

Согласовано
 30.08.2024г.
 №1

УТВЕРЖДАЮ
 Светлана Николаевна
 (ФИО)
 (дата)

Организация бесплатного одноразового горячего питания обучающихся получающих основное общее и среднее общее образование из числа многодетных семей имеющих 3-х и более несовершеннолетних детей

Возрастная категория: Ст. школьники

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			руб	Белки	Жиры	Углеводы			
День 1									
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	
	Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	2,72	0,52	15,92	79,2	575	
	Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81	232	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	74,97	16,11	11,66	96,41	557,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:									
		615		16,11	11,66	96,41	557,85		
День 2									
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	31	12,71	18,00	3,30	225,5	100	
	Булочка "Веснушка" (масса 50 г)	50	15	3,90	3,06	23,90	139	429	
	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	

Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	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	540	74,97	23,82	24,98	74,22	617,02	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	540	23,82	24,98	74,22	74,22	617,02	
День 3							
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
Макаронные 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
Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	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	570	74,97	28,14	12,26	100,13	622,86	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	570	28,14	12,26	100,13	100,13	622,86	
День 4							
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
Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Чай с сахаром	200	5	0,20	0,00	6,50	26,8	189
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	570	74,97	22,14	29,89	71,84	644,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	570	22,14	29,89	71,84	71,84	644,9	
День 5							
ЗАВТРАК							
Курица тушеная 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
Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	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	590	74,97	29,38	15,62	86,94	606,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	590		29,38	15,62	86,94	606,8	
День 6							
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
Макаронны 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
Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Компот из свежих яблок	200	10	0,16	0,14	9,92	41,5	263
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	570	74,97	24,11	22,39	85,36	639,72	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	570		24,11	22,39	85,36	639,72	
День 7							
ЗАВТРАК							
Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	28	10,97	5,94	5,03	117,71	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	88
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1
Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81	232
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	570	74,97	21,55	18,17	85,67	592,81	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	570		21,55	18,17	85,67	592,81	
День 8							
ЗАВТРАК							
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
Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	540	74,97	34,50	11,40	79,70	561,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	540		34,50	11,40	79,70	561,8	
День 9							

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 пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1
	Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	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	570	74,97	28,14	12,26	100,13	622,86	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	570		28,14	12,26	100,13	622,86	
	День 10							
ЗАВТРАК	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
	Хлеб обогащенный йодом	40	4,97	2,72	0,52	15,92	79,2	575
	Чай с лимоном	200	10	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590		29,20	15,64	93,94	634,76	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	590		29,20	15,64	93,94	634,76	
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	572,5		257,09	174,27	874,34	6101,38	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			25,71	17,43	87,43	610,14	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 323345818813549925348293945354967287176906039459

Владелец Гамов Алексей Алексеевич

Действителен с 09.11.2023 по 08.11.2024