

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)

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

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса, ячневой, кукурузной и перловой круп (с маслом и сахаром)	220	6,01	10,85	52,93	334	21,08	174
		200	0,40	0,10	0,08	2,8	3,375	
		60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5111	
	Хлеб ржано-пшеничный	480	9,77	11,61	54,45	474,74	26,58	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	300	6,60	6,33	19,83	177,9	10	102
		50	3,90	3,06	23,90	139	10	429
		40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5111	
	Хлеб пшеничный	200	0,66	0,08	32,02	132,8	5,349	
	Компот из смеси сухофруктов	590	14,32	9,87	76,59	543,22	27,5	
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
1070								
24,09								
21,48								
131,04								
1017,96								
54,08								
День 2								
ЗАВТРАК	Оладьи (с джемом или повидлом или медом или вареньем или сахаром)	165	11,63	11,48	72,29	439	23,5	401
		200	0,00	0,00	0,00	0	3,08	381
	Кофе из концентрата	365	11,63	11,48	72,29	439	26,58	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								

ОБЕД	Супл картофельный с крутой (рисовой, пшеном, хлопьями овсяными)	300	2,37	3,24	14,52	102,9	10	101	
	Бутерброд с колбасой	50	5,30	8,26	14,82	155	11	6	
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	30	0,24	0,03	0,51	3	3,5	70	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ОБЕД	580	8,31	11,63	29,93	263,7	27,5			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		945	19,94	23,11	102,22	702,7	54,08		
День 3									
ЗАВТРАК	Колбаса или ветчина (порциями) (Ветчина)	30	6,78	6,27	0,00	84	10,08	16	
	Макаронные изделия отварные с маслом	105	3,82	4,05	21,31	137	6	203	
	Соус томатный	30	0,41	1,47	1,29	23,82	3	Н	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5	Н	
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,32	0,02	28,84	118	5	348	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	405	14,49	12,21	52,28	456,34	26,58			
ОБЕД	Рассольник	300	1,98	6,06	13,56	127,2	10	94	
	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157	14,5	3	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ОБЕД	550	8,18	14,46	28,47	287	27,5			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		955	22,67	26,67	80,75	743,34	54,08		
День 4									
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	12,08	21,51	2,29	251,03	21,08	210	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5	Н	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	370	15,64	22,01	3,21	347,35	26,58			
ОБЕД	Супл картофельный с крутой (перловой, овсяной, пшеничной)	300	2,37	3,24	14,52	102,9	10	101	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5	Н	
	Булочка "Веснушка" (масса 50 г)	50	3,90	3,06	23,90	139	10	429	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,8	5	349	
		590	9,83	6,80	39,34	338,22	27,5		
ИТОГО ЗА ОБЕД		960	25,47	28,81	42,55	685,57	54,08		
День 5									
ЗАВТРАК	Рагу из овощей	150	2,54	15,71	12,28	202,86	14	143	
	Сыр (порциями) (Голландский)	10	2,63	2,66	0,00	34,33	7	15	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5	Н	
	Кофе из концентрата	200	0,00	0,00	0,00	0	3,08	381	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	8,53	19,03	13,72	375,13	26,58			
ОБЕД	Супл картофельный с клецками	250	3,55	4,60	18,80	144,25	12	108	
	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63	10	209	

	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5	Н	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	12,39	9,96	20,60	347,99	27,5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		970	20,92	28,99	34,32	723,12	54,08		
День 6									
ЗАВТРАК	Оладьи (с джемом или повидлом или медом или вареньем или сахаром)	165	11,63	11,48	72,29	439	23,5	401	
	Кофе из концентрата	200	0,00	0,00	0,00	0	3,08	381	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		365	11,63	11,48	72,29	439	26,58		
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,24	3,42	20,94	141,9	10	103	
	Бутерброды горячие с колбасой	60	6,67	8,47	14,98	163	11,5	8	
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	30	0,24	0,03	0,51	3	3,5	70	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	2,5	375	
ИТОГО ЗА ОБЕД		590	10,55	12,02	36,51	310,7	27,5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		955	22,58	23,60	108,88	752,5	54,08		
День 7									
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом и сахаром)	220	6,12	10,71	42,35	290,99	21,08	181	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5	Н	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		480	9,88	11,47	43,87	431,73	26,58		
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	300	6,60	6,33	19,83	177,9	12	102	
	Булочка "Веснушка" (масса 50 г)	50	3,90	3,06	23,90	139	10	429	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5	Н	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ОБЕД		610	13,86	10,05	45,17	454,84	27,5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1090	23,74	21,52	89,04	886,57	54,08		
День 8									
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	12,08	21,51	2,29	251,03	21,08	210	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5	Н	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	15,64	22,01	3,21	347,35	26,58		
ОБЕД	Борщ с картофелем	250	2,03	5,02	13,45	117	10	83	
	Бутерброды горячие с сыром	50	5,58	8,32	14,84	157	14,5	7	
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375	
ИТОГО ЗА ОБЕД		500	8,01	13,44	28,37	276,8	27,5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		870	23,65	35,45	31,58	624,15	54,08		
День 9									
ЗАВТРАК	Рагу из овощей	150	2,54	15,71	12,28	202,86	14	143	

	Сыр (порциями) (Голландский)	10	2,63	2,66	0,00	34,33	7	15
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5	Н
	Кофе из концентрата	200	0,00	0,00	0,00	0	3,08	381
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	8,53	19,03	13,72	375,13	26,58	
	Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,60	18,80	144,25	12	108
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5	Н
	Булочка "Веснушка" (масса 50 г)	50	3,90	3,06	23,90	139	10	429
	Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	11,01	8,16	43,62	379,57	27,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		960	19,54	27,19	57,34	754,7	54,08	
День 10		30	6,78	6,27	0,00	84	10,08	16
ЗАВТРАК	Колбаса или ветчина (порциями) (Ветчина)	105	3,82	4,05	21,31	137	6	203
	Макаронные изделия отварные с маслом	30	0,41	1,47	1,29	23,82	3	Н
	Соус томатный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	2,5	Н
	Хлеб пшеничный	200	0,32	0,02	28,84	118	5	348
	Компот из плодов или ягод сушеных	405	14,49	12,21	52,28	456,34	26,58	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		300	6,60	6,33	19,83	177,9	12	102
	Суп картофельный с бобовыми	40	5,08	4,60	0,28	63	10	209
	Яйца вареные	60	3,36	0,66	1,44	137,94	2,5	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	200	0,40	0,10	0,08	2,8	3	375
	Чай-заварка	600	15,44	11,69	21,63	381,64	27,5	
ИТОГО ЗА ОБЕД		1005	29,93	23,90	73,91	837,98	54,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		9780	232,53	260,72	751,63	7728,59		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		978	23,25	26,07	75,16	772,859		