

Приложение №2 к контракту № _____ от _____

Согласовано:

Директор МБОУ

Утверждаю:

ИП Черный А.В.

А.В. Черный

Перспективное меню питания детей в рамках субсидии на организацию отдыха детей в каникулярное время

№	Наименование блюд	Выход В граммах	Сборник Рецептур	Энерг Ценность Ккал	Белки	Жиры	Угле- Воды
1	2	3	5	6	7	8	9
✓ 1-день 1							
Завтрак							
✓ 1	Котлеты рубленые из птицы	1/80	498/2004	391,47	25,04	26,62	12,97
✓ 2	Каша гречневая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓ 4	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
✓ 5	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	337,56	9,6	1,2	64,8
Обед							
✓ 1	Суп лапша домашняя с курицей	1/300/25	549/2004 148/2004	158,9	4,1	3,9	23,1
✓ 2	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/80/50	374/2004	226	5,8	5,2	28,4
✓ 3	Картофель отварной	1/150	518/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓ 4	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	300	9,6	1,2	64,8
✓ 5	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
✓ 6	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
✓ 7	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
	Всего			2168,05	61,96	47,92	330,07
✓ 2-день 2							
Завтрак							
✓ 1	Сырники из творога с сметаной	2/50/30	358/2004	225	5	3	31
✓ 2	Какао с молоком сгущенным	1/200	694/2004	321	8,2	7,5	51,6
✓ 3	Фрукты свежие	1/80	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
✓ 1	Борщ с капустой и картофелем с мясом отварным	1/300/25	110/2004 411/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓ 2	Шницель натуральный рубленый	1/80	452/2004	252,8	13,1	18,7	7,58
✓ 3	Макароньы отварные	1/150	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5
✓ 4	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	438,1	9,6	1,2	64,8
✓ 5	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
✓ 6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	686/2004	60	0,3	-	10,3
	Всего			1757,5	51,92	44,84	210,2
3-день 3							
Завтрак							
✓ 1	Каша манная на молоке	1/300	Табл 4/2004	213	6,5	6,6	31,6
✓ 2	Батон с маслом сливочным и сыром	1/50/10/20	788/2004 3/2004	170	4	4,7	27,8
✓ 3	Чай с сахаром и лимоном	1/200	686/2004	60	0,3	-	10,3
✓ 4	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
✓ 1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/300/30	112/2004 137/2004	142	7,2	5,5	16
✓ 2	Печень тешеная в соусе	1/80/50	439/2004 600/2004	169	13,5	9,2	8,6
✓ 3	Картофельное пюре	1/150	520/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓ 4	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓ 5	кондитерское изделие в ассортименте (венские вафли, круасан)	45	738/2004	189	2,88	9,45	22,5
✓ 6	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
✓ 7	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
	Всего			1738,96	49,1	41,55	258,3
4-день 4							
Завтрак							
✓ 1	Птица отварная с соусом паровым	1/80/30	487/2004 583/2004	244	22,6	17	0
✓ 2	Каша пшеничная рассыпчатая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓ 3	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	426,56	9,6	1,2	64,8
✓ 4	Овощи свежие	1/50	-----	14	0,77	0	2,6
✓ 5	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
Обед							
✓ 1	Суп картофельный с фасолью и мясом отварным	1/300/25	139/2004 411/2004	142	7,2	5,5	16
✓ 2	Котлеты рыбные	1/80	364/2008	185	14,8	5,4	15,5
✓ 3	Картофель отварной	1/150	518/2004	182,56	2,4	4,9	23,5

