

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель

С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

МЕНЮ*

ДАТА – 00.00.0000 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ПОНЕДЕЛЬНИК		№ ДНЯ - 01	
ЗАВТРАК								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА	
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
Макароны с сыром	150	7,1	15,9	27,1	281,0	210	28,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	390	10,3	17,2	62,7	445,8		37,00	
ОБЕД								
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	8,2	7,9	15,1	164,6	102	19,00	
Бефстроганов из отварного мяса	50	6,1	14,0	2,0	161,4	245	53,00	
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	12,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	630	19,8	26,8	86,9	670,6		100,00	
Всего за день:	1020	30,1	44,0	149,5	1116,4		137,00	
ДАТА – 09.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ВТОРНИК		№ ДНЯ - 02	
ЗАВТРАК								
Каша «Дружба» молочная	200	6,2	10,0	26,8	224,00	190	16,00	
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	2,4	26,6	142,2	379	8,00	
Бутерброд с маслом	30	1,6	8,8	10,4	127,2	1	13,00	
Итого за приём пищи:	430	11,1	21,3	63,8	493,4		37,00	
ОБЕД								
Салат из свеклы	30	0,4	1,8	2,5	28,0	33	2,00	
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	200	5,3	9,0	10,3	147,5	82	17,00	
Рыба, припущенная в молоке	40	6,1	3,7	1,2	63,1	230	50,00	
Пюре картофельное	150	3,2	5,3	21,4	146,3	312	15,00	
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	650	17,1	20,1	76,0	559,1		100,00	
Всего за день:	1080	28,2	41,4	139,8	1052,5		137,00	
ДАТА – 10.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			СРЕДА		№ ДНЯ - 03	
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога со сгущённым молоком	130	14,5	12,5	25,5	276,7	223	32,00	
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00	
Итого за приём пищи:	337	14,8	12,6	40,7	338,7		37,00	
ОБЕД								
Суп-лапша домашняя	200	5,9	7,5	11,5	137,2	106	19,00	
Котлета рубленая из птицы	80	11,8	20,3	10,7	272,5	294	49,00	
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191,0	331	16,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2		4,00	
Итого за приём пищи:	660	25,2	32,8	85,6	739,3		100,00	
Всего за день:	997	40,0	45,5	126,3	1078,0		137,00	

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

МЕНЮ*

ДАТА – 11.01.2024 г. - КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ЧЕТВЕРГ							
№ ДНЯ - 04							
ЗАВТРАК							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша ячневая молочная	210	5,8	10,9	42,1	290,3	174	18,00
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00
Бутерброд с джемом	30	1,6	0,6	17,6	80,8	2	14,00
Итого за приём пищи:	447	7,7	11,5	74,9	433,1		37,00
ОБЕД							
Щи по-уральски (с крупой)	200	5,3	8,3	6,2	125,2	93	17,00
Гуляш из отварного мяса	50	6,0	15,5	1,9	171,8	246	55,00
Соус томатный № 364	50	0,9	4,9	3,6	61,0	364	0,00
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	14,00
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	115,0	394	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00
Итого за приём пищи:	680	18,0	33,8	90,1	740,2		100,00
Всего за день:	1127	25,7	45,4	165,0	1173,3		137,00
ДАТА – 12.01.2024 г. КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ПЯТНИЦА							
№ ДНЯ - 05							
ЗАВТРАК							
Каша овсяная «Геркулес»	155	6,2	7,9	25,7	199,0	184	17,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	40	1,6	8,8	10,4	127,2	1	15,00
Итого за приём пищи:	395	8,0	16,8	51,1	386,2		37,00
ОБЕД							
Солянка домашняя со сметаной	200	5,6	11,5	7,2	157,7	232	19,00
Печень по-строгановски	100	0,8	6,8	3,6	79,5	256	53,00
Макаронные изделия отварные	155	5,5	4,8	31,3	191,0	331	12,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00
Итого за приём пищи:	680	14,0	23,5	82,7	602,4		100,00
Всего за день:	1075	21,9	40,0	133,8	988,6		137,00
ДАТА – 13.01.2024 г. КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
СУББОТА							
№ ДНЯ - 06							
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная	155	5,6	6,4	24,8	179,0	189	11,00
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	11,00
Бутерброд с маслом	30	1,6	8,9	10,4	127,2	1	15,00
Итого за приём пищи:	385	10,1	17,8	60,0	440,2		37,00
ОБЕД							
Суп из овощей	200	4,7	7,4	9,0	122,5	95	17,00
Сосиски отварные	50	5,6	12,2	0,2	133,0	254	53,00
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	14,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	12,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00
Итого за приём пищи:	630	16,5	24,6	91,3	653,7		100,00
Всего за день:	1015	26,6	42,4	151,3	1093,9		137,00

