

Согласовано: МАОУ "СОШ № 48"
Директор М.В. Загошкин



Утверждаю
Директор ООО "Школьное питание"
Ю.В. Миропольская

Примерное двухнедельное меню для школьных столовых (завтраки, обеды, полдники и дополнительное горячее питание)
для обучающихся 1-4 классов (категория 7-11 лет) для льготных категорий и за родительскую плату

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
1	1	Завтрак	311	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	29	223	14	13	13
			693	Какао на молоке	200	29	176	4	4	31
			3	Бутерброд с сыром на батоне	50	47	157	9	8	11
			пр.пр	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					500	128	611	28	26	71
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	1	Завтрак	311	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	28	223	14	13	13
			693	Какао на молоке	200	28	176	4	4	31
			3	Бутерброд с сыром на батоне	50	47	157	9	8	11
			пр.пр	Фрукт	100	25	55	1	1	16
Итого за завтрак					500	128	611	28	26	71
1	1	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	135	5	7	12
			401	Рулетик мясной запеченный	105	55	200	16	11	9
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	170	31	225	9	8	38
			635	Компот	200	20	126	0	0	31
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					775	160	831	36	27	116
Итого за завтрак и обед					1275	288	1442	64	53	187
ОБЕД за родительскую плату										
1	1	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	135	5	7	12
			401	Рулетик мясной запеченный	105	55	200	16	11	9
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	170	31	225	9	8	38
			635	Компот	200	20	126	0	0	31
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					775	160	831	36	27	116
ПОЛДНИК за родительскую плату										
1	1	Полдник	1060	Изделие слоеное с повидлом	60	30	206	1	12	31
			Ттк 82	Кисель	200	25	105	0	0	26
Итого за полдник					260	55	311	1	12	57
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
1	1	доп. горячее питание	Ттк 2	Бифштекс "Школьный"	55	56	100	9	5	6
			36	Рис припущенный	150	17	216	4	9	36
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					435	83	475	17	15	75
Итого за день					1970		2228	82	80	319

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
1	2	Завтрак	365	Пудинг творожный с топпингом	180	89	374	14	15	46
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			пр.пр.	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					515	128	544	16	17	82
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	2	Завтрак	365	Пудинг творожный с топпингом	180	89	374	14	15	46
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			пр.пр.	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					515	128	544	16	17	82
1	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13
			ТТК 68	Мясо "Пикантное"	100	75	244	17	15	10
			523	Каша гречневая с овощной гарнировкой	170	19	230	7	7	32
			699	Компот	200	12	182	0	0	46
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					770	160	929	32	30	127
Итого за завтрак и обед					1285	288	1473	48	47	209
ОБЕД за родительскую плату										
1	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13
			ТТК 68	Мясо "Пикантное"	100	75	244	17	15	10
			523	Каша гречневая с овощной гарнировкой	170	19	230	7	7	32
			699	Компот	200	12	182	0	0	46
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					770	160	929	32	30	127
ПОЛДНИК за родительскую плату										
1	2	Полдник	пр.пр.	Изделие "Сдобное "	50	30	158	5	8	16
			697	Молоко цельное	200	25	126	6	7	10
Итого за полдник					250	55	284	11	15	26
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
1	2	доп. горячее питание	Ттк50	Котлета "Детская"	75	58	196	15	12	10
			534	Капуста тушеная свежая	150	15	145	3	10	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	500	22	23	58
Итого за день					1990		2257	81	85	293

