



Примерное двухнедельное меню для школьных столовых (завтраки, обеды, полдники и дополнительное горячее питание) для обучающихся 5-11 классов (категории 12 лет и старше) для льготных категорий и за родительскую плату

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	1	Завтрак	311	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	40	287	18	17	16
			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					550	139	675	32	30	74
1	1	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	135	5	7	12
			401	Рулетик мясной запеченный	105	62	200	16	11	9
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	200	41	261	10	10	44
			635	Компот	200	25	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					805	182	867	37	29	122
Итого за завтрак и обед					1355	321	1542	69	59	196
ЗАВТРАК за родительскую плату										
1	1	Завтрак	311	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	40	287	18	17	16
			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					550	139	675	32	30	74
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
1	1	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	135	5	7	12
			401	Рулетик мясной запеченный	105	62	200	16	11	9
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	200	41	261	10	10	44
			635	Компот	200	25	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					805	182	867	37	29	122
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					2050		2328	87	86	328

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г			
								белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ											
1	2	Завтрак	365	Пудинг творожный с топпингом	230	100	450	16	18	55	
			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					565	139	620	18	20	91	
1	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13	
			ТТК 68	Мясо "Пикантное"	120	91	293	20	18	12	
			523	Каша гречневая с овощной гарнировкой	200	25	275	8	8	38	
			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					820	182	1023	36	34	135	
Итого за завтрак и обед					1385	321	1643	54	54	226	
ЗАВТРАК за родительскую плату											
1	2	Завтрак	365	Пудинг творожный с топпингом	230	100	450	16	18	55	
			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					565	139	620	18	20	91	
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся											
1	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13	
			ТТК 68	Мясо "Пикантное"	120	91	293	20	18	12	
			523	Каша гречневая с овощной гарнировкой	200	25	275	8	8	38	
			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					820	182	1023	36	34	135	
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	Ттк 50	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					2090		2427	87	92	310	

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	3	Завтрак	114, 516	Фрикадель паровая мясная с макаронными изделиями отварными	230	85	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					575	139	592	17	21	79
1	3	Обед	355	Суп "Детский" с гречками	250	42	241	8	11	29
			401	Пудинг рыбный	120	77	144	13	7	10
			472	Пюре картофельное	180	45	210	5	12	32
			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					800	182	798	32	31	112
Итого за завтрак и обед					1375	321	1390	49	52	191
ЗАВТРАК за родительскую плату										
1	3	Завтрак	114, 516	Фрикадель паровая мясная с макаронными изделиями отварными	230	85	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					575	139	592	17	21	79
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
1	3	Обед	355	Суп "Детский" с гречками	250	42	241	8	11	29
			401	Пудинг рыбный	120	77	144	13	7	10
			472	Пюре картофельное	180	45	210	5	12	32
			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					800	182	798	32	31	112
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	56	119	14	16	5
			523	Каша гречневая вязкая	150	17	221	4	7	22
			пр.пр.	Булка"Крестьянская"	30	5	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					2115		2131	76	85	299

Неделя	День недели	Прием пищи	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г			
								белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ											
1	4	Завтрак	311	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	42	330	16	18	31	
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15	
			Ттк56	Детский бургер	100	87	212	9	8	26	
Итого за завтрак					565	139	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	120	92	297	25	20	13	
			36	Рис припущенный	180	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					800	182	1008	48	35	139	
Итого за завтрак и обед					1365	321	1612	73	61	211	
ЗАВТРАК за родительскую плату											
1	4	Завтрак	311	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	42	330	16	18	31	
			629	Чай с сахаром, лимоном	215	10	62	0	0	15	
			Ттк56	Детский бургер	100	87	212	9	8	26	
Итого за завтрак					565	139	604	25	26	72	
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся											
1	4	Обед	140	Суп картофельный с вермишелью	250	42	168	13	5	18	
			437	Мясо,тушенное в соусе овощном со сметаной	120	92	297	25	20	13	
			36	Рис припущенный	180	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					800	182	1008	48	35	139	
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					2080		2460	94	101	327	

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
1	5	Завтрак	160	Суп молочный с макаронными изделиями	250	59	231	7	11	27
			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					570	139	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	300	122	554	28	27	46
			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					800	182	888	38	33	105
Итого за завтрак и обед					1370	321	1367	52	49	172
ЗАВТРАК за родительскую плату										
1	5	Завтрак	160	Суп молочный с макаронными изделиями	250	59	231	7	11	27
			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					570	139	479	14	16	67
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
1	5	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	42	131	4	5	18
			765	Запеканка картофельная с мясом с овощной	300	122	554	28	27	46
			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					800	182	888	38	33	105
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					2090		2178	79	72	296

