

«Согласовано»

Директор МБОУ Первомайская СОШ


Н.Н.Модина

« 30 » 09 2023 г.



«Утверждаю»

Генеральный директор ООО «Березка»


Е.И.Бирюкова

« 30 » 09 2023 г.



**Примерное 10-ти дневное
циклическое меню
для организации питания детей**
(завтраков 1-4 класс, завтраков 5-11 класс,
обедов 1-4, 5-11 класс, ОВЗ)
на 2023-2024 учебный год

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
16-00 руб							
302	Каша овсяная молочная	200	12-00	6	11,4	57,1	365
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				7,32	11,75	82,6	478

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
302	Каша овсяная молочная	210	29-78	6	9,4	37,1	335
377	Чай с сахаром	200/15	2-31	9,02	2,28	15,42	114,66
TK 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
424	Яйцо варёное	40	11-00	5,1	4,6	0,3	63,3
ТИ	Фрукт (яблоко, банан, мандарин)	150	27-22	1,35	0,45	7,2	85,5
Всего				23,47	17,06	70,52	651,46

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
111	Суп с макаронными изделиями	250	12-52	2,69	2,84	17,14	104,75
694	Картофельное пюре	180	15-94	3,67	5,76	24,53	164,7
461	Тефтели	90	25-37	13,8	16,4	13,1	257
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				25,93	31,22	105,67	816,65

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
111	Суп с макаронными изделиями	200	8-80	2,69	2,84	17,14	104,75
694	Картофельное пюре	180	15-94	3,67	5,76	24,53	164,7
461	Тефтели	60	16-26	13,8	16,4	13,1	257
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				24,73	26,72	100,57	743,45

1-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1.69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
42	Сыр порционный	15	12-00	3,48	4,43	0	54,6
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				4,8	4,78	25,5	167,6
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	60	27-99	6,6	14,34	0,24	175
688	Макароны отварные с маслом	150/10	14-69	5,52	4,52	26,45	168,45
ПР	Кондитерское изделие в ассортименте	60	17-50	3	3,9	29,8	123
591	Кисель из концентрата	200	10-13	0,2	0	42,2	162
ТК 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
Всего				18,32	23,49	111,49	702,45
Норма				18	18,4	76,6	544
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
170	Борщ с капустой и картофелем	250	17-00	1,81	4,91	12,53	102,5
261	Печень тушёная в смет соусе 50/50	100	23-41	13,5	9,2	38,6	171
302	Рис отварной	180	8-25	4,32	5,18	45,03	244,26
859	Компот из яблок свежих	200	7-48	0,2	0,2	22,3	110
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				24,33	21,19	149,26	784,76
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
170	Борщ с капустой и картофелем	200	9-34	1,81	4,91	12,53	102,5
261	Печень тушёная в смет соусе 50/50	100	23-41	13,5	9,2	38,6	171
302	Рис отварной	180	8-25	4,32	5,18	45,03	244,26
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				24,2	21,01	141,96	734,76
Обед							

1-ая неделя/Среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1,69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,07	0,02	15	60
Всего		Завтрак		1,32	0,35	25,5	113
16-00 руб							
454	Пирожки с повидлом	60	13-69	3,5	3,75	34,77	187
377	Чай сахаром	200/15	2-31	9,02	2,28	15,42	114,66
Всего		Завтрак		12,52	6,03	50,19	301,66

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
469	Запеканка из творога с смет./ сгущ	100/20	49-18	18,56	15,42	22,16	300
959	Какао с молоком	200	12-60	3,58	2,68	28,34	151,8
	Булочка домашняя	50	10-22	2,3	5,3	18,3	123
Всего		Завтрак		24,44	23,4	68,8	574,8
Норма		Завтрак		18	18,4	76,6	544

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
96	Рассольник ленинградский	250	15-33	2,7	7,2	13,35	123,9
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	80	27-08	6,6	14,34	0,24	156,6
688	Макароны отварные с маслом сливочным	180	11-42	6,62	5,42	31,73	202,14
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего		Обед		21,28	31,78	98,39	759,64

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
96	Рассольник ленинградский	200	9-59	2,7	7,2	13,35	123,9
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	60	20-00	6,6	14,34	0,24	156,6
688	Макароны отварные с маслом сливочным	180	11-41	6,62	5,42	31,73	202,14
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего		Обед		20,49	28,68	91,12	699,64

