



УТВЕРЖДАЮ
 (должность)
 (ФИО)
 (дата)

СОГЛАСОВАНО
 (должность)
 (ФИО)
 (дата)

Организация бесплатного горячего питания детей из многодетных семей, обучающихся по очной форме обучения по программам основного общего, среднего общего образования

Возрастная категория: Ст. школьники

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Цена руб | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 1 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Блины (с маслом) | 145 | 36,38 | 9,99 | 13,98 | 52,39 | 375,19 | 396 |
| | Молоко стуженное с сахаром 5,0% | 20 | 9,8 | 1,24 | 0,20 | 2,21 | 11,77 | H |
| | Яблоко | 100 | 13,2 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 1 |
| | Сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 15 | 3,50 | 4,40 | 0,00 | 53,7 | 1 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 10 | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 27,9 | 190 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 480 | 84,38 | 15,43 | 18,98 | 71,10 | 515,56 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 480 | 84,38 | 15,43 | 18,98 | 71,10 | 515,56 | |
| День 2 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Омлет натуральный | 130 | 33,38 | 11,01 | 15,60 | 2,86 | 195,43 | 100 |
| | Булочка "Веснушка" (масса 50 г) | 50 | 20 | 3,90 | 3,06 | 23,90 | 139 | 429 |
| | Салат из квашеной капусты | 60 | 15 | 1,03 | 3,00 | 5,08 | 51,42 | 47 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 6 | 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 | | 480 | 84,38 | 19,26 | 22,20 | 61,08 | 521,35 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 480 | 84,38 | 19,26 | 22,20 | 61,08 | 521,35 | |
| День 3 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Кнели из кур, бройлеров-цыплят с рисом | 70 | 33,38 | 10,37 | 15,45 | 3,93 | 196 | 301 |
| | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 15 | 1,00 | 6,10 | 5,80 | 81,5 | 8 |

| | | | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------|
| Картофельное пюре | 150 | 24 | 3,20 | 5,21 | 19,80 | 139,4 | 88 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 6 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94 | 701.1 |
| Чай с сахаром | 200 | 6 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,8 | 189 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 520 | 84,38 | 17,93 | 27,16 | 55,35 | 537,7 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 520 | 84,38 | 17,93 | 27,16 | 55,35 | 537,7 | |
| День 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | 70 | 33,38 | 13,44 | 2,99 | 9,43 | 117,97 | 136 |
| Котлета из курицы | 60 | 15 | 0,50 | 3,02 | 1,10 | 33,6 | 21 |
| Салат из соленых огурцов с луком | 150 | 15 | 5,40 | 4,90 | 32,81 | 196,8 | 78 |
| Макаронны отварные | 40 | 6 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94 | 701.1 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 15 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 520 | 84,38 | 23,50 | 11,31 | 82,86 | 526,81 | |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 520 | 84,38 | 23,50 | 11,31 | 82,86 | 526,81 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 520 | 84,38 | 23,50 | 11,31 | 82,86 | 526,81 | |
| День 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | 80 | 48,72 | 11,28 | 4,56 | 3,52 | 101,12 | 155 |
| Курица тушеная с морковью | 60 | 10 | 0,80 | 2,70 | 4,60 | 45,6 | 13 |
| Салат из свежлы отварной | 150 | 15 | 8,30 | 6,30 | 36,00 | 233,7 | 81 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 40 | 6 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94 | 701.1 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 10 | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 27,9 | 190 |
| Чай с лимоном и сахаром | 530 | 84,38 | 23,84 | 13,96 | 70,14 | 502,32 | |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 530 | 84,38 | 23,84 | 13,96 | 70,14 | 502,32 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 530 | 84,38 | 23,84 | 13,96 | 70,14 | 502,32 | |
| День 6 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | 200 | 37,38 | 8,60 | 11,30 | 34,30 | 272,9 | 61 |
| Каша вязкая молочная овсяная | 55 | 35 | 7,05 | 4,19 | 22,29 | 154,31 | 410 |
| Ватрушки (из дрожжевого теста) | 40 | 6 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94 | 701.1 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 6 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,8 | 189 |
| Чай с сахаром | 495 | 84,38 | 19,01 | 15,89 | 82,41 | 548,01 | |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 495 | 84,38 | 19,01 | 15,89 | 82,41 | 548,01 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 495 | 84,38 | 19,01 | 15,89 | 82,41 | 548,01 | |
| День 7 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | 80 | 38,38 | 10,97 | 5,94 | 5,03 | 117,71 | 124 |
| Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) | 60 | 15 | 1,00 | 6,10 | 5,80 | 81,5 | 8 |
| Салат из белокочанной капусты с морковью | 150 | 15 | 5,40 | 4,90 | 32,81 | 196,8 | 78 |
| Макаронны отварные | 40 | 6 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94 | 701.1 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 10 | 0,16 | 0,14 | 9,92 | 41,5 | 263 |
| Компот из свежих яблок | 530 | 84,38 | 20,69 | 17,48 | 72,88 | 531,51 | |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 530 | 84,38 | 20,69 | 17,48 | 72,88 | 531,51 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 530 | 84,38 | 20,69 | 17,48 | 72,88 | 531,51 | |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 406075372527730394131178566018224477597821737426

Владелец Гамов Алексей Алексеевич

Действителен с 19.05.2026 по 19.05.2027