

Утверждаю:

ИП Алексеева И.С.

(должность)

Алексеева
Ирина
Сергеевна
(подпись)

И.С.Алексеева/

(ФИО)

Приложение №2 к контракту №

от

2026 г.

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 3 г. Азова

(должность)

Городинская В.В. /

(ФИО)

Примерное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с 12 лет и старше (5-11 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		
	1 день						
завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	250	8,750	14,000	17,900	243,000	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
		550	18,790	18,920	86,190	593,600	
обед	Суп-лапша домашняя	250	4,700	7,750	35,200	218,000	139/1994
	Плов из птицы	200	16,000	16,950	34,000	364,000	54-12м/2022
	Огурцы соленные	100	1,300	4,400	1,700	36,000	т.24/1994
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-3гн/2022
	Итого:	810	27,000	29,750	115,100	819,000	
	Итого:	1360	45,790	48,670	201,290	1412,600	
	2 день						
завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	250	9,000	14,300	33,800	280,200	54-25.1к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Печенье	40	4,300	5,600	12,300	136,000	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
		550	18,240	20,550	90,080	614,200	
обед	Суп гороховый	250	5,300	6,200	23,150	148,500	54-8с/2022
	Тефтели	100	8,700	9,900	2,600	184,400	462/2004
	Макароны отварные	180	6,300	6,800	38,400	236,160	54-1г/2022
	Кукуруза консервированная	100	2,500	1,900	10,800	80,000	32, сб. 1981 г.
	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	71,000	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	2,500	28,000	105,000	54-23гн/2022
		860	27,270	27,600	117,440	825,060	
	Итого:	1410	45,510	48,150	207,520	1439,260	
	3 день						
завтрак	Каша жидкая молочная пшеничная	250	9,200	14,880	34,500	337,500	54-24к/2022
	Сыр твердых 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
		550	19,750	20,405	89,110	654,300	
обед	Борщ с капустой и картофелем	250	6,000	5,850	26,250	153,750	54-2с/2022
	Фрикадельки в соусе	100	13,300	12,700	14,550	245,900	469/2004
	Огурцы соленные	100	1,300	4,400	1,700	36,000	т.24/1994
	Каша ячневая рассыпчатая	180	5,700	8,700	43,200	270,000	257/1994
	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	71,000	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
		860	28,870	32,000	115,190	832,650	
	Итого:	1410	48,620	52,405	204,300	1486,950	
	4 день						
завтрак	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
	Мучные кондитерские изделия	50	3,000	2,100	12,300	98,600	пром.
		550	21,640	21,820	95,590	656,200	
обед	Суп картофельный с крупой (с рисом)	250	3,200	6,630	26,300	119,400	54-11с/2022
	Котлета из курицы	100	12,600	6,200	4,110	156,600	498/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,000	7,600	43,200	280,400	54-4г/2022
	Винегрет	100	1,000	8,800	6,830	111,800	54-16з/2022
	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,150	118,000	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-3гн/2022
		880	27,010	29,780	119,810	845,200	
	Итого:	1430	48,650	51,600	215,400	1501,400	
	5 день						
завтрак	Каша жидкая молочная гречневая	250	10,000	17,100	26,900	321,250	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
		550	18,140	18,470	87,880	622,850	
обед	Рассольник Ленинградский	250	7,400	7,300	28,800	156,900	54-3с/2022
	Рыба припущенная с овощами	100	9,000	8,900	6,850	108,000	303/1994
	Рис отварной	180	4,320	6,240	41,500	244,200	54-6г/2022
	Икра свекольная	100	2,170	7,000	11,330	119,000	54-15з/2022
	Хлеб пшеничный	30	3,684	1,284	25,080	128,640	пром.
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,500	0,000	19,800	81,000	54-1хн/2022
		860	27,074	30,724	133,360	837,740	
	Итого:	1410	45,214	49,194	221,240	1460,590	

	6 день						
завтрак	Каша вязкая овсяная с маслом и сахаром	250	8,300	13,850	38,800	310,000	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
		550	18,100	18,500	83,300	566,600	
обед	Суп-лапша домашняя	250	4,700	7,750	35,200	218,000	139/1994
	Плов из птицы	200	16,000	16,950	34,000	364,000	54-12м/2022
	горошек консервированный	100	1,600	2,400	7,300	58,000	54-20з/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-3гн/2022
		810	27,300	27,750	120,700	841,000	
	Итого:	1360	45,400	46,250	204,000	1407,600	
	7 день						
завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	250	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
		550	15,840	18,400	83,290	556,000	
обед	Суп гороховый	250	5,300	6,200	23,150	148,500	54-8с/2022
	Голубцы ленивые	100	8,800	11,440	7,110	191,000	54-3м/2022
	Макаронны отварные	180	6,300	6,800	38,400	236,160	54-1г/2022
	Кукуруза консервированная	100	2,500	1,900	10,800	80,000	32, сб. 1981 г.
	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,150	118,000	пром.
	Кисель из фруктов	200	0,200	0,800	21,000	52,900	54-22хн/2022
		880	27,050	27,640	124,610	826,560	
	Итого:	1430	42,890	46,040	207,900	1382,560	
	8 день						
завтрак	Макаронник	250	8,500	13,200	26,600	276,300	277/1994
	Сыр твердых 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.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,600	22,310	105,000	54-23гн/2022
		550	20,950	22,275	88,520	642,100	
обед	Борщ с капустой и картофелем	250	6,000	5,850	26,250	153,750	54-2с/2022
	Фрикадельки в соусе	100	12,000	10,200	14,550	245,900	469/2004
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,000	7,600	43,200	280,400	54-4г/2022
	Огурцы соленные	100	1,300	4,400	1,700	36,000	т.24/1994
	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,150	118,000	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,600	22,310	105,000	54-23гн/2022
		880	31,350	32,150	132,160	939,050	
	Итого:	1430	52,300	54,425	220,680	1581,150	
	9 день						
завтрак	Каша вязкая овсяная с маслом и сахаром	250	8,300	13,800	38,750	310,000	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	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
		550	18,040	18,450	83,030	563,600	
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,150	2,700	40,200	127,500	54-7с/2022
	Биточки	100	13,300	13,600	2,830	274,400	462/2004
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,240	6,960	40,800	234,000	257/1994
	Капуста квашеная	100	1,900	5,300	3,000	78,000	пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	71,000	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
		860	27,160	28,910	116,320	840,900	
	Итого:	1410	45,200	47,360	199,350	1404,500	
	10 день						
завтрак	Каша жидкая молочная пшеничная	250	9,200	14,880	34,500	337,500	54-24к/2022
	Сыр твердых 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
		550	19,750	20,405	89,110	654,300	
обед	Рассольник Ленинградский	250	7,400	7,300	28,800	156,900	54-3с/2022
	Котлета из курицы	100	12,600	6,200	4,110	156,600	498/1994
	Каша ячневая рассыпчатая	180	5,700	8,700	43,200	270,000	257/1994
	Салат из свеклы отварной	100	1,200	4,500	7,700	76,000	54-13з/2022
	Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	71,000	пром.
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,500	0,000	19,800	81,000	54-1хн/2022
		860	29,770	27,000	118,100	811,500	
	Итого:	1410	49,520	47,405	207,210	1465,800	
Итого за 10 дней:		14060	469,094	491,499	2088,890	14542,410	
Среднее значение:		1406	46,909	49,150	208,889	1454,241	