

СОГЛАСОВАНО
 [Подпись]
 [Подпись]
 [Подпись]
 [Подпись]
 [Подпись]
 [Подпись]



Организацию бесплатного одноразового горячего питания на одного обучающегося, получающего начальное общее образование

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			руб	руб	Белки	Жиры	Углеводы		
День 1 (понедельник)									
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	220	32,5	5,83	5,94	31,57	202,95	77	
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	13,5	3,50	4,40	0,00	53,7	1	
	Яблоко	100	10	0,40	0,40	9,80	47	1	
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1	
	Чай с сахаром	200	10	0,20	0,00	6,50	26,8	189	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			70	13,09	11,14	67,19	424,45		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			70	13,09	11,14	67,19	424,45		
День 2 (вторник)									
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	31	12,71	18,00	3,30	225,5	100	
	Булочка обогащенная (масса 50 г)	50	15	4,39	1,63	22,05	120	445	
	Салат из квашеной капусты	60	10	1,03	3,00	5,08	51,42	47	
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1	
	Чай с лимоном и сахаром	200	10	0,30	0,00	6,70	27,9	190	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			70	21,59	23,03	56,45	518,82		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			70	21,59	23,03	56,45	518,82		
День 3 (среда)									
ЗАВТРАК	Котлета из курицы	80	25	15,36	3,42	10,78	134,82	136	

Салат из соленых огурцов с луком	60	13	0,50	3,02	1,10	33,6	21
Макароны отварные	150	13	5,40	4,90	32,81	196,8	78
Хлеб ржано-пшеничный	40	4	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	15	1,00	0,00	20,20	84,44	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	530	70	24,98	11,86	80,81	528,86	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	530	70	24,98	11,86	80,81	528,86	
День 4 (четверг)							
ЗАВТРАК Кнели из кур, бройлеров-цыплят с рисом	80	33	11,86	17,66	4,50	224	301
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	10	1,00	6,10	5,80	81,5	8
Картофельное пюре	150	18	3,20	5,21	19,80	139,4	88
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1
Чай с сахаром	200	5	0,20	0,00	6,50	26,8	189
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	530	70	19,42	29,37	55,92	565,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	530	70	19,42	29,37	55,92	565,7	
День 5 (пятница)							
ЗАВТРАК Курица тушенная с морковью	100	35	14,10	5,70	4,40	126,4	155
Салат из свежлы отварной	60	8	0,80	2,70	4,60	45,6	13
Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,30	6,30	36,00	233,7	81
Хлеб ржано-пшеничный	40	4	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Чай с лимоном и сахаром	200	10	0,30	0,00	6,70	27,9	190
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	70	26,22	15,22	67,62	512,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	70	26,22	15,22	67,62	512,8	
День 6 (понедельник)							
ЗАВТРАК Гуляш	80	33	11,64	13,43	2,31	176,8	260
Салат из квашеной капусты	60	10	1,03	3,00	5,08	51,42	47
Макароны отварные	150	13	5,40	4,90	32,81	196,8	78
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1
Компот из свежих яблок	200	10	0,16	0,14	9,92	41,5	263
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	530	70	21,39	21,87	69,44	560,52	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	530	70	21,39	21,87	69,44	560,52	
День 7 (вторник)							
ЗАВТРАК Рыба тушенная в томате с овощами (минтай)	85	28	11,65	6,32	5,35	125,07	124
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	10	1,00	6,10	5,80	81,5	8

Картофельное пюре	150	18	3,20	5,21	19,80	139,4	188
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701,1
Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81	232
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	535	70	19,51	18,03	70,07	520,97	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	535	70	19,51	18,03	70,07	520,97	
День 8 (среда)							
ЗАВТРА Запеканка из творога	140	46	27,72	9,98	20,26	281,12	106
Джем из абрикосов	20	5	0,10	0,00	14,32	57,68	Н
Яблоко	100	10	0,40	0,40	9,80	47	1
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701,1
Чай с сахаром	200	5	0,20	0,00	6,50	26,8	189
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	70	31,58	10,78	70,20	506,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	500	70	31,58	10,78	70,20	506,6	
День 9 (четверг)							
ЗАВТРА Котлета из курицы	80	25	15,36	3,42	10,78	134,82	136
Салат из соленых огурцов с луком	60	13	0,50	3,02	1,10	33,6	21
Каша перловая рассыпчатая	150	13	4,43	5,25	30,45	187,12	82
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701,1
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	15	1,00	0,00	20,20	84,44	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	530	70	24,45	12,09	81,85	533,98	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	530	70	24,45	12,09	81,85	533,98	
День 10 (пятница)							
ЗАВТРА Курица тушенная с морковью	100	35	14,10	5,70	4,40	126,4	155
Салат из свеклы отварной	60	8	0,80	2,70	4,60	45,6	13
Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,30	6,30	36,00	233,7	81
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701,1
Чай с лимоном и сахаром	200	10	0,30	0,00	6,70	27,9	190
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	70	26,66	15,10	71,02	527,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	70	26,66	15,10	71,02	527,6	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	5330		228,89	168,49	690,57	5200,3	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	533		22,89	16,85	69,06	520,03	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 323345818813549925348293945354967287176906039459

Владелец Гамов Алексей Алексеевич

Действителен с 09.11.2023 по 08.11.2024