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель
С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»
А.В.Долгов

М Е Н Ю*

ДАТА – 15.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ПОНЕДЕЛЬНИК		№ ДНЯ - 07	
ЗАВТРАК								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА	
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
Макароны с сыром	150	7,1	15,9	27,1	281,0	210	28,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	390	10,3	17,2	62,7	445,8			37,00
ОБЕД								
Суп картофельный с крупой рисовой на курином бульоне	200	5,5	5,9	16,4	140,8	98	17,00	
Гуляш из отварного мяса	50	6,0	15,5	1,9	171,8	246	55,00	
Соус томатный № 364	50	0,9	4,9	3,6	61,0	364	0,00	
Макаронные изделия отварные	155	5,5	4,8	31,3	191,0	331	12,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	680	19,9	31,4	85,3	703,3			100,00
Всего за день:	1070	30,2	48,5	148,0	1149,1			137,00
ДАТА – 16.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ВТОРНИК		№ ДНЯ - 08	
ЗАВТРАК								
Омлет натуральный паровой	130	12,5	20,7	2,4	245,8	214	29,00	
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	8,00	
Итого за приём пищи:	330	15,4	23,2	27,2	379,8			37,00
ОБЕД								
Салат из квашеной капусты	30	0,5	1,5	2,5	26,3	47	2,00	
Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне со сметаной	200	5,5	7,9	13,3	148,7	91	17,00	
Рыба, припущенная в молоке	50	6,1	3,7	1,2	63,1	230	50,00	
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	15,00	
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	650	17,8	18,1	95,3	618,3			100,00
Всего за день:	980	33,2	41,3	122,5	998,1			137,00
ДАТА – 17.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			СРЕДА		№ ДНЯ - 09	
ЗАВТРАК								
Каша геркулесовая молочная	210	8,8	13,4	39,4	314,0	173	17,00	
Бутерброд с джемом	30	1,6	0,6	17,6	80,8	2	15,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Итого за приём пищи:	440	10,6	14,1	72,0	454,8			37,00
ОБЕД								
Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной	200	6,9	8,6	18,5	182,0	108	17,00	
Котлеты, рубленые из птицы	80	11,8	20,3	10,7	272,5	294	55,00	
Макаронные изделия отварные	155	5,5	4,8	31,3	191,0	331	12,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	660	26,3	34,0	92,6	784,1			100,00
Всего за день:	1100	36,9	48,0	164,6	1238,9			137,00

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

М Е Н Ю*

ДАТА – 18.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ЧЕТВЕРГ		№ ДНЯ – 10
ЗАВТРАК							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Запеканка из творога	200	22,3	19,4	39,3	426,7	223	32,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Итого за приём пищи:	400	22,5	19,5	54,3	486,7		37,00
ОБЕД							
Свекольник на курином бульоне со сметаной	200	6,8	9,1	21,9	198,6	81	19,00
Жаркое по-домашнему	200	8,2	34,0	22,7	431,2	133	65,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00
Итого за приём пищи:	630	17,1	43,5	85,2	804,0		100,00
Всего за день:	1030	39,6	62,9	139,5	1290,7		137,00
ДАТА – 19.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ПЯТНИЦА		№ ДНЯ – 11
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная	155	5,5	6,2	28,6	193,0	184	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	40	1,6	8,8	10,4	127,2	1	16,00
Итого за приём пищи:	395	7,3	15,1	54,0	380,2		37,00
ОБЕД							
Суп рыбный со сметаной	200	5,3	3,2	13,9	108,4	106	17,00
Запеканка картофельная с мясом	180	8,0	33,4	22,2	424,4	299	67,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00
Итого за приём пищи:	610	15,3	36,8	68,2	671,4		100,00
Всего за день:	1005	22,5	51,9	122,1	1051,6		137,00
ДАТА – 20.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			СУББОТА		№ ДНЯ – 12
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная	205	6,5	7,8	28,5	210,7	413	15,00
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	8,00
Бутерброд с джемом	30	1,6	0,6	17,1	78,3	2	14,00
Итого за приём пищи:	435	11,0	10,9	71,0	425,6		37,00
ОБЕД							
Суп из овощей	200	4,7	7,4	9,0	122,5	95	17,00
Сосиски отварные	50	5,6	12,2	0,2	133,0	254	53,00
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	31,9	194,0	209	14,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00
Итого за приём пищи:	635	18,0	24,8	81,7	623,7		100,00
Всего за день:	1070	29,0	35,7	152,7	1049,3		137,00

