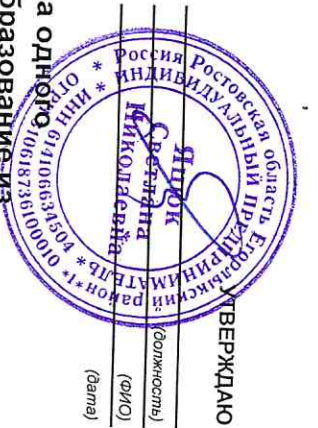




Согласовано
 (подпись)
 (ФИО)
 (дата)



Утверждаю
 (подпись)
 (ФИО)
 (дата)

Организацию бесплатного одноразового горячего питания на одного обучающегося, получающего основное общее и среднее общее образование из числа многодетных малоимущих семей, имеющих 3-х и более несовершеннолетних детей

Ст. Школьные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Цена руб	Белки	Жиры	Углеводы			
День 1	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом и сыром (порциями) (голландский))	240	32,3	6,67	11,69	46,20	317,45	181
			10	9	2,63	2,66	0,00	34,33	15
			10	8,02	0,08	7,25	0,13	66	14
			40	4	3,16	0,40	0,84	93,52	Н
			200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	58,32	12,94	22,10	47,25	514,1		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		500	58,32	12,94	22,10	47,25	514,1		
День 2	ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	32,32	12,08	21,51	2,29	251,03	210
			30	5	0,24	0,03	0,51	3	70
			70	12	5,46	4,28	33,46	194,6	429
			60	4	3,36	0,66	1,44	137,94	Н
			200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		490	58,32	21,54	26,58	37,78	589,37		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		490	58,32	21,54	26,58	37,78	589,37		
День 3	ЗАВТРАК	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят (с маслом)	70	21,32	9,74	18,71	9,84	246,91	295
			30	3	0,41	1,47	1,29	23,82	Н
			50	5	0,86	2,50	4,23	42,85	47
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		150	29,65	10,99	22,68	13,42

Итого за день

Макаронные изделия									
Отварные	150	20	5,65	0,67	31,92		156,3	202	
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	0,84		93,52	Н	
Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08		2,8	375	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	540	58,32	20,22	23,85	48,20		566,2		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	540	58,32	20,22	23,85	48,20		566,2		
День 4									
ЗАВТРАК									
Запеканка из творога (с молоком стуженным)	180	42	26,30	19,91	50,40		486	223	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4	3,36	0,66	1,44		137,94	Н	
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье или джем или мед)	220	12,32	0,13	0,07	13,64		55,99	376	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	460	58,32	29,79	20,64	65,48		679,93		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	460	58,32	29,79	20,64	65,48		679,93		
День 5									
ЗАВТРАК									
Рагу из овощей	170	21	2,87	17,80	13,92		229,91	143	
Пирожки печеные из дрожжевого теста (простые пирожки массой 50 г)	100	28,32	12,60	5,70	36,30		246	406	
Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	0,84		93,52	Н	
Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08		2,8	375	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	510	58,32	19,03	24,00	51,14		572,23		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	510	58,32	19,03	24,00	51,14		572,23		
День 6									
ЗАВТРАК									
Колбаса или ветчина (порциями) (Ветчина)	30	21,32	6,78	6,27	0,00		84	16	
Макаронные изделия отварные	150	20	5,65	0,67	31,92		156,3	202	
Соус томатный	30	3	0,41	1,47	1,29		23,82	Н	
Салат из квашеной капусты	50	5	0,86	2,50	4,23		42,85	47	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4	3,36	0,66	1,44		137,94	Н	
Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08		2,8	375	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	520	58,32	17,46	11,67	38,96		447,71		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	520	58,32	17,46	11,67	38,96		447,71		
День 7									
ЗАВТРАК									
Поджарка из рыбы	65	19,32	9,67	5,90	6,87		119	231	
Овощи натуральные соленые (огурцы)	30	5	0,24	0,03	0,51		3	70	

	Картофельное пюре (с маслом)	150	25	3,10	9,15	17,98	172,86	128
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	0,84	93,52	Н
	Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	485	58,32	16,57	15,58	26,28	391,18	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	485	58,32	16,57	15,58	26,28	391,18	
	День 8						391,18	
	ЗАВТРАК							
	Плов из птицы или кролика	180	44,32	15,25	9,41	32,17	274,81	291
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	30	5	0,34	0,03	1,05	6	70
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	0,84	93,52	Н
	Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	450	58,32	19,15	9,94	34,14	377,13	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	450	58,32	19,15	9,94	34,14	377,13	
	День 9						377,13	
	ЗАВТРАК							
	Кнели из кур, бройлеров-	80	24,32	11,86	17,66	4,50	224	301
	Цыплят с рисом							
	Макаронные изделия отварные	150	20	5,65	0,67	31,92	156,3	202
	Салат из квашеной капусты	50	5	0,86	2,50	4,23	42,85	47
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	0,84	93,52	Н
	Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	520	58,32	21,93	21,33	41,57	519,47	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	520	58,32	21,93	21,33	41,57	519,47	
	День 10						519,47	
	ЗАВТРАК							
	Рагу из овощей	170	21	2,87	17,80	13,92	229,91	143
	Пирожки печеные из дрожжевого теста (простые пирожки массой 50 г)	100	28,32	12,60	5,70	36,30	246	406
	Чай-заварка	200	5	0,40	0,10	0,08	2,8	375
	Хлеб пшеничный	40	4	3,16	0,40	0,84	93,52	Н
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	510	58,32	19,03	24,00	51,14	572,23	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	510	58,32	19,03	24,00	51,14	572,23	
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	4985	58,32	197,66	199,69	441,94	5229,55	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	498,5		19,77	19,97	44,19	522,96	