



по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.				Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб
			Б	Ж	У	Y		B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
№ рецеп.																
Понедельник																
Завтрак (1 едена)																
312М	Картофельное пюре, соус	150,50	3,28	2,90	22,18		138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22	31,5
377М	Чай из шиповника	180	0,17	0,07	13,39		58,09	0,00	50,00	40,85	0,10	3,00	0,85	0,85	0,18	9,0
	Накормительный	40	3,16	0,40	19,32		94,00	0,06	0,00	0,00	0,57	9,20	34,80	13,20	1,80	3,6
	Итого за завтрак		6,61	4,26	54,89		290,28	0,22	75,94	59,15	0,84	57,34	133,12	47,16	2,20	45,00
Обед (2 едена)																
312М	Картофельное пюре, соус	150,50	3,28	2,90	22,18		138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22	31,5
377М	Чай из шиповника	180	0,17	0,07	13,39		58,09	0,00	50,00	40,85	0,10	3,00	0,85	0,85	0,18	9,0
	Накормительный	40	3,16	0,40	19,32		94,00	0,06	0,00	0,00	0,57	9,20	34,80	13,20	1,80	3,6
	Итого за обед		6,61	4,26	54,89		290,28	0,22	75,94	59,15	0,84	57,34	133,12	47,16	2,20	45,00
Ужин (3 едена)																
312М	Картофельное пюре, соус	150,50	3,28	2,90	22,18		138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22	31,5
377М	Чай из шиповника	180	0,17	0,07	13,39		58,09	0,00	50,00	40,85	0,10	3,00	0,85	0,85	0,18	9,0
	Накормительный	40	3,16	0,40	19,32		94,00	0,06	0,00	0,00	0,57	9,20	34,80	13,20	1,80	3,6
	Итого за ужин		6,61	4,26	54,89		290,28	0,22	75,94	59,15	0,84	57,34	133,12	47,16	2,20	45,00

Index



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(МКГ)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ПЕ.Е.Я																
Взрослые																
Завтрак (1 смена)																
177М	Каша молочная с яблоком	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	20,20	
419К	Кофейный напиток из инжира с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	21,20	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	13,32	91,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60	
Итого за завтрак			14,27	11,29	68,80	457,73	0,30	1,22	44,30	0,76	277,53	333,14	81,73	2,54	45,00	
Обед (2 смена)																
177М	Каша молочная с яблоком	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	20,20	
419К	Кофейный напиток из инжира с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	21,20	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	13,32	91,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60	
Итого за обед			14,27	11,29	68,80	457,73	0,30	1,22	44,30	0,76	277,53	333,14	81,73	2,54	45,00	

Утверждено: _____

Утверждено: _____

Утверждено: _____

Утверждено: _____

Утверждено: _____



Утверждено
для документов
ООО «СитиПРО»
Директор: М.П. Подойнишина
М.П.



Утверждено
Директор МОУ
М.П.
М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя № рецепта	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		
Среда																
Завтрак (1 смена)																
14.5M	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	1,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21	
37.7M	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	0,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,11	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19	
	Хлеб топпинг	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60	
Итого за завтрак			6,35	10,99	40,60	326,96	0,21	20,49	12,00	1,78	49,75	129,05	96,99	2,90	45,00	
Обед (2 смена)																
14.5M	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	1,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21	
37.7M	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	0,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,11	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19	
	Хлеб топпинг	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60	
Итого за обед			6,35	10,99	40,60	326,96	0,21	20,49	12,00	1,78	49,75	129,05	96,99	2,90	45,00	
Всего за Среда			12,69	21,97	81,19	653,92	0,42	40,97	24,00	3,55	99,49	258,10	193,97	5,79		

Средняя стоимость обеда

Шеф-повар

Средняя стоимость обеда	
Количество детей в обед	
Всего детей	



Утверждено
ООО «СИТИ-ПРОФИТ»
Директор *А.В. Подойницына*
М.П.



Утверждено
Директор МОУ
М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя	№ рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.				Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
				Б	Ж	У			В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Четверг																	
Завтрак (1 смена)																	
8:00		Каша гречневая с соусом	150,50	3,81	3,08	20,01		202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	25,75
		Чай с ванилином	180	0,17	0,07	13,39		58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	15,65
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32		94,00	0,06	0,00	0,00	1,52	9,20	34,80	15,20	0,80	3,60
ИТОГО за завтрак				7,14	3,55	71,72		355,04	0,10	50,00	54,85	0,96	17,91	117,81	41,08	1,53	45,00

Обед (2 смена)																	
12:00-13:00		Суп куриный с овощами	150,50	3,81	3,08	20,01		202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	25,75
		Чай с ванилином	180	0,17	0,07	13,39		58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	15,65
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32		94,00	0,06	0,00	0,00	1,52	9,20	34,80	15,20	0,80	3,60
ИТОГО за обед				7,14	3,55	71,72		355,04	0,10	50,00	54,85	0,96	17,91	117,81	41,08	1,53	45,00
ВСЕГО за четверг				14,28	7,10	143,44		710,08	0,20	100,00	109,70	1,92	35,82	235,62	82,16	3,06	

Количество детей в обед	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Шеф-повар



Утверждено
ООО «Сити-ПРО»
Директор *М.В. Подоплынина*
М.П.

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ исследования № рецен	Наименование блока	Выход. гр.	Пищевые вещества, гр.				Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена, руб
			Б	Ж	У	В1		С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe				
Питание																		
Завтрак (1 смена)																		
21.04	Омлет куриный	130	18,44	27,88	10,63	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	30,46				
	Кисель	180	0,90	0,18	18,18	0,02	36,30	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	10,94				
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	0,06	0,60	0,60	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60				
	Чай (1 чашка) за завтраком		22,80	23,46	48,13	0,28	46,26	302,25	4,19	137,43	354,15	54,03	6,92	45,36				
Обед (12 смена)																		
21.04	Омлет куриный	130	18,44	27,88	10,63	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	30,46				
	Кисель	180	0,90	0,18	18,18	0,02	36,30	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	10,94				
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	0,06	0,60	0,60	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60				
	Чай (1 чашка) за обедом		22,80	23,46	48,13	0,28	46,26	302,25	4,19	137,43	354,15	54,03	6,92	45,36				
Ужин (18.00-20.00)																		
21.04	Омлет куриный	130	18,44	27,88	10,63	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	30,46				
	Кисель	180	0,90	0,18	18,18	0,02	36,30	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	10,94				
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	0,06	0,60	0,60	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60				
	Чай (1 чашка) за ужином		22,80	23,46	48,13	0,28	46,26	302,25	4,19	137,43	354,15	54,03	6,92	45,36				