

Утверждаю:

Приложение № 2 к контракту

№ 033

от « 31 »

08

20 26

Согласовано:

ИП Алексеева И.С.

(должность)

/Алексеева И.С./

(ФИО)

Директор МБОУ СОШ № 3 г. Азова

(должность)

Городинская В.В. /

(ФИО)

" " 20

г.

" " 20

г.

Примерное десятидневное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с 7 до 11 лет (1-4 классов) на осенне-зимний период в МБОУ СОШ № 3 г. Азова

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
завтрак (полдник)	Каша вязкая молочная пшеничная	200	7,000	11,200	14,300	194,000	54-13к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб ржаной	40	3,200	0,720	17,000	103,600	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,600	22,310	105,000	54-23гн/2022
Итого:		500	17,040	16,120	82,590	544,600	
День 2							
завтрак (полдник)	Каша жидкая молочная рисовая	200	7,200	12,300	27,000	224,000	54-25.1к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Печенье	40	3,400	5,600	12,300	136,000	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
Итого:		500	15,540	18,550	83,280	558,000	
День 3							
завтрак (полдник)	Макаронник	200	6,800	10,500	21,300	221,000	277/1994
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,480	4,425	0,000	54,000	54-1з/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб ржаной	25	2,130	0,450	10,630	64,800	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-3гн/2022
Итого:		500	17,410	16,025	76,130	540,800	
День 4							
завтрак (полдник)	Запеканка из творога со сметаной	200	8,600	14,800	15,000	207,000	54-1т/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб ржаной	40	3,200	0,720	17,000	103,600	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,600	22,310	105,000	54-23гн/2022
Итого:		500	18,640	19,720	83,290	557,600	
День 5							
завтрак (полдник)	Каша жидкая молочная гречневая	200	8,000	14,500	21,500	257,000	54-20к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб ржаной	40	3,200	0,720	17,000	103,600	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
Итого:		500	16,140	15,870	82,480	558,600	
День 6							
завтрак (полдник)	Каша вязкая овсяная с маслом и сахаром	200	6,300	11,200	31,000	248,000	257/1994
	Яйцо отварное	40	4,800	4,000	0,300	56,600	54-6о/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	141,000	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-3гн/2022
Итого:		500	16,100	15,850	75,500	504,600	
День 7							
завтрак (полдник)	Каша жидкая молочная рисовая	200	7,200	12,300	27,000	224,000	54-25.1к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Печенье	40	1,800	1,900	5,000	85,000	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,600	22,310	105,000	54-23гн/2022
Итого:		500	15,840	18,400	83,290	556,000	
День 8							
завтрак (полдник)	Запеканка из творога со сметаной	200	8,600	14,800	15,000	207,000	54-1т/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб ржаной	40	3,200	0,720	17,000	103,600	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
Итого:		500	16,740	16,170	75,980	508,600	
День 9							
завтрак (полдник)	Каша вязкая молочная кукурузная	200	12,500	15,300	34,000	297,000	54-2к/2022
	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	71,000	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-3гн/2022
	Яблоко	100	0,400	0,400	9,800	47,000	
Итого:		530	15,530	16,050	73,510	474,000	
День 10							
завтрак (полдник)	Каша жидкая молочная пшеничная	200	7,300	11,900	27,600	270,000	54-24к/2022
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,480	4,425	0,000	54,000	54-1з/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб ржаной	25	2,130	0,450	10,630	64,800	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
Итого:		500	17,850	17,425	82,210	586,800	
Итого за 10 дней:		5030	166,830	170,180	798,260	5389,600	
Среднее значение за период:		503	16,683	17,018	79,826	538,960	