



Организация бесплатного двухразового горячего питания обучающихся , получающих основное общее и среднее общее образование из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья или инвалидов

Возрастная категория: Ст. школьники

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			руб	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	
	Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81	232	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		575	70	13,39	11,14	80,49	478,65		
ОБЕД	Суп гороховый (на бульоне)	250	16	8,35	5,75	20,35	166,42	38	
	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	26,94	10,50	6,00	2,30	105,3	120	
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	10	1,00	6,10	5,80	81,5	8	
	Каша рассыпчатая	150	13	8,60	6,09	38,64	243,75	302	
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1	
		200	10	1,60	1,10	8,70	50,9	191	
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	79,94	33,21	25,44	95,11	741,87		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1355	149,94	46,60	36,58	175,60	1220,52		
День 2									
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	32,5	12,71	18,00	3,30	225,5	100	
	Булочка обогащенная (масса 50 г)	50	13,5	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	500	70	21,59	23,03	56,45	518,82	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной (на бульоне)	250	16	5,87	6,20	12,65	137,95	32
Плов	250	49,94	34,12	10,13	41,50	393,25	143
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 ОБЕД	740	79,94	43,65	16,73	93,27	706,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1240	149,94	65,24	39,76	149,72	1225,02	
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
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	15	1,00	0,00	20,20	84,44	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	530	70	25,42	11,74	84,21	543,66	
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями (на бульоне)	250	16	6,45	3,47	23,12	149,5	37
Рагу из курицы	300	45,94	31,35	10,50	26,40	326,1	152
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701,1
Хлеб ржано-пшеничный	40	4	2,72	0,52	15,92	79,2	575
Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,66	0,08	32,02	132,8	349
ИТОГО ЗА ОБЕД	830	79,94	44,34	14,97	116,78	781,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1360	149,94	69,76	26,71	200,99	1325,26	
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
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	
ОБЕД							
Суп гороховый (на бульоне)	250	16	8,35	5,75	20,35	166,42	38

Макароны отварные с сыром	150	34,94	7,90	6,80	28,60	207,71	80
Яйца вареные	50	15	6,35	5,75	0,35	78,75	209
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1
Чай с молоком и сахаром	200	10	1,60	1,10	8,70	50,9	191
ИТОГО ЗА ОБЕД	690	79,94	27,36	19,80	77,32	597,78	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1220	149,94	46,78	49,17	133,24	1163,48	
День 5							
ЗАВТРАК	Курица тушенная с морковью	100	35	14,10	5,70	4,40	126,4
	Салат из свеклы отварной	60	8	0,80	2,70	4,60	45,6
	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,30	6,30	36,00	233,7
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94
	Чай с лимоном и сахаром	200	10	0,30	0,00	6,70	27,9
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	70	26,66	15,10	71,02	527,6
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая) (на бульоне)	250	16	6,18	7,23	14,08	146,1
	Курица отварная	65	26,94	20,88	1,55	0,73	100,59
	Салат из белокочанной капусты	60	10	1,60	6,10	6,20	85,7
	Макароны отварные	150	13	5,40	4,90	32,81	196,8
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94
	Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	79,94	37,72	20,18	92,94	704,19
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1315	149,94	64,38	35,28	163,96	1231,79
День 6							
ЗАВТРАК	Гуляш	80	33	11,64	13,43	2,31	176,8
	Салат из квашеной капусты	60	10	1,03	3,00	5,08	51,42
	Макароны отварные	150	13	5,40	4,90	32,81	196,8
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94
	Компот из свежих яблок	200	10	0,16	0,14	9,92	41,5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	70	21,39	21,87	69,44	560,52
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями (на бульоне)	250	16	6,45	3,47	23,12	149,5
	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	26,94	10,50	6,00	2,30	105,3
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	10	1,00	6,10	5,80	81,5
	Каша рассыпчатая	150	13	8,60	6,09	38,64	243,75
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94

Чай с молоком и сахаром	200	10	1,60	1,10	8,70	50,9	191
ИТОГО ЗА ОБЕД	780	79,94	31,31	23,16	97,88	724,95	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1310	149,94	52,70	45,03	167,32	1285,47	
День 7							
ЗАВТРАК	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	28	10,97	5,94	5,03	117,71 124
	Салат из соленых огурцов с луком	60	10	0,50	3,02	1,10	33,6 21
	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
	Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81 232
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	70	18,33	14,57	65,05	465,71
ОБЕД	Суп гороховый (на бульоне)	250	16	8,35	5,75	20,35	166,42 38
	Плов	250	49,94	34,12	10,13	41,50	393,25 143
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94 701.1
	Компот из яблок с лимоном	200	10	0,60	0,40	22,20	93,6 265
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	79,94	46,23	16,68	103,37	747,27
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1270	149,94	64,56	31,25	168,42	1212,98
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
	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
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (на бульоне)	250	16	5,87	6,20	12,65	137,95 32
	Рагу из курицы	300	45,94	31,35	10,50	26,40	326,1 152
	Хлеб ржано-пшеничный	40	4	2,72	0,52	15,92	79,2 575
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94 701.1
	Компот из смеси сухофруктов	200	10	0,66	0,08	32,02	132,8 349
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	79,94	43,76	17,70	106,31	770,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1330	149,94	75,34	28,48	176,51	1276,65
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
	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	
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями (на бульоне)	250	16	6,45	3,47	23,12	149,5	37
Макароны отварные с сыром	150	34,94	7,90	6,80	28,60	207,71	80
Яйца вареные	50	15	6,35	5,75	0,35	78,75	209
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	19,32	94	701.1
Чай с молоком и сахаром	200	10	1,60	1,10	8,70	50,9	191
ИТОГО ЗА ОБЕД	690	79,94	25,46	17,52	80,09	580,86	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1220	149,94	49,91	29,61	161,94	1114,84	
День 10							
ЗАВТРАК							
Курица тушеная с морковью	100	35	14,10	5,70	4,40	126,4	155
Салат из свеклы отварной	60	8	0,85	3,61	4,96	55,68	52
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	26,71	16,01	71,38	537,68	
ОБЕД							
Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая) (на бульоне)	250	16	6,18	7,23	14,08	146,1	41
Курица отварная	65	26,94	20,88	1,55	0,73	100,59	151
Салат из белокочанной капусты	60	10	1,60	6,10	6,20	85,7	7
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 смеси сухофруктов	200	10	0,50	0,00	19,80	81	232
ИТОГО ЗА ОБЕД	765	79,94	37,72	20,18	92,94	704,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1315	149,94	64,43	36,19	164,32	1241,87	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	12935		599,70	358,06	1662,02	12297,88	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1293,5		59,97	35,81	166,20	1229,79	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 323345818813549925348293945354967287176906039459

Владелец Гамов Алексей Алексеевич

Действителен с 09.11.2023 по 08.11.2024