✓4	Овощи свежие	1/50	-----	14	0,77	0	2,6
✓5	Фрукты свежие	1/80	-----	93	1,65	0	14,8
✓6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	686/2004	60	0,3	-	10,3
✓7	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
Всего				2050,08	72,39	40,1	274,2
5-день 5							
Завтрак							
✓1	Рыба «Аппетитная» запеченная с капустой и луком	1/80/100	385/2004	226	5,8	5,2	28,4
✓2	Батон с маслом сливочным и сыром	1/50/10/20	788/2004 3/2004	170	4	4,7	27,8
✓4	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	396	9,6	1,2	64,8
✓5	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
Обед							
✓1	Борщ зеленый с картофелем и сметаной	1/300/10	122/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓2	Рагу из птицы	1/80/150	489/2004	359,7	15,5	28,15	15,45
✓3	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓4	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
✓5	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	300	9,6	1,2	64,8
Всего				1852	53,67	49,79	253,97
6-день 6							
Завтрак							
✓1	Запеканка из творога с соусом яблочным	1/75/50	366/2004 622/2004	269	5	3	31
✓2	Какао с молоком сгущенным	1/200	694/2004	321	8,2	7,5	51,6
✓3	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
✓1	Рассольник домашний с мясом отварным	1/300/25	131/2004 411/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓2	Котлеты рубленые из птицы	1/80	498/2004 587/2004	391,47	25,04	26,62	12,97
✓3	Картофель отварной	1/150	518/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓4	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓5	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
✓6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
Всего				1881,73	60,76	52,56	215,59
7-день 8							
Завтрак							
✓1	Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)	1/200	305/2004	184	5	3	31
✓2	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
✓3	кондитерское изделие в ассортименте (венские вафли, круасан)	45	738/2004	189	2,88	9,45	22,5
✓4	Фрукты свежие	1/70	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
✓1	Суп картофельный с горохом и курицей	1/300/25	139/2004	142	7,2	5,5	16
✓2	Котлеты рыбные	1/80	364/2008	185	14,8	5,4	15,5
✓3	Рагу овощное	1/150	540/2004	151,4	5,3	2,5	15,4
✓4	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
✓5	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
Всего				1443,8	47,8	27,05	203,2
8-день 9							
Завтрак							
✓1	Котлеты рубленые из птицы	1/80	498/2004	391,47	25,04	26,62	12,97
✓2	Каша гречневая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓3	Хлеб «Бородинский» ржаной	1/30	Пром.пр-ва	396	9,6	1,2	64,8
✓4	Фрукты свежие	1/70	-----	93	1,65	0	14,8
✓5	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
Обед							
✓1	Борщ с капустой и картофелем с мясом отварным	1/300/25	110/2004 411/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓2	Шницель натуральный рубленый	1/80	452/2004	252,8	13,1	18,7	7,58
✓3	Макароны отварные	1/150	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5
✓4	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	438,1	9,6	1,2	64,8
✓5	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
✓6	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
Всего				2403,53	76,06	67,06	290,17
9-день 10							
Завтрак							
✓1	Птица отварная с соусом паровым	1/80/30	487/2004 583/2004	244	22,6	17	0
✓2	Каша пшеничная рассыпчатая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5

3	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	426,56	9,6	1,2	64,8
4	Овощи свежие	1/50	-----	14	0,77	0	2,6
5	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
Обед							
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/300/25	112/2004 137/2004	142	7,2	5,5	16
2	Печень тешеная в соусе	1/80/50	439/2004 600/2004	169	13,5	9,2	8,6
3	Картофельное пюре	1/150	520/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
4	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
5	Фрукты свежие	1/80	-----	93	1,65	0	14,8
6	Хлеб «Бородинский» ржаной	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
7	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
Всего				2115,08	71,09	43,9	292,8
10-день 11							
Завтрак							
1	Сырники из творога с сметаной	2/50/30	358/2004	225	5	3	31
2	Батон с маслом сливочным и сыром	1/50/10/20	788/2004	170	4	4,7	27,8
3			3/2004				
4	Какао с молоком сгущенным	1/200	694/2004	321	8,2	7,5	51,6
Обед							
1	Суп картофельный с фасолью и мясом отварным	1/300/25	139/2004 411/2004	142	7,2	5,5	16
2	Котлеты рубленые из птицы	1/80	498/2004	391,47	25,04	26,62	12,97
3	Картофель отварной	1/150	518/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
4	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
5	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
6	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
Всего				1952,43	62,51	53,42	266,07
11-день 12							
Завтрак							
1	Птица отварная с соусом паровым	1/50/30	487/2004	244	22,6	17	0
2	Каша гречневая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
3	Овощи свежие	1/50	-----	14	0,77	0	2,6
4	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
5	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	337,56	9,6	1,2	64,8
Обед							
1	Суп лапша домашняя с курицей	1/300/25	549/2004 148/2004	158,9	4,1	3,9	23,1
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/80/50	374/2004	226	5,8	5,2	28,4
3	Макаронные отварные	1/150	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5
4	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	300	9,6	1,2	64,8
5	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
6	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
7	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
Всего				2020,32	63,39	38,5	319,7
12-день 13							
Завтрак							
1	Запеканка из творога с соусом яблочным	1/75/50	366/2004	269	5	3	31
			622/2004				
2	Какао с молоком сгущенным	1/200	694/2004	321	8,2	7,5	51,6
3	кондитерское изделие в ассортименте (венские вафли, круасан)	45	738/2004	189	2,88	9,45	22,5
4	Фрукты свежие	1/80	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом отварным	1/300/25	110/2004 411/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
2	Шницель натуральный рубленый	1/80	452/2004	252,8	13,1	18,7	7,58
3	Каша ячневая рассыпчатая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
4	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	438,1	9,6	1,2	64,8
5	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	686/2004	60	0,3	-	10,3
Всего				2004,76	51,7	54,09	232,7
13-день 15							
Завтрак							
1	Каша манная на молоке	1/300	Табл 4/2004	213	6,5	6,6	31,6
2	кондитерское изделие в ассортименте (венские вафли, круасан) и сыром	1/50/10/20	788/2004 3/2004	170	4	4,7	27,8
3	Чай с сахаром и лимоном	1/200	686/2004	60	0,3	-	10,3
4	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/300/30	112/2004 137/2004	142	7,2	5,5	16
2	Печень тешеная в соусе	1/80/50	439/2004	169	13,5	9,2	8,6

