



ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ В МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ Г. ЕССЕНТУКИ, 10-ти ДНЕВНОЕ.

Неделя 1								Цена, р
День 4								
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал		
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак								
70/71/2005 г	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЛЕННЫЕ	40	0,67	0,56	5,1	28	4,45 Р	
291/2005 г	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	19,5	19,5	31	362	40,87 Р	
376/2005 г	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,8	59,3	1,68 Р	
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,5	1,84 Р	
	Итого завтрак:	500	22,55	20,3	65,66	519,8	48,84 Р	
Обед								
54/2011 г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,17	0,84	7,65	42,12	4,81 Р	
80/2011 г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	200	1,6	4,08	16,4	109	5,04 Р	
294/2005 г	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	14	13	14,5	228	31,89 Р	
125/312/2005 г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ / ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,9	25,74	170,3	12,01 Р	
349/2005 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,1	0,1	21,82	87,6	4,17 Р	
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,5	1,84 Р	
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,27	0,2	8,2	39	1,31 Р	
	Итого обед:	750	24,02	24,36	109,07	746,52	61,07 Р	
	Всего:	1250	46,57	44,66	174,73	1266,32		



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО «Столичная Кулинарная Компания»

/Д.В. Шадрин/
2021г.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 3

/А.А. Чуденцова/
«31» 2021г.

**ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ЛЬГОТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ
УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ В МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
Г. ЕССЕНТУКИ, 10-ти ДНЕВНОЕ.**

Неделя 1							
День 4							
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, р
			белки	жиры	углеводы		
Обед							
70/71/2005 г	ОВОЦИ СВЕЖИЕ / СОЛЕННЫЕ	20	0,2	0	0,3	2,6	1,18 Р
291/2005 г	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,72	12,72	20,22	236,09	25,36 Р
376/2005 г	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,8	59,3	1,18 Р
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,5	1,85 Р
	Итого:	400	15,3	12,96	50,08	368,49	29,57 Р



ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ В МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ Г. ЕССЕНТУКИ, 10-ти ДНЕВНОЕ.

Неделя 1							
День 5							
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, р
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак							
3/2012 г.	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,785	8,79	14,8	162,5	24,07 Р
к/к	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,65	3,36	3,36	50,4	12,43 Р
213/2012 г	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	5,1	4,6	0,25	63	12,76 Р
382/2007 г	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134	12,48 Р
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,5	1,84 Р
338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,6	0	18,9	78	13,23 Р
	Итого завтрак:	480	17,315	19,49	76,87	558,4	76,81 Р
Обед							
70/71/2005 г	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЛЕННЫЕ	60	1	0,84	7,65	42,12	6,68 Р
88/2005 г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,28	3,94	9,2	77,4	6,92 Р
271/2004 г	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	90	12,64	11,52	13,12	206	25,01 Р
315/2012 г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,6	4,76	39,3	265,65	10,79 Р
382/2011 г	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	0,3	0	34,52	139,2	6,52 Р
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,5	1,84 Р
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,27	0,2	8,2	39	1,31 Р
	Итого обед:	750	22,37	21,5	126,75	839,87	59,07 Р
	Всего:	1230	39,685	40,99	203,62	1398,27	


 УТВЕРЖДАЮ
 ООО "Столичная Кулинарная Компания"
 Генеральный директор
 Д.В. Шадрин/
 2021г.


 СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ СОШ № 3
 А.А. Чуденцова/
 2021г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ЛЬГОТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ
 УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ В МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
 Г. ЕССЕНТУКИ, 10-ти ДНЕВНОЕ.

Неделя 1								Цена, р
День 5								
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал		
			белки	жиры	углеводы			
Обед								
70/71/2005 г	ОВОЩИ СВЕЖИЕ / СОЛЕННЫЕ	20	0,2	0	0,3	2,6	1,18 Р	
271/2004 г	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	50	7,02	6,4	7,29	114,45	17,24 Р	
315/2012 г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	100	2,4	3,17	26,2	177,1	7,89 Р	
377/2007 г	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0	0,3	18,57	132,6	3,52 Р	
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,5	1,85 Р	
	Итого:	407	11,9	10,11	67,12	497,25	31,68 Р	