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»

С.Н.Василисков

А.В.Долгов

МЕНЮ*

ДАТА – 22.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ПОНЕДЕЛЬНИК		№ ДНЯ - 01	
ЗАВТРАК								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА	
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
Макароны с сыром	150	7,1	15,9	27,1	281,0	210	28,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	390	10,3	17,2	62,7	445,8		37,00	
ОБЕД								
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	8,2	7,9	15,1	164,6	102	19,00	
Бефстроганов из отварного мяса	50	6,1	14,0	2,0	161,4	245	53,00	
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	12,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	630	19,8	26,8	86,9	670,6		100,00	
Всего за день:	1020	30,1	44,0	149,5	1116,4		137,00	
ДАТА – 23.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ВТОРНИК		№ ДНЯ - 02	
ЗАВТРАК								
Каша «Дружба» молочная	200	6,2	10,0	26,8	224,00	190	16,00	
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	2,4	26,6	142,2	379	8,00	
Бутерброд с маслом	30	1,6	8,8	10,4	127,2	1	13,00	
Итого за приём пищи:	430	11,1	21,3	63,8	493,4		37,00	
ОБЕД								
Салат из свеклы	30	0,4	1,8	2,5	28,0	33	2,00	
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	200	5,3	9,0	10,3	147,5	82	17,00	
Рыба, припущенная в молоке	40	6,1	3,7	1,2	63,1	230	50,00	
Пюре картофельное	150	3,2	5,3	21,4	146,3	312	15,00	
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	650	17,1	20,1	76,0	559,1		100,00	
Всего за день:	1080	28,2	41,4	139,8	1052,5		137,00	
ДАТА – 24.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			СРЕДА		№ ДНЯ - 03	
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога со сгущённым молоком	130	14,5	12,5	25,5	276,7	223	32,00	
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00	
Итого за приём пищи:	337	14,8	12,6	40,7	338,7		37,00	
ОБЕД								
Суп-лапша домашняя	200	5,9	7,5	11,5	137,2	106	19,00	
Котлета рубленая из птицы	80	11,8	20,3	10,7	272,5	294	49,00	
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191,0	331	16,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2		4,00	
Итого за приём пищи:	660	25,2	32,8	85,6	739,3		100,00	
Всего за день:	997	40,0	45,5	126,3	1078,0		137,00	

