

Приложение №2

к муниципальному контракту №2 от 30.08.2024г.

Примерное 10-дневное меню для организации горячего питания обучающихся 5-11 классов из многодетных семей

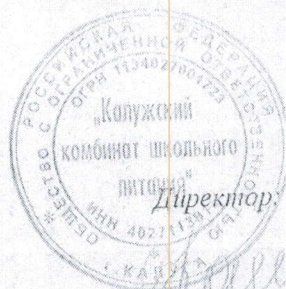
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1						
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25	
Гуляш из мяса (говядина или свинина)	100	13,64	28,19	2,89	309	
	50					
Рис отварной с маслом	150	3,6	5,25	38,7	216	
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9	
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	56,0	
Итого	750	26,88	39,21	96,27	846,15	
Неделя 1 День 2						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	
Жаркое по-домашнему из свинины	250	16,87	40,46	22,74	525,26	
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9	
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	
Итого	750	23,28	45,97	89,83	878,71	
Неделя 1 День 3						
Рассольник Ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	
Котлеты куриные с соусом	100	16,98	22,5	6,5	266,6	
	50					
Макароны отварные с маслом	150	6,7	9	26,44	211	
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9	
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	56,0	

Итого	750	29,85	35,29	79,37	757,15
Неделя 1 День 4					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,76	4,95	7,90	89,75
Тефтели из мяса (говядина)	100	6,88	16,49	9,99	226,0
Гречка отварная с маслом	150	8,60	6,09	38,67	243,99
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9
Компот из мандаринов	200	0,4	0,01	33,69	138,8
Итого	750	23,01	28,04	114,4	815,44
Неделя 1 День 5					
Суп картофельный с рисом	250	1,97	2,71	12,11	85,75
Поджарка из мяса (птицы)	100	13,2	32,0	12,6	341
	50				
Картофельное пюре	150	2,55	7,16	6,15	4,43
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Итого	750	23,68	50,22	77,69	718,8
Неделя 2 День 6					
Суп картофельный с вермишелью	250	2,68	2,83	17,45	118,25
Курица тушёная с соусом	100	16,98	20,7	2,8	266,0
	30				
Гречка отварная с маслом	150	8,60	6,09	38,67	243,99
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	56,0
Итого	750	32,41	30,12	97,07	801,14
Неделя 2 День 7					
Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,25
Котлеты рыбные с соусом	100	9,4	4,4	11,2	123
	50				
Пюре картофельное	150	3,2	9,10	17,87	171,82
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	4,00	56,0

Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9
Итого	750	19,88	26,75	86,72	686,09
Неделя 2 День 8					
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25
Плов из мяса (говядина)	250	20,87	46,82	43	678,3
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,2	110
Итого	750	30,51	52,79	110,88	1053,45
Неделя 2 День 9					
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
Котлеты куриные с соусом	100	16,98	22,5	6,5	266,6
	30				
Макароны отварные с маслом	150	6,7	9	26,44	211
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	56,0
Итого	750	29,63	35,32	91,52	754,25
Неделя 2 День 10					
Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25
Тефтели из мяса птицы с соусом	100	6,88	16,49	9,99	226,0
	50				
Пюре картофельное	150	3,2	9,10	17,87	171,82
Хлеб	30/30	3,95	0,5	24,15	116,9
Компот из апельсинов	200	0,4	0,01	33,69	141,2
Итого	750	23,21	42,89	100,58	846,17

Подписи

Директор: _____



Директор:

Кашурина Е.И.