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
1	3	Завтрак	114, 516	Фрикадель паровая мясная с макаронными изделиями отварными	200	74	356	13	17	39
			705	Отвар из шиповника	200	12	96	0	0	24
			пр.пр	Батон	20	6	53	1	1	5
			пр.пр	Йогурт	125	36	87	3	3	11
Итого за завтрак					545	128	592	17	21	79
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	3	Завтрак	114, 516	Фрикадель паровая мясная с макаронными изделиями отварными	200	74	356	13	17	39
			705	Отвар из шиповника	200	12	96	0	0	24
			пр.пр	Батон	20	6	53	1	1	5
			пр.пр	Йогурт	125	36	87	3	3	11
Итого за завтрак					545	128	592	17	21	79
1	3	Обед	355	Суп "Детский" с гречками	250	42	241	8	11	29
			401	Пудинг рыбный	100	62	144	13	7	10
			472	Пюре картофельное	150	39	170	4	10	26
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					750	160	758	31	29	106
Итого за завтрак и обед					1295	288	1350	48	50	185
ОБЕД за родительскую плату										
1	3	Обед	355	Суп "Детский" с гречками	250	42	241	8	11	29
			401	Пудинг рыбный	100	62	144	13	7	10
			472	Пюре картофельное	150	39	170	4	10	26
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					750	160	758	31	29	106
ПОЛДНИК за родительскую плату										
1	3	Полдник	ттк45	Изделие творожнопесочное	50	30	150	4	9	26
			162	Сок "Фруктовый"	200	25	92	1	0	22
Итого за полдник					250	55	242	5	9	48
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
1	3	доп. горячее питание	461	Тефтели в бульоне	110	57	119	14	16	5
			302	Каша гречневая вязкая	150	17	221	4	7	22
			пр.пр.	Булка"Крестьянская"	30	4	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					490	83	499	22	24	60
Итого за день					2035		2091	75	83	293

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
1	4	Завтрак	311	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	34	330	16	18	31
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			Ттк56	Детский бургер	100	84	212	9	8	26
Итого за завтрак					515	128	604	25	26	72
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	4	Завтрак	311	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	34	330	16	18	31
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			Ттк56	Детский бургер	100	84	212	9	8	26
Итого за завтрак					515	128	604	25	26	72
1	4	Обед	140	Суп картофельный с вермишелью	250	42	168	13	5	18
			437	Мясо, тушенное в соусе овощном со сметаной	100	70	256	15	17	11
			36	Рис припущенный	150	19	216	4	9	36
			65	Компот	200	17	182	0	0	46
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					750	160	967	38	32	137
Итого за завтрак и обед					1265	288	1571	63	58	209
ОБЕД за родительскую плату										
1	4	Обед	140	Суп картофельный с вермишелью	250	42	168	13	5	18
			437	Мясо, тушенное в соусе овощном со сметаной	100	70	256	15	17	11
			36	Рис припущенный	150	19	216	4	9	36
			65	Компот	200	17	182	0	0	46
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					750	160	967	38	32	137
ПОЛДНИК за родительскую плату										
1	4	Полдник	1091	Пирожок слоеный с вишней	60	45	180	1	12	31
			628	Чай с сахаром	200	10	58	0	0	15
Итого за полдник					260	55	238	1	12	46
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
1	4	доп. горячее питание	451	Биточки мясные	75	53	306	13	19	21
			486	Рагу овощное	150	20	145	3	8	16
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	610	20	28	70
Итого за день					1980		2419	84	98	325

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
1	5	Завтрак	160	Суп молочный с макаронными изделиями	200	49	231	7	11	27
			пр.пр.	Творожок	100	68	137	6	4	20
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
Итого за завтрак					520	128	479	14	16	67
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	5	Завтрак	160	Суп молочный с макаронными изделиями	200	49	231	7	11	27
			пр.пр.	Творожок	100	67	137	6	4	20
			628	Чай с сахаром	200	6	58	0	0	15
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
Итого за завтрак					520	128	479	14	16	67
1	5	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	42	131	4	5	18
			765	Запеканка картофельная с мясом с овощной гарнировкой	260	101	425	24	26	42
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					760	160	759	34	32	101
Итого за завтрак и обед					1280	288	1238	48	48	168
ОБЕД за родительскую плату										
1	5	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	40	131	4	5	18
			765	Запеканка картофельная с мясом с овощной гарнировкой	260	95	425	24	26	42
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	5	44	2	0	8
Итого за обед					760	150	759	34	32	101
ПОЛДНИК за родительскую плату										
1	5	Полдник	Ттк45	Изделие из дрожжевого теста	65	30	194	5	6	30
			162	Сок "Фруктовый"	200	25	92	1	0	22
Итого за полдник					265	55	286	6	6	52
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
1	5	доп. горячее питание	401	Рулет мясной запеченный	75	58	141	12	8	6
			516	Макаронные изделия отварные	150	15	225	5	8	33
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	525	21	17	72
Итого за день					2000		2049	75	71	292