1-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
302	Каша молочная пшённая	200	12-00	6	9,2	31,8	240
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				7,32	9,55	57,3	353
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
173	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом сливочным	210	28-24	8,2	10,6	40,1	289
420	Колб; мясн. Изделие запечен. в тесте	100	28-94	9,8	7,9	26,6	265
591	Кисель из концентрата	200	13-13	0,2	0	42,2	162
ТК 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
Всего				22,5	24,13	137,7	892
Завтрак							
Норма							
Всего				18	18,4	76,6	544
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
187	Щи из свежей капусты	250	15-00	1,75	4,89	8,49	84,75
694	Картофельное пюре	150	10-94	3,67	5,76	24,53	164,7
301	Птица тушеная	50/50	27-89	17,92	14,58	5,62	225
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				27,91	26,95	84,44	691,45
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
187	Щи из свежей капусты	200	9-05	1,75	4,89	8,49	84,75
694	Картофельное пюре	100	9-06	3,67	5,76	24,53	164,7
301	Птица тушеная	50/50	22-89	17,92	14,58	5,62	225
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				27,91	26,95	84,44	691,45
Обед							

1-ая неделя/Пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
410	Ватрушка с повидлом	75	11-91	10,14	10,69	4,47	153,59
377	Чай с лимоном и сахаром	200/7/15	4-09	9,02	2,28	15,42	114,66
Всего				19,16	12,97	19,89	268,25
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
461	Тефтели	90	27-50	13,8	16,4	13,1	257
302	Каша гречневая рассыпчатая	100	9-60	5,75	4,06	25,76	162,5
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
ТК 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
ПР	Фрукты (яблоко, банан, мандарин)	150	30-90	2,3	0	18,3	123
Всего				23,92	20,81	82,66	655,5
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
102	Суп картофельный с горохом	250	11-45	5,49	5,28	16,33	134,75
304	Плов из птицы	210	42-38	20,3	17	35,69	377
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				31,56	29,4	102,92	801,95
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
102	Суп картофельный с горохом	200	9-17	5,49	5,28	16,33	134,75
304	Плов из птицы	150	31-83	20,3	17	35,69	377
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				30,36	24	97,82	728,75
Обед							

2-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки «Домашний»	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
173	Каша манная молочная	200	12-00	3,48	4,43	0	54,6
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				4,8	4,78	25,5	167,6
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
42	Сыр порционный	20	18-40	4,8	3,9	0,06	62,6
173	Каша манная молочная	200	20-75	8	6,83	38,63	248
ПР	Шоколадный батончик	50	18-92	3,75	6,6	20,4	167
959	Какао с молоком	200	12-24	3,58	2,68	28,34	151,8
ТК 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
Всего				22,13	20,34	97,93	682,4
Завтрак							
Норма				18	18,4	76,6	544
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
204	Суп картофельный с крупой	250	10-35	2,68	2,8	17,14	104,5
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	60	31-20	6,6	14,34	0,24	156,6
336	Макаронные отварные	150	12-28	3,33	7,77	41,42	256,23
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				17,18	26,63	104,6	734,33
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
204	Суп картофельный с крупой	200	8-28	2,68	2,8	17,14	104,5
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	60	21-20	6,6	14,34	0,24	156,6
336	Макаронные отварные	150	11-52	3,33	7,77	41,42	256,23
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				17,18	26,63	104,6	734,33
Обед							

2-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего		Завтрак		1,32	0,35	25,5	113
ТИ 16-00 руб							
454	Пирожки с повидлом	75	11-91	3,5	3,75	34,77	187
377	Чай с лимоном и сахаром	200/7/15	4-09	9,02	2,28	15,42	114,66
Всего		Завтрак		12,52	6,03	50,19	301,66

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
302	Рис отварной	150	8-25	3,71	4,25	40,98	208,49
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	80	27-56	8,32	16	16,96	156,6
ПР	Сок фруктовый	200	20-00	0,2	0	15	58
741	Булочка с корицей	100	14-50	8,1	3,1	52,6	275
ТК 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
Всего		Завтрак		23,53	28,18	141,14	824,29
Норма		Завтрак		18	18,4	76,6	544

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
96	Рассольник ленинградский	250	12-06	2,7	7,2	13,35	123,9
245	Рыба припущенная	100	25-83	17,54	2,38	0,31	92,5
694	Картофельное пюре	150	15-94	3,67	5,76	24,53	164,7
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего		Обед		29,08	18,1	85,24	614,82