Неделя	День недели	Прием пищи	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	1	Завтрак	311	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	40	319	15	12	24
			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					550	139	707	29	25	82
2	1	Обед	133	Суп картофельный с рыбными консервами	250	42	150	10	8	10
			416	Биточки мясные	100	70	306	13	19	21
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	200	43	261	10	10	44
			Ттк 82	Кисель	200	15	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					800	182	967	39	38	127
Итого за завтрак и обед					1350	321	1674	68	63	209
ЗАВТРАК за родительскую плату										
2	1	Завтрак	311	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	40	319	15	12	24
			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					550	139	707	29	25	82
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
2	1	Обед	133	Суп картофельный с рыбными консервами	250	42	150	10	8	10
			451	Биточки мясные	100	70	306	13	19	21
			516	Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой	200	43	261	10	10	44
			Ттк 82	Кисель	200	15	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					800	182	967	39	38	127
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					2080		2402	94	82	319

Неделя	День недели	Прием пищи	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	2	Завтрак	365	Суфле творожное с топпингом	230	100	444	18	18	58
			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					565	139	614	20	20	94
2	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13
			449	Плов с мясом с овощной гарнировкой	300	103	480	26	21	65
			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					800	182	878	34	29	135
Итого за завтрак и обед					1365	321	1492	54	49	229
ЗАВТРАК за родительскую плату										
2	2	Завтрак	365	Суфле творожное с топпингом	230	100	444	18	18	58
			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					565	139	614	20	20	94
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
2	2	Обед	110	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	42	128	2	7	13
			449	Плов с мясом с овощной гарнировкой	300	103	480	26	21	65
			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					800	182	878	34	29	135
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					2095		2324	84	82	359

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	3	Завтрак	Ттк48, 302	Кнеля мясная паровая с кашей гречневой молочной	230	85	328	13	12	40
			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					575	139	564	17	16	80
2	3	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	42	131	4	5	18
			435	Мясо духовое с картофелем с овощной гарнировкой	300	122	452	31	18	41
			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					800	182	786	41	24	100
Итого за завтрак и обед					1375	321	1350	58	40	180
ЗАВТРАК за родительскую плату										
2	3	Завтрак	Ттк48, 302	Кнеля мясная паровая с кашей гречневой молочной	230	85	328	13	12	40
			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					575	139	564	17	16	80
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
2	3	Обед	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	42	131	4	5	18
			435	Мясо духовое с картофелем с овощной гарнировкой	300	122	452	31	18	41
			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					800	182	786	41	24	100
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	43	141	12	8	6
			534	Капуста тушеная свежая	150	30	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					2090		2059	78	71	280

Неделя	День недели	Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	4	Завтрак	311	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	59	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					570	139	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	75	192	9	9	15
			472	Пюре картофельное	180	43	210	5	12	32
			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					820	182	912	28	30	138
Итого за завтрак и обед					1390	321	1482	47	50	210
ЗАВТРАК за родительскую плату										
2	4	Завтрак	311	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	59	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					570	139	570	19	20	72
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
2	4	Обед	132	Суп из овощей со сметаной	250	42	183	8	8	19
			461	Тефтели мясные в бульоне	140	75	192	9	9	15
			472	Пюре картофельное	180	43	210	5	12	32
			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					820	182	912	28	30	138
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					2095		2284	68	78	327

Неделя	День недели	Прием пищи	N рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность, г		
								белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ										
2	5	Завтрак	Ттк50/516	Котлета "Здоровье" с макаронными изделиями отварными	255	78	518	23	15	45
			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					550	139	781	27	19	103
2	5	Обед	139	Суп картофельный с горохом с гренками	250	42	194	8	10	18
			401	Гуляш	120	93	200	13	14	5
			523	Каша гречневая	180	23	0	0	0	0
			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					800	182	635	27	25	73
Итого за завтрак и обед					1350	321	1416	54	44	176
ЗАВТРАК за родительскую плату										
2	5	Завтрак	Ттк50/516	Котлета "Здоровье" с макаронными изделиями отварными	255	78	518	23	15	45
			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					550	139	781	27	19	103
ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся										
2	5	Обед	139	Суп картофельный с горохом с гренками	250	42	194	8	10	18
			401	Гуляш	120	93	200	13	14	5
			523	Каша гречневая	180	23	0	0	0	0
			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					800	182	635	27	25	73
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	55	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					2055		2170	83	91	283