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

** ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

МЕНЮ*

ДАТА – 25.01.2024 г. - КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА				ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА		МАССА ПОРЦИИ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
ЗАВТРАК								
Каша ячневая молочная	210	5,8	10,9	42,1	290,3	174	18,00	
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00	
Бутерброд с джемом	30	1,6	0,6	17,6	80,8	2	14,00	
Итого за приём пищи:	447	7,7	11,5	74,9	433,1		37,00	
ОБЕД								
Щи по-уральски (с крупой)	200	5,3	8,3	6,2	125,2	93	17,00	
Гуляш из отварного мяса	50	6,0	15,5	1,9	171,8	246	55,00	
Соус томатный № 364	50	0,9	4,9	3,6	61,0	364	0,00	
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	14,00	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	115,0	394	10,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	680	18,0	33,8	90,1	740,2		100,00	
Всего за день:	1127	25,7	45,4	165,0	1173,3		137,00	
ДАТА – 26.01.2024 г. КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА				ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА		МАССА ПОРЦИИ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
ЗАВТРАК								
Каша овсяная «Геркулес»	155	6,2	7,9	25,7	199,0	184	17,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Бутерброд с маслом	40	1,6	8,8	10,4	127,2	1	15,00	
Итого за приём пищи:	395	8,0	16,8	51,1	386,2		37,00	
ОБЕД								
Солянка домашняя со сметаной	200	5,6	11,5	7,2	157,7	232	19,00	
Печень по-строгановски	100	0,8	6,8	3,6	79,5	256	53,00	
Макаронные изделия отварные	155	5,5	4,8	31,3	191,0	331	12,00	
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	680	14,0	23,5	82,7	602,4		100,00	
Всего за день:	1075	21,9	40,0	133,8	988,6		137,00	
ДАТА – 27.01.2024 г. КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА				ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА		МАССА ПОРЦИИ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
ЗАВТРАК								
Каша пшеничная молочная	155	5,6	6,4	24,8	179,0	189	11,00	
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	11,00	
Бутерброд с маслом	30	1,6	8,9	10,4	127,2	1	15,00	
Итого за приём пищи:	385	10,1	17,8	60,0	440,2		37,00	
ОБЕД								
Суп из овощей	200	4,7	7,4	9,0	122,5	95	17,00	
Сосиски отварные	50	5,6	12,2	0,2	133,0	254	53,00	
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	14,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	630	16,5	24,6	91,3	653,7		100,00	
Всего за день:	1015	26,6	42,4	151,3	1093,9		137,00	

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель
С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»
А.В.Долгов

МЕНЮ*

ДАТА – 29.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ПОНЕДЕЛЬНИК		№ ДНЯ - 07	
ЗАВТРАК								
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА	
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ				
Макароны с сыром	150	7,1	15,9	27,1	281,0	210	28,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	390	10,3	17,2	62,7	445,8		37,00	
ОБЕД								
Суп картофельный с крупой рисовой на курином бульоне	200	5,5	5,9	16,4	140,8	98	17,00	
Гуляш из отварного мяса	50	6,0	15,5	1,9	171,8	246	55,00	
Соус томатный № 364	50	0,9	4,9	3,6	61,0	364	0,00	
Макаронные изделия отварные	155	5,5	4,8	31,3	191,0	331	12,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	680	19,9	31,4	85,3	703,3		100,00	
Всего за день:	1070	30,2	48,5	148,0	1149,1		137,00	
ДАТА – 30.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			ВТОРНИК		№ ДНЯ - 08	
ЗАВТРАК								
Омлет натуральный паровой	130	12,5	20,7	2,4	245,8	214	29,00	
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	8,00	
Итого за приём пищи:	330	15,4	23,2	27,2	379,8		37,00	
ОБЕД								
Салат из квашеной капусты	30	0,5	1,5	2,5	26,3	47	2,00	
Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне со сметаной	200	5,5	7,9	13,3	148,7	91	17,00	
Рыба, припущенная в молоке	50	6,1	3,7	1,2	63,1	230	50,00	
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,0	323	15,00	
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	650	17,8	18,1	95,3	618,3		100,00	
Всего за день:	980	33,2	41,3	122,5	998,1		137,00	
ДАТА – 31.01.2024 г.		КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ			СРЕДА		№ ДНЯ - 09	
ЗАВТРАК								
Каша геркулесовая молочная	210	8,8	13,4	39,4	314,0	173	17,00	
Бутерброд с джемом	30	1,6	0,6	17,6	80,8	2	15,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00	
Итого за приём пищи:	440	10,6	14,1	72,0	454,8		37,00	
ОБЕД								
Суп картофельный с клецками на курином бульоне со сметаной	200	6,9	8,6	18,5	182,0	108	17,00	
Котлеты, рубленые из птицы	80	11,8	20,3	10,7	272,5	294	55,00	
Макаронные изделия отварные	155	5,5	4,8	31,3	191,0	331	12,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	12,00	
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	4,00	
Итого за приём пищи:	660	26,3	34,0	92,6	784,1		100,00	
Всего за день:	1100	36,9	48,0	164,6	1238,9		137,00	

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20