Утверждаю:
Генеральный директор
ОАО «Плодоовощторг»
_____ Р.В. Татарская

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 6
_____ Т.В. Бондаренко

Примерное 2-х недельное меню

обедов для организации

питания учащихся школ при пятидневном обучении

возрастная группа от 7 до 11 лет

осенне-зимний период

Приложение № 3
к контракту № 9 от 27.01.2022г.

Примерное 2-х недельное меню горячих обедов для организации питания, обучающихся 1- 4 классов
из расчета 67,00 рублей в день на 1-го учащегося
январь 2022 года.

№	Наименование блюд	Выход В граммах	Сборник Рецептур	Энерг Ценность Ккал	Белки	Жиры	Угле-Воды	B 1	B 2	C	A	Ca	P	Mg	Fe	Цена
1	*2*	*3*	*5*	*6*	*7*	*8*	*9*	*10*	*11*	*12*	*13*	*14*	*15*	*16*	*17*	
					1-день											
1	Борщ с капустой и картофелем	1/200	133/2008	118,29	2,03	4,19	13	0,05	0,8	11	0	11	65	13	0,8	**8,37**
1	Плов из птицы	1/120/50	492/2004	322	22,6	17	0	0,04	0,12	1,4	40	33	156	19	1,6	**41,34**
4	Салат из квашеной капусты	1/70	45/2004	60,8	1,12	3,92	4,8	0,02	0,02	10,8	0	40,8	24	12,8	0,96	**11,29**
5	Хлеб ржаной	1/60	Пром.пр-ва	105	2,4	0,5	22,4	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
4	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0,3	-	13,6	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			662,09	28,45	25,61	53,75	0,18	0,98	25,2	40	125	291,4	59,2	4,88	**67**
					2-день											
1	Суп картофельный с горохом	1/200	139/2004	128,06	5,12	3,89	18,1	0,12	0,05	0	0	30	160	28	1	**7,13**
2	Тефтели из говядины с соусом	80/20	472/2008	359,7	15,5	28,15	15,45	0,15	0,12	11,4	40	53	186	25	1,6	**39,11**
3	Макароны отварные	1/100	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5	0,04	0,01	0	0	7	24	6	0,6	**6,76**
4	Икра кабачковая	1/60	пром.пр-ва	47,1	0,5	2	3,25	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2	**8**
5	Хлеб ржаной	1/60	Пром.пр-ва	105	2,4	0,5	22,4	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			864,16	29,02	39,64	96,66	0,47	0,26	13,6	49	154	494,4	98,4	6,72	**67**
					3-день											
1	Суп картофельный с макаронами	1/200	140/2004	144,38	2,38	1,84	17	0,12	0,05	0	0	30	160	28	1	**7,31**
1	Биточки рыбные	1/80	364/2008	185	14,8	5,4	15,5	0,15	0,12	11,4	40	53	186	25	1,6	**30,95**
2	Картофель отварной	1/120	518/2004	253,06	3,5	4,5	23,7	0,15	0,1	5,6	4	40	84	30	1	**12,94**
3	Огурец соленый	1/40	Пром.пр-ва	20,2	0,6	0	1,3	0,03	0,03	17	0	58	40	20	1,2	**5,6**
5	Хлеб пшеничный	1/60	Пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8	0	0	0,4	0	16	6	6	1	**7,2**
	Итого			860,64	25,38	12,04	114	0,52	0,34	34,4	44	221	514,4	117,4	6,52	**67**
					4-день											

