

Составлено:
 Директор
 МБОУ ДСОШ №13
 И. В. Скулов



Услуги по обеспечению горячим питанием
 учащихся из
 многодетных малообеспеченных семей.
 Николаева

День: День 2
 Возрастная категория: Школьники малообеспеченные-11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
174	Каша вязкая молочная из риса, ячневой, кукурузной и перловой круп (с маслом и сахаром)	180	21,08	5,06	6,30	34,24	213,24
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	3,08	0,56	15,08	80,40
375	Чай-заварка	200	3	0,40	0,10	0,08	2,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	10,86	9,91	49,40	332,84

День: День 2
 Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

Услуги по обеспечению горячим питанием	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
401	Оладьи (с джемом или повидлом или медом или вареньем или сахаром)	170	23,5	11,63	11,48	72,29	439,00
381	Кофе из концентрата	200	3,08	0,00	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	11,63	11,48	72,29	439,00

День: День 3
 Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
16	Колбаса или ветчина (порциями) (Ветчина)	30	10,08	6,78	6,27	0,00	84,00
203	Макаронные изделия отварные с маслом	105	6	3,82	4,05	21,31	137,00
Н	Соус томатный	30	3	0,41	1,47	1,29	23,82
Н	Хлеб пшеничный	40	2,5	2,64	0,36	15,20	79,60
348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	5	0,32	0,02	28,84	118,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	13,97	12,17	66,64	442,42

День: День 4

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
210	Омлет натуральный	130	21,08	5,39	9,60	1,02	224,00
Н	Хлеб пшеничный	40	2,5	2,64	0,36	15,20	79,60
375	Чай-заварка	200	3	0,40	0,10	0,08	2,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	8,43	10,06	16,30	306,40

День: День 5

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
143	Рагу из овощей	150	14	1,70	7,64	9,41	113,96
15	Сыр (порциями) (Российский)	10	7	2,32	2,95	0,00	36,40
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	3,08	0,56	15,08	80,40
381	Кофе из концентрата	200	3,08	0,00	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	7,10	11,15	24,49	230,76

День: День 6

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
401	Оладьи (с джемом или повидлом или медом или вареньем или сахаром)	170	23,58	11,63	11,48	72,29	439,00
375	Чай-заварка	200	3	0,40	0,10	0,08	2,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	11,95	11,50	101,13	441,80

День: День 7

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом и сахаром)	180	21,08	6,12	10,71	42,35	290,99
406	Хлеб пшеничный	40	2,5	6,30	2,85	18,15	123,00
375	Чай-заварка	200	3	0,40	0,10	0,08	2,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	12,82	13,66	60,58	416,79

День: День 8

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
210	Омлет натуральный	130	21,08	5,39	9,60	1,02	224,00
375	Чай-заварка	200	3	0,40	0,10	0,08	2,80
Н	Хлеб пшеничный	40	2,5	2,64	0,36	15,20	79,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	8,19	10,12	44,10	306,40

День: День 9

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
177	Каша пшеничная или рисовая с изюмом	210	12,06	6,09	10,88	47,99	315,00
15	Сыр (порциями) (Российский)	10	6	2,32	2,95	0,00	36,40
381	Кофе из концентрата	200	5	0,00	0,00	0,00	0,00
H	Хлеб пшеничный	40	2,5	2,64	0,36	15,20	79,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		25,56	11,05	14,19	63,19	431,00

День: День 10

Возрастная категория: Школьники малообеспеченные 11-18 лет

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК						
16	Колбаса или ветчина (порциями) (Ветчина)	30	10,08	6,78	6,27	0,00	84,00
203	Макаронные изделия отварные с маслом	105	6	3,82	4,05	21,31	137,00
H	Соус томатный	30	3	0,41	1,47	1,29	23,82
H	Хлеб пшеничный	40	2,5	2,64	0,36	15,20	79,60
348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	5	0,32	0,02	28,84	118,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,58	13,97	12,17	66,64	442,42

Химический состав за плановый период			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
117,95	120,54	598,15	3995,63