



25.04.2024г.

льготная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				калорийность ккал	цена
		белки г	жиры г	углеводы г			
завтрак							
тефтели рыбные с т/соусом	100/30	11,3	6,9	12,5	157,3	35,00	
пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	15,12	
чай с молоком	200	0,1	0	15,2	61	5,43	
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08	
масло сливочное	10	2,6	2,6	0	34,4	9,49	
фрукты свежие	150	1,4	0,15	14,21	64,7	14,88	
						83,00	
обед							
салат овощной с зеленым горошком	80	1,4	4,2	8,4	76,8	12,00	
суп крестьянский с перловкой	200/12,5/10	4,6	7,22	11,9	131,3	25,75	
биточки из говядины	100/3	16	15,8	12,9	257,4	52,63	
макароны отварные	150	5,65	0,7	29	144,9	13,35	
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,80	
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4	3,08	
компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	13,39	
						124,00	
итого по рациону дня	1592	55	46	194	1407		
стоимость д/дня						207,00	

25.04.2024г.

льготная категория с 11 до 17 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				калорийность ккал	цена
		белки г	жиры г	углеводы г			
завтрак							
тефтели рыбные с т/соусом	100/30	11,3	6,9	12,5	157,3	35,00	
пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	15,12	
чай с молоком	200	0,1	0	15,2	61	5,43	
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08	
масло сливочное	10	2,6	2,6	0	34,4	9,49	
фрукты свежие	150	1,4	0,15	14,21	64,7	14,88	
						83,00	
обед							
салат овощной с зеленым горошком	80	1,4	4,2	8,4	76,8	12,00	
суп крестьянский с перловкой	200/12,5/10	4,6	7,22	11,9	131,3	25,75	
биточки из говядины	100/3	16	15,8	12,9	257,4	52,63	
макароны отварные	150	5,65	0,7	29	144,9	13,35	
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,80	
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4	3,08	
компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	13,39	
						124,00	
итого по рациону дня	1592	55	46	194	1407		
стоимость д/дня						207,00	



С.А. Захарова

25.04.2024г.

завтрак 1-4 класс 1 смена

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
завтрак						
тефтели рыбные с т/соусом	100/30	11,3	6,9	12,5	157,3	35,00
пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	15,12
чай с молоком	200	0,1	0	15,2	61	5,43
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08
масло сливочное	10	2,6	2,6	0	34,4	9,49
фрукты свежие	150	1,4	0,15	14,21	64,7	14,88
итого по рациону дня	687					
стоимость д/дня						83,00

25.04.2024г.

горячее питание 7-11 лет 2 смена

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
обед						
салат овощной с зеленым горошком	80	1,4	4,2	8,4	76,8	12,00
суп крестьянский с перловкой	200/12,5/10	4,6	7,22	11,9	131,3	25,75
биточки из говядины	100/30	16	15,8	12,9	257,4	52,63
макароны отварные	150	5,65	0,7	29	144,9	13,35
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,80
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4	3,08
компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	13,39
итого по рациону дня	865					
стоимость д/дня						124,00



25.04.2024г.
от 2 до 3 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность			
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал
завтрак					
каша Дружба	150	4,1	4,3	13,8	109,8
чай с молоком	150	2,7	2,5	18,8	108
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
масло сливочное	5	0	4,1	0	37,1
завтрак 2					
сок яблочный	100	0,3	0,1	13	58
обед					
салат овощной с зеленым горошком	30	1,4	4,2	8,4	76,8
суп крестьянский с перловкой	150/12,5/5	4,3	6,8	11,2	123
биточки из говядины	80	9,6	12,3	7,9	180,2
макаронные изделия отварные	110	2,6	4,5	24,8	150
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,3	7	36,2
компот из кураги	150	0,15	0,08	16,1	65,3
полдник					
печенье сахарное	50	3,08	1,4	34,08	161,6
молоко кипяченое	150	1,2	1	13,1	65,3
ужин					
омлет натуральный	100	9,5	14,7	2,5	179,4
чай с сахаром	150	0,8	0	11,3	45
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
итого по рациону дня	1542	46	57	211	1537
стоимость д/дня					130р.

25.04.2024г.
от 3до 7 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность			
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал
завтрак					
каша Дружба	200	4,9	5,16	16,5	131,8
какао с молоком	180	3,2	3	22,6	129,6
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94
масло сливочное	5	0	4,1	0	37,1
завтрак 2					
сок яблочный	100	0,3	0,1	13	58
обед					
салат овощной с зеленым горошком	50	1,4	4,2	8,4	76,8
суп крестьянский с перловкой	200/12,5/10	5,8	9	14,9	164,1
биточки из говядины	80	9,6	12,3	7,9	180,2
макаронные изделия отварные	130	3,6	6,1	33,7	204,6
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4
компот из кураги	180	0,18	0,09	19,35	78,3
полдник					
печенье сахарное	60	3,4	1,68	61,3	193,9
чай с молоком	180	1,4	1,2	15,7	78,3
ужин					
омлет натуральный	100	11,2	17,4	3	212
чай с сахаром	180	0,09	0	13,5	54
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
итого по рациону дня	1917	55	66	293	1906
стоимость д/дня					153р.