



10-ти дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся



№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7	8

Неделя 1/ день 1

71\20\2017м	овощи по сезону в нарезке(опорцы)	6	30	0,174	0,025	0,47	3
243\2017м	сосиски отварные с соусом красным 60\30	27	90	7,16	12,87	6,64	236,07
54-Зс\2022н	макаронны отварные с маслом	15	150	5,4	4,9	32,8	196,8
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
54-Згн\2022н	чай с сахаром	5	200	0,2	0	10,38	42,38
Итого		55	500	15,27	18,10	64,75	548,33

10-ти дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7	8

Неделя 1/ день 2

47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	5	50	0,85	2,50	4,23	42,85
246\2017	котлета пр хлыновски 60\30	27	90	9,55	10,67	3,30	146,03
171\2017	каша гречневая рассыпчатая	15	150	8,3	6,3	36	233,7
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
54-Згн\2022н	чай с сахаром и лимоном	6	200	0,3	0	10,58	43,52
Итого		55	520,00	21,34	19,77	68,57	536,18

10-ти Дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/ли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7	8
Неделя 1/ День 3							

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	5	30	0,33	0,3	1,14	6,6
54-9м\2022н	жаркое по домашнему	42	200	20,10	18,70	17,20	318,00
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
54-45н\2022н	чай каркаде	6	200	0,16	0,08	7,18	30,08
Итого		55	460,00	22,93	19,38	39,98	424,76

10-ти Дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/ли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7	8
Неделя 1/ День 4							

52\2017м	свекла отварная с растительным маслом	5	50	0,74	3	4,13	46,4
54-3м\2022н	голу/бцы ленивые с соусом б0/30	27	90	11,7	13,7	12	218,1
203\2017м	макароны отварные с маслом	15	150	5,4	4,9	32,8	196,8
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
54-5н\2022н	компот и свежих плодов	6	200	0,2	0,1	10,05	40,77
Итого		55	520	20,38	22	73,44	572,15

10-ти дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/бли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7	8

Неделя 1/ День 5

101\2004д	консервы закусочные (икра кабачковая)	5	30	1,12	1,41	4,36	34,65
246\2017м	Гуляш из отварного мяса	27	90	11,21	13,76	8,60	203,08
171\2017м	каша пшеничная с маслом	15	150	5,93	4,03	35,91	203,46
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	6	200	0,5	0	19,8	81,2
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
	Итого	55	500	21,10	19,50	83,13	592,47

10-ти дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб/бли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1		3	4	5	6	7	8

Неделя 2/ День 6

71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке(огурцы)	6	30	0,174	0,025	0,47	3
243\2017м	сосиски отварные с соусом красным 60\30	27	90	7,16	12,87	6,64	236,07
54-3сс\2022н	макаронны отварные с маслом	15	150	5,4	4,9	32,8	196,8
203\2017м	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
701\2010	чай с сахаром	5	200	0,2	0	10,38	42,38
54-2гн\2022н	Итого	55	500	15,27	18,10	64,75	548,33
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680



10-ти дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Неделя 2/ День 7							
47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	5	50	0,85	2,50	4,23	42,85
246\2017	котлета по хлыновски 60/30	27	90	9,55	10,67	3,30	146,03
171\2017	каша гречневая рассыпчатая	15	150	8,3	6,3	36	233,7
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	6	200	0,3	0	10,58	43,52
Итого		55	520,00	21,34	19,77	68,57	536,18
Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%			550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

10-ти дневное меню для обеспечения питанием за родительскую плату обучающихся

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Неделя 2/ День 8							
71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	5	30	0,33	0,3	1,14	6,6
54-9м\2022н	жаркое по домашнему	42	200	20,10	18,70	17,20	318,00
701\2010	хлеб пшеничный	2	30	2,34	0,30	14,46	70,08
54-45гн\2022н	чай каркаде	6	200	0,16	0,08	7,18	30,08
Итого		55	390	22,93	19,38	39,98	424,76
Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%			550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