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
2	1	Завтрак	311	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	29	193	11	13	18
			693	Какао на молоке	200	29	176	4	4	31
			3	Бутерброд с сыром на батоне	50	47	157	9	8	11
			пр.пр.	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					500	128	581	25	26	76
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	1	Завтрак	311	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	29	193	11	13	18
			693	Какао на молоке	200	29	176	4	4	31
			3	Бутерброд с сыром на батоне	50	47	157	9	8	11
			пр.пр.	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					500	128	581	25	26	76
2	1	Обед	133	Суп картофельный с рыбными консервами	250	42	150	10	8	10
			416	Биточки мясные	100	57	306	13	19	21
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	170	31	225	9	8	38
			Ттк 82	Кисель	200	18	105	0	0	26
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					770	160	931	38	36	121
Итого за завтрак и обед					1270	288	1512	63	62	197
ОБЕД за родительскую плату										
2	1	Обед	133	Суп картофельный с рыбными консервами	250	42	150	10	8	10
			416	Биточки мясные	100	57	306	13	19	21
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	170	31	225	9	8	38
			Ттк 82	Кисель	200	18	105	0	0	26
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					770	160	931	38	36	121
ПОЛДНИК за родительскую плату										
2	1	Полдник	пр.пр.	Булочка "Бриошь"	50	45	158	4	5	36
			628	Чай с сахаром	200	10	58	0	0	15
Итого за полдник					250	55	216	4	5	51
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
2	1	доп. горячее питание	401	Гуляш	100	56	132	14	6	4
			523	Каша гречневая вязкая	150	17	221	4	7	22
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					480	83	512	22	14	59
Итого за день					2000		2240	89	81	307

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
2	2	Завтрак	365	Суфле творожное с топпингом	180	89	365	14	14	46
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			пр.пр.	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					515	128	535	16	16	82
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	2	Завтрак	365	Суфле творожное с топпингом	180	89	365	14	14	46
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			пр.пр.	Фрукт	100	23	55	1	1	16
Итого за завтрак					515	128	535	16	16	82
2	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13
			449	Плов с мясом с овощной гарнировкой	260	81	436	22	17	59
			635	Компот	200	25	125	0	0	31
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					760	160	834	30	25	129
Итого за завтрак и обед					1275	288	1369	46	41	211
ОБЕД за родительскую плату										
2	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13
			449	Плов с мясом с овощной гарнировкой	260	81	436	22	17	59
			635	Компот	200	25	125	0	0	31
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					760	160	834	30	25	129
ПОЛДНИК за родительскую плату										
2	2	Полдник	107	Булочка "Ванильная"	75	30	220	6	8	55
			697	Молоко цельное	200	25	126	6	7	10
Итого за полдник					275	55	346	12	15	65
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
2	2	доп. горячее питание	Ттк 50	Котлета "Детская"	75	53	145	11	9	8
			570	Картофель отварной	150	20	182	3	8	24
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	486	18	18	65
Итого за день					2005		2201	76	74	341

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
2	3	Завтрак	Ттк48, 302	Кнеля мясная паровая с кашей гречневой молочной	200	73	289	11	11	35
			705	Отвар из шиповника	200	12	96	0	0	24
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			пр.пр.	Йогурт	125	37	87	3	3	11
Итого за завтрак					545	128	525	15	15	75
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	3	Завтрак	Ттк48, 302	Кнеля мясная паровая с кашей гречневой молочной	200	73	289	11	11	35
			705	Отвар из шиповника	200	12	96	0	0	24
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			пр.пр.	Йогурт	125	37	87	3	3	11
Итого за завтрак					545	128	525	15	15	75
2	3	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	42	131	4	5	18
			435	Мясо духовое с картофелем с овощной гарнировкой	260	100	377	26	15	34
			628	Чай с сахаром	200	6	58	0	0	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					760	160	711	36	21	93
Итого за завтрак и обед					1305	288	1236	51	36	168
ОБЕД за родительскую плату										
2	3	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	42	131	4	5	18
			435	Мясо духовое с картофелем с овощной гарнировкой	260	100	377	26	15	34
			628	Чай с сахаром	200	6	58	0	0	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					760	160	711	36	21	93
ПОЛДНИК за родительскую плату										
2	3	Полдник	1060	Пирожок слоеный с повидлом	60	45	206	1	12	31
			628	Чай с сахаром	200	10	58	0	0	15
Итого за полдник					260	55	264	1	12	46
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
2	3	доп. горячее питание	401	Рулет мясной запеченный	75	58	141	12	8	6
			534	Капуста тушеная свежая	150	15	145	3	10	15
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	445	19	19	54
Итого за день					2020		1945	71	67	268