1	Борщ с капустой и картофелем	1/200	133/2008	118,29	2,03	4,19	13	0,05	0,8	11	0	11	65	13	0,8	**8,37**
1	Оладьи из печени	1/70	476/2008	247,09	15,3	11	8,5	0,19	1,41	12,7	6216	30	239	17	5	**35,33**
2	Каша ячневая	1/150	Табл4/2004	231	5,8	5,7	34	0,15	0,1	5,6	4	40	84	30	1	**9,96**
3	Помидор соленый	1/30	Пром.пр-ва	15,15	0,6	0	1,3	0,03	0,03	17	0	58	40	20	1,2	**4,2**
5	Хлеб ржаной	1/60	Пром.пр-ва	105	2,4	0,5	22,4	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Компот из сухофруктов, с сахаром	1/200	639/2004	132,6	0,32	0	32,86	0	0	0,4	0	16	6	6	1	**6,14**
	Итого			849,13	26,45	21,39	112	0,49	2,38	46,5	6220	179	472,4	94,4	9,72	**67**
	5-день															
1	Рассольник ленинградский	1/250	132/2004	185,3	7,8	9,34	4,02	0,05	0,8	11	0	11	65	13	0,8	**9,2**
2	Мясо тушеное	1/70	438/2008	395,5	11,9	14,09	11,3	0,04	0,06	0,9	0	22	107	19	0,8	**35,84**
3	Каша гречневая рассыпчатая	1/100	Табл4/2004	200,4	4,8	3,9	29,4	0,08	0,03	0	0	22	99	24	1,7	**9,96**
4	Зеленый горошек	1/40	пром.пр-ва	24	1,92	0,12	3,96	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2	**6**
4	Хлеб пшеничный	1/60	пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			978,2	30,22	27,75	83,38	0,33	0,97	13,9	9	119	395,4	95,4	6,82	**67**
	6-день															
1	Суп картофельный с макаронами	1/200	140/2004	144,38	2,38	1,84	17	0,12	0,05	0	0	30	160	28	1	**7,31**
2	Котлеты рубленные из птицы	1/80	498/2004	391,47	25,04	26,62	12,97	0,04	0,06	0,9	0	22	107	19	0,8	**35,23**
3	Картофель отварной	1/120	518/2004	253,06	3,5	4,5	23,7	0,15	0,1	5,6	4	40	84	30	1	**12,94**
4	Икра свекольная	1/40	78/2004	14	0,77	0	2,6	0,02	0,02	5	0	58	40	20	0,8	**5,52**
4	Хлеб пшеничный	1/60	Пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			975,91	35,49	33,26	90,97	0,4	0,27	13,7	4	190	437,4	111,4	5,12	67
	7-день															
1	Суп картофельный с горохом	1/200	139/2004	128,06	5,12	3,89	18,1	0,12	0,05	0	0	30	160	28	1	**7,13**
2	Тефтели из говядины с соусом	80/20	472/2008	359,7	15,5	28,15	15,45	0,15	0,12	11,4	40	53	186	25	1,6	**39,11**
3	Макароны отварные	1/100	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5	0,04	0,01	0	0	7	24	6	0,6	**6,76**
4	Икра кабачковая	1/60	пром.пр-ва	47,1	0,5	2	3,25	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2	**8**
5	Хлеб ржаной	1/60	Пром.пр-ва	105	2,4	0,5	22,4	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			864,16	29,02	39,64	96,66	0,47	0,26	13,6	49	154	494,4	98,4	6,72	**67**
	8-день															

1	Суп картофельный с рисом	1/250	138/2004	152,18	7,08	6,08	17,2	0,12	0,05	0	0	30	160	28	1	**7,1**
2	Жаркое по домашнему	1/100/30	436/2004	359,7	15,5	28,15	15,45	0,15	0,12	11,4	40	53	186	25	1,6	**48,3**
4	Огурец соленый	1/40	Пром.пр-ва	20,2	0,6	0	1,3	0,03	0,03	17	0	58	40	20	1,2	**5,6**
5	Хлеб ржаной	1/60	Пром.пр-ва	105	2,4	0,5	22,4	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			693,08	25,58	34,73	70,38	0,37	0,24	30,6	40	181	432,4	87,4	5,32	**67**
	9-день															
1	Рассольник ленинградский	1/200	132/2004	185,3	7,8	9,34	4,02	0,05	0,8	11	0	11	65	13	0,8	**7,36**
2	Котлеты рубленные из птицы	1/80	498/2004	391,47	25,04	26,62	12,97	0,04	0,06	0,9	0	22	107	19	0,8	**35,23**
3	Каша гречневая рассыпчатая	1/100	Табл4/2004	200,4	4,8	3,9	29,4	0,08	0,03	0	0	22	99	24	1,7	**9,96**
4	Зеленый горошек	1/60	пром.пр-ва	24	1,92	0,12	3,96	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2	**8,45**
5	Хлеб ржаной	1/60	Пром.пр-ва	105	2,4	0,5	22,4	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
4	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0,3	-	13,6	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			962,17	42,26	40,48	86,35	0,33	0,97	13,9	9	119	395,4	95,4	6,82	**67**
	10-день															
1	Борщ с капустой и картофелем	1/200	133/2008	118,29	2,03	4,19	13	0,05	0,8	11	0	11	65	13	0,8	**8,37**
2	Биточки рыбные	1/80	364/2008	185	14,8	5,4	15,5	0,15	0,12	11,4	40	53	186	25	1,6	**30,95**
3	Рис отварной	1/150	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5	0,04	0,01	0	0	7	24	6	0,6	**11,65**
4	Салат из квашеной капусты	1/60	45/2004	60,8	1,12	3,92	4,8	0,02	0,02	10,8	0	40,8	24	12,8	0,96	**10,03**
4	Хлеб пшеничный	1/60	Пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,72	**3**
6	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8	**3**
	Итого			705,39	27,25	18,91	91,45	0,33	0,99	35,2	40	152	345,4	71,2	5,48	**67**

«Заказчик»

Директор _____/ Л.В.Бондаренко/

«Исполнитель»

Генеральный директор _____/Р.В.Татарская/