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
96	Рассольник ленинградский	200	9-59	2,7	7,2	13,35	123,9
245	Колбаса отварная порционная	60	20-00	17,54	2,38	0,31	92,5
694	Картофельное пюре	100	11-41	3,67	5,76	24,53	164,7
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего		Обед		28,48	17,06	83,99	598,1

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
42	Сыр (твёрдый, полутвёрдый, мягкий)	15	12-00	3,48	4,43	0	54,6
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				4,8	4,78	25,5	167,6
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
236	Запеканка творожная со сметаной	100/30	44-87	22,72	16,48	30,52	361,14
959	Кисель	200	14-13	3,58	2,68	28,34	151,8
453	Булочка	25	13-00	1,87	3,3	15,2	98,5
Всего				26,3	22,46	74,06	611,44
Завтрак							
Норма				18	18,4	76,6	544
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
187	Щи из свежей капусты	250	15-00	1,75	4,89	8,49	84,75
679	Каша рассыпчатая гречневая	150	12-90	8,95	6,73	43	276,53
ПР	Котлета (школьная, лакомка)	100	25-93	18,1	17,72	8,83	267,2
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				35,72	35,66	118,45	945,58
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
187	Щи из свежей капусты	200	9-05	1,75	4,89	8,49	84,75
679	Каша рассыпчатая гречневая	100	6-02	8,95	6,73	43	276,53
ПР	Котлета (школьная, лакомка)	100	25-93	18,1	17,72	8,83	267,2
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				33,37	31,06	106,12	845,48
Обед							

2-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
302	Каша овсяная молочная	200	12-00	6	11,4	57,1	365
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего				7,32	11,75	82,6	478
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
461	Тефтели	90	30-28	13,8	16,4	13,1	257
688	Макароны отварные с маслом	150/10	9-62	5,52	4,52	26,45	168,45
ПР	Фрукты (яблоко, банан, мандарин)	150	28-10	2,3	0	18,3	123
377	Чай с сахаром	200/15	2-31	9,02	2,28	15,42	114,66
ТК 7	Хлеб пшеничный	25	1-69	2	0,33	10,5	53
Всего				32,64	23,53	83,77	716,11
Норма				18	18,4	76,6	544
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
111	Суп с макаронными изделиями	250	10-07	2,69	2,84	17,14	104,75
486	Рагу из овощей с мясом	150/50	43-76	20,3	17	35,69	377
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				28,28	24,59	102,81	745,7
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
111	Суп с макаронными изделиями	200	6-16	2,69	2,84	17,14	104,75
486	Рагу из овощей с мясом	100/30	34-84	20,3	17	35,69	377
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				27,56	21,56	98,63	698,75
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)							
4-00 руб.							
453	Хлеб из пшеничной муки "Домашний"	25	1-69	1,25	0,33	10,5	53
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего в				1,32	0,35	25,5	113
Завтрак							
16-00 руб							
410	Ватрушка с повидлом	75	13-69	10,14	10,69	4,47	153,59
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
Всего в				10,21	10,71	19,47	213,59
Завтрак							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс) 72 рубля							
284 1996г.	Омлет натуральный с маслом	140	36-55	13,02	24,14	2,44	284,36
42	Сыр порционный	15	16-68	3,48	4,43	0	54,6
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
ПР	Кондитерское изделие (в ассортименте)	50	12-60	3,75	6,6	20,4	167
ТИ	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего в				24,82	36,89	68,64	722,96
Завтрак							
Норма							
Завтрак				18	18,4	76,6	544

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (родительская доля) 60 рублей							
170	Борщ с капустой и картофелем	250	17-00	1,81	4,91	12,53	102,5
536	Колбаса отварная порционная (сосиска)	60	22-57	6,6	14,34	0,24	156,6
688	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	9-62	6,62	5,42	31,73	202,14
8	Компот из яблок	200	6-95	1		18,2	77
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	60	3-86	4,5	1,7	30,8	157
Всего				16,03	24,67	93,5	695,24
Обед							

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
Обед (ОВЗ) 45 рублей							
170	Борщ с капустой и картофелем	200	10-81	1,81	4,91	12,53	102,5
536	Колбаса отварная порционная	40	20-57	6,6	14,34	0,24	156,6
688	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	9-62	6,62	5,42	31,73	202,14
376	Чай с сахаром	200/15	2-31	0,07	0,02	15	60
453	Хлеб пшеничный "Домашний"	25	1-69	4,5	1,7	30,8	157
Всего				15,1	24,69	90,3	678,24
Обед							