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
2	4	Завтрак	311	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	48	322	12	15	32
			пр.пр.	Творожок	100	68	137	6	4	20
			628	Чай с сахаром	200	6	58	0	0	15
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
Итого за завтрак					520	128	570	19	20	72
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	4	Завтрак	311	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	48	322	12	15	32
			пр.пр.	Творожок	100	68	137	6	4	20
			628	Чай с сахаром	200	6	58	0	0	15
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
Итого за завтрак					520	128	570	19	20	72
2	4	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	183	8	8	19
			461	Тефтели мясные в бульоне	140	57	192	9	9	15
			472	Пюре картофельное	150	39	170	4	10	26
			699	Компот	200	10	182	0	0	46
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					790	160	872	27	28	132
Итого за завтрак и обед					1310	288	1442	46	48	204
ОБЕД за родительскую плату										
2	4	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	183	8	8	19
			461	Тефтели мясные в бульоне	140	57	192	9	9	15
			472	Пюре картофельное	150	39	170	4	10	26
			699	Компот	200	10	182	0	0	46
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					790	160	872	27	28	132
ПОЛДНИК за родительскую плату										
2	4	Полдник	Пр.пр.	Кекс "Маффин шоколадный"	50	45	125	2	4	20
			628	Чай с сахаром	200	10	58	0	0	15
Итого за полдник					250	55	183	2	4	35
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
2	4	доп. горячее питание	451	Биточки мясные	75	58	235	10	15	16
			516	Макаронные изделия отварные	150	15	225	5	8	33
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	619	19	24	82
Итого за день					2015		2244	67	76	321

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК бесплатное горячее питание										
2	5	Завтрак	Ттк50, 516	Котлета "Здоровье" с макаронными изделиями отварными	205	67	365	14	19	35
			пр.пр.	Батон	20	6	53	1	1	5
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			Ттк	Блинчики с джемом	60	45	148	3	3	38
Итого за завтрак					500	128	628	18	23	93
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОБЗ										
2	5	Завтрак	Ттк50	Котлета "Здоровье" с макаронными изделиями отварными	205	67	365	14	19	35
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15
			630	Батон	20	6	53	1	1	5
			Ттк	Блинчики с джемом	60	45	148	3	3	38
Итого за завтрак					500	128	628	18	23	93
2	5	Обед	139	Суп картофельный с горохом с гренками	250	42	194	8	10	18
			401	Гуляш	100	74	167	11	12	4
			523	Каша гречневая	150	20	230	7	8	33
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
			705	Отвар из шиповника	200	12	96	0	0	24
Итого за обед					750	160	832	32	31	105
Итого за завтрак и обед					1250	288	1460	50	54	198
ОБЕД за родительскую плату										
2	5	Обед	139	Суп картофельный с горохом, гренками	250	42	194	8	10	18
			401	Гуляш	100	74	167	11	12	4
			523	Каша гречневая	150	20	230	7	8	33
			705	Отвар из шиповника	200	12	96	0	0	24
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	6	101	4	1	18
			пр.пр.	Хлеб черный	20	6	44	2	0	8
Итого за обед					750	160	832	32	31	105
ПОЛДНИК за родительскую плату										
2	5	Полдник	пр.пр.	Изделие "Сдобное "	50	45	158	5	8	16
			628	Чай с сахаром	200	10	58	0	0	15
Итого за полдник					250	45	216	5	8	31
Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин)										
2	5	доп. горячее питание	Ттк 58	Бифштекс "Любительский"	75	53	158	16	28	10
			570	Картофель отварной	150	20	221	4	10	33
			пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	5	101	4	1	18
			628	Чай с сахаром	200	5	58	0	0	15
Итого за ужин					455	83	538	24	39	76
Итого за день					1955		2214	79	101	305