Согласовано:
Директор

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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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 гренками	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 гренками	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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энерге-тическая 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 ОВЗ										
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**