			600/2004				
✓3	Картофельное пюре	1/150		182,56	2,4	4,9	23,5
✓4	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓6	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
✓7	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
	Всего			1549,96	46,22	32,1	235,8
14-день 16							
Завтрак							
✓1	Птица отварная с соусом паровым	1/80/30	487/2004 583/2004	244	22,6	17	0
✓2	Каша пшеничная рассыпчатая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓3	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	426,56	9,6	1,2	64,8
✓5	Овощи свежие	1/50	-----	14	0,77	0	2,6
✓6	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
Обед							
✓1	Суп картофельный с фасолью и мясом отварным	1/300/25	139/2004 411/2004	142	7,2	5,5	16
✓2	Печень тешеная в соусе	1/80/50	439/2004	169	13,5	9,2	8,6
✓3	Картофель отварной	1/150	518/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓4	Овощи свежие	1/50	-----	14	0,77	0	2,6
✓5	Фрукты свежие	1/80	-----	93	1,65	0	14,8
✓6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	686/2004	60	0,3	-	10,3
✓7	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	365,4	9,6	1,2	64,8
	Всего			2034,08	71,09	43,9	267,3
15-день 17							
Завтрак							
✓1	Рыба «Аппетитная» запеченая с капустой и луком	1/80/100	385/2004	226	5,8	5,2	28,4
✓2	Батон с маслом сливочным и сыром	1/50/10/20	788/2004 3/2004	170	4	4,7	27,8
✓3	Фрукты свежие	1/80	-----	93	1,65	0	14,8
✓4	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	396	9,6	1,2	64,8
✓5	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
Обед							
✓1	Борщ зеленый с картофелем и сметаной	1/300/10	122/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓2	Рагу из птицы	1/80/150	489/2004	359,7	15,5	28,15	15,45
✓3	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓4	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
✓5	Хлеб пшеничный в/с	1/60	Пром.пр-ва	300	9,6	1,2	64,8
	Всего			1945	55,32	49,79	268,77
16-день 18							
Завтрак							
✓1	Запеканка из творога с соусом яблочным	1/75/50	366/2004 622/2004	269	5	3	31
✓2	кондитерское изделие в ассортименте (венские вафли, круасан)	1/50/10/20	788/2004	170	4	4,7	27,8
✓5	Какао с молоком сгущенным	1/200	694/2004	321	8,2	7,5	51,6
✓6	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
✓1	Рассольник домашний с мясом отварным	1/300/25	131/2004 411/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓2	Котлеты рубленые из птицы	1/80	498/2004 587/2004	391,47	25,04	26,62	12,97
✓3	Картофель отварной	1/150	518/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓4	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓5	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	391,47	9,6	1,2	64,8
✓6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
	Всего			2077,8	64,76	57,26	243,39
17-день 19							
Завтрак							
✓1	Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)	1/200	305/2004	184	5	3	31
✓2	Батон с маслом сливочным и сыром	1/50/10/20	788/2004 3/2004	170	4	4,7	27,8
✓3	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3
✓5	Фрукты свежие	1/70	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
✓1	Суп картофельный с горохом и курицей	1/300/25	139/2004	142	7,2	5,5	16
✓2	Печень тешеная в соусе	1/80/50	439/2004	169	13,5	9,2	8,6
✓3	Картофельное пюре	1/150	520/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓4	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	142	9,6	1,2	64,8
✓5	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓6	Чай с сахаром и лимоном	1/200	Пром.пр-ва	60	0,3	-	10,3

Всего			1216,56	44,72	28,5	209,7	
			18-день 20				
Завтрак							
✓1	Котлеты рубленые из птицы	1/80	498/2004	391,47	25,04	26,62	12,97
✓2	Каша пшеничная рассыпчатая	1/150	Табл 4/2004	182,56	2,4	4,9	23,5
✓3	Хлеб «Бородинский» ржаной	1/30	Пром.пр-ва	396	9,6	1,2	64,8
✓4	Овощи свежие	1/60	-----	14	0,77	0	2,6
✓5	Сок фруктовый натуральный	1/200	пром.пр-ва	141	0,3	-	35,8
✓6	Фрукты свежие	1/100	-----	93	1,65	0	14,8
Обед							
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом отварным	1/300/25	110/2004 411/2004	185,3	7,8	9,34	4,02
✓2	Шницель натуральный рубленый	1/80	452/2004	252,8	13,1	18,7	7,58
✓3	Макароны отварные	1/150	516/2004	168,3	5,5	5,1	23,5
✓4	Хлеб пшеничный в/с	1/30	Пром.пр-ва	185,3	9,6	1,2	64,8
✓5	Овощи свежие	1/70	-----	14	0,77	0	2,6
✓6	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	141	0,3	-	35,8
Всего				2164,73	76,83	67,06	292,77