15,00
	Хлеб пшеничный	35	3,75	2	18,73	99,4	897	4,00
Итого за Ужин		510	27,92	26	88,55	636,9		4,00
Итого за день		1 940	67,79	68	331,83	2267,4		83,00

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	14,37	14,9	36,61	342,9	334	66,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4	976,04	30,00
Итого за Завтрак		560	16,94	15,9	80,19	583,4		116,00
Итого за Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	14,37	14,9	36,61	342,9	334	66,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4	976,04	30,00
Итого за Завтрак		560	16,94	15,9	80,19	583,4		116,00
Обед	Обед							
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3	3	35,2	1 053,02	20,00
	Биточек куриный	90	13,74	15	8	191,7	1 308,02	45,00
	Булгур с овощами	150	1,52		29,77	2,3	1 000,05	36,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		18,2	66	705	20,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00
Итого за Обед		750	25,06	26	101,76	570,2		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3	3	35,2	1 053,02	20,00
	Биточек куриный	90	13,74	15	8	191,7	1 308,02	45,00
	Булгур с овощами	150	1,52		29,77	2,3	1 000,05	36,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		18,2	66	705	20,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00
Итого за Обед		750	25,06	26	101,76	570,2		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Слойка с яблоком	90	98,98	180	990,09	226,4	806,16	40,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00
Итого за Полдник		290	98,98	180	1001,06	286,3		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	42,00
	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5	512	18,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
	Напиток апельсиновый	200	0,14		20,24	82,3	925	18,00
Итого за Ужин		510	20,74	19	96,45	622,4		83,00
Итого за день		2 140	162,84	241	1249,4	2115,9		

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,3	6	22	162	883	34,00
	Запеканка из творога	120	11,05	9	16,58	176,4	1 559,04	60,00
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		530	19,22	19	81,4	576,7		116,00
Итого за Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,3	6	22	162	883	34,00
	Запеканка из творога	120	11,05	9	16,58	176,4	1 559,04	60,00
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		530	19,22	19	81,4	576,7		116,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,6	6	15	104,5	1 021	43,00
	Птица запеченная	90	19,75	16	21,44	259,9	1 237	56,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	23,64	224,7	518	25,00
	Компот из кураги	200	0,16		19,54	20,2	932	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00
Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00	
Итого за Обед		740	26,12	24	103,95	734,6		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,6	6	15	104,5	1 021	43,00
	Птица запеченная	90	19,75	16	21,44	259,9	1 237	56,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	23,64	224,7	518	25,00
	Компот из кураги	200	0,16		19,54	20,2	932	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00
Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00	
Итого за Обед		740	26,12	24	103,95	734,6		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	15,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	30,00
Итого за Полдник		300	8,47	9	79,9	437,6		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13	52,00
	Макаронные изделия отварные (масло сливочное)	150	6,21	3	37,16	199,1	6,57	20,00
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2	897	3,00
	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7	1 148	3,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин		500	26,66	17	92,26	628,7		83,00
Итого за день		2 030	87,47	69	298,98	2377,6		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Суфле Рыбка (минтай)	50	7,63	7	7,39	165,2	1 197	35,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	21,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	45,00
Итого за Завтрак		500	19,1	19	81,21	735,9		116,00
Итого за Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Суфле Рыбка (минтай)	50	7,63	7	7,39	165,2	1 197	35,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	21,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	45,00
Итого за Завтрак		500	19,1	19	81,21	735,9		116,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп-лапша на курином бульоне	250	4,48	6	15,3	137,6	1 015	43,00
	Гуляш из мяса свинины	90	8,06	13	3,25	212,7	437,06	63,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	20,00
	Компот из яблок и ягод	200	0,04		13,68	15,3	1 802	18,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00
Итого за Обед		740	26,71	27	106,36	788,5		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп-лапша на курином бульоне	250	4,48	6	15,3	137,6	1 015	43,00
	Гуляш из мяса свинины	90	8,06	13	3,25	212,7	437,06	63,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	20,00
	Компот из яблок и ягод	200	0,04		13,68	15,3	1 802	18,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00
Итого за Обед		740	26,71	27	106,36	788,5		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Пицца с курицей и консерв огурцами	100	12,62	11	26,8	393,5	14 506	40,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Полдник		300	12,62	11	42,8	457,3		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Полтавская	90	14,77	19	0,16	164,6	1 308,04	53,00
	Рагу из овощей	180	3,85	8	25,46	188,7	959	20,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин		510	22,9	29	63,02	530,7		83,00
Итого за день		2 075	84,33	98	283,39	2512,4		
Итого за период		20 310	956,56	1070	5209,34	22530,1		
Среднее значение за период		2 031	95,7	107	520,9	2253		

Составил _____ Смекалина Тать