

Руководитель Исполнителя

Директор _____ подписано ЭЦП

Руководитель Заказчика
_____ подписано ЭЦП

Примерное десятидневное циклическое меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ «СОШ № 26» для возрастной категории от 12 до 18 лет (обед) (не менее 30% суточного рациона)

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
1 нед. Понедельник							
Обед	Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной	255	2,65	3,88	21,75	132,48	
	Каша перловая с овощами и мясом	240	19,96	20,5	39,8	423,54	
	Подгарнировка: Икра свекольная	40	0,95	3,23	5,17	53,55	
	Напиток "Дары осени"	200	1,1	0,8	19,98	39,92	
	Хлеб ржано- пшеничный	25	1,83	0,33	8,88	45,81	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
Итого за Обед		800	29,53	29,06	115,02	788,1	82 руб. 00 коп.
Итого за 1 нед. Понедельник		800	29,53	29,06	115,02	788,1	

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				ККАЛ	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 нед. Вторник								
Обед	Суп-пюре из картофеля, с сухариками	270	3,61	6,52	31,19	197,88		
	Нагетсы "Детские"	100	16,5	16,5	20,3	295,7		
	Капуста тушеная	200	4,2	4,6	19,88	137,72		
	Чай с сахаром и молоком №6	200	1,2	0,05	20,03	85,37		
	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,19	0,4	10,65	54,96		
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,24	14,6	69,76		
	Итого за Обед		830	30	28,31	116,65	841,39	82 руб. 00 коп.
Итого за 1 нед. Вторник								
		830	30	28,31	116,65	841,39		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
1 нед. Среда							
Обед	Суп куриный с вермишелью(ЦБ)	250	6,3	6,05	27,2	188,45	
	Омлет с сыром, со сливочным маслом (5)	235	17,5	20,9	27,36	367,54	
	Подгарнировка: Икра "Витаминка"	50	1,33	2,83	15,42	68,04	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,88	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,19	0,4	10,65	54,96	
	Итого за Обед		805	30,36	30,5	115,04	831,67 82 руб. 00 коп.
Итого за 1 нед. Среда							
		805	30,36	30,5	115,04	831,67	

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
1 нед. Четверг							
Обед							
	Борщ Сибирский, со сметаной	260	1,93	3,86	18,23	115,36	
	Мясо тушеное, с овощами	100	12,78	12,44	13,44	216,89	
	Пюре из бобовых	180	15,35	8,36	31,93	336,4	
	Кофейный напиток на цельном молоке	200	6,54	5,2	24,5	170,96	
	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,19	0,4	10,65	54,96	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Итого за Обед	810	41,83	30,58	118,19	987,37 82 руб. 00 коп.	
Итого за 1 нед. Четверг							
		810	41,83	30,58	118,19	987,37	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
1 нед. Пятница							
Обед							
	Рассольник ленинградский	255	6,38	4,1	17,99	134,35	
	Картофельная запеканка с рыбой, со	255	14,33	17,4	47,07	337,95	
	Кефир с сахаром	210	5,6	6,4	18,19	152,76	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,92	0,52	14,2	73,16	
	Итого за Обед	800	32,27	28,74	116,89	791,02	
Итого за 1 нед. Пятница							
		800	32,27	28,74	116,89	791,02	

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
2 нед. Понедельник							
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми, с сухариками	270	7,25	4	35,25	206	
	Плов с мясом	230	15,18	23	22,03	324,84	
	Компот из кураги	200			14,9	39,92	
	Хлеб ржано- пшеничный	25	1,83	0,33	8,88	45,81	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Сок фруктовый т/п	200	0,1		21,2	74,5	
	Итого за Обед	965	27,4	27,65	121,7	783,87	
Итого за 2 нед. Понедельник							
		965	27,4	27,65	121,7	783,87	

3 РАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
2 нед. Вторник							
Обед							
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	255	2	5,2	16,85	106	
	Бифштекс "Богатырь"	100	16,59	20,15	25,5	253	
	Рагу овощное	180	3,56	3,29	23,09	136,2	
	Сок фруктовый разливной	200			21,56	88	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Хлеб ржано- пшеничный	25	1,83	0,33	8,88	45,81	
	Итого за Обед	800	27,02	29,29	115,32	721,81	
Итого за 2 нед. Вторник							
		800	27,02	29,29	115,32	721,81	



ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
2 нед. Среда							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, со	255	3,13	5,88	20,38	146,88	
	Гречетто с мясом	230	20,3	19,7	45,7	441,3	
	Подгарнировка: Икра свекольная	40	0,95	3,23	5,17	53,55	
	Кефир с сахаром	210	5,6	6,4	18,19	152,76	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Хлеб ржано- пшеничный	25	1,83	0,33	8,88	45,81	
	Итого за Обед		800	34,85	35,86	117,76	933,1
Итого за 2 нед. Среда							
		800	34,85	35,86	117,76	933,1	



ЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
2 нед. Четверг							
Обед							
	Солянка куриная	255	6,28	6,05	32,21	208,4	
	Рыба, запеченная "Солнышко" (ШК)	120	20,16	16,32	16,56	293,76	
	Картофельное пюре	180	4,04	7,3	21,49	167,82	
	Напиток фруктовый "Изюминка"	200	0,36		20,2	82,24	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,19	0,4	10,65	54,96	
	Итого за Обед	825	36,07	30,39	120,55	899,98	
Итого за 2 нед. Четверг							
		825	36,07	30,39	120,55	899,98	





Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	
2 нед. Пятница							
Обед							
	Суп из овощей, со сметаной	255	3,73	6,13	12	118,03	
	Мясо тушеное в сметанном соусе	100	14,6	17,1	12,2	261,1	
	Макароны отварные	180	6,24	10,92	40,08	283,56	
	Кефир с сахаром	210	5,6	6,4	18,19	152,76	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8	
	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,92	0,52	14,2	73,16	
	Сок фруктовый т/п	200	0,1		21,2	74,5	
	Итого за Обед	1 025	36,23	41,39	137,31	1 055,91	
	Итого за 2 нед. Пятница	1 025	36,23	41,39	137,31	1 055,91	

Идентификационный номер документа: 233000004-0111-400-0001-703140160000

Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Подпись отправителя	Организация, сотрудник	Действительность, рег. номер, период действия и статус	Сертификат (ссылка на файл, период действия)	Дата и время подписания
	ММФ КОМБИНИТ ПИТАНИЯ МИШКАЕВ АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ, ДИРЕКТОР		0255A7E408E3B026A94D7F6EE0141AADC с 25.12.2023 17:43 до 25.01.2025 17:04 GMT+03:00	08.01.2024 12:03 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ХЕРТАНА СРЕДНИЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 20 Дорогова Оксана Викторовна, Директор		09A5E96153419E1838204032D8991B343C04 с 27.06.2023 07:38 по 19.09.2024 07:38 GMT+03:00	09.01.2024 14:08 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа