

Приложение № 3
к муниципальному контракту
№
от « ___ » _____ 2021 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Председатель Совета
по «Хопер»
Бурдина С.В.



ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 2021г.

ДЛЯ Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Тростянка Балашовского района Саратовской области»

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1							
день 1-й							
ОБЕД	Суп картофельный с крупой(пшено)	247	2,57	2,47	18,7	110,7	138
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	639(3)
	Общий вес обеда.гр	472	5,34	3,42	61,9	298,3	
Стоимость питания-20,00 рублей							
день 2-й							
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	273	8,63	4,04	34,4	220,6	139
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6	
	Кисель	200	0	0	20	76	648
	Общий вес обеда.гр	498	10,9	4,89	66,4	363,2	
Стоимость питания-20,00 рублей							
день 3-й							
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	182	1,24	4,08	6,11	66,25	124
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6	
	Сок	114	0,46	0,46	11,17	47,88	
	Общий вес обеда.гр	321	3,97	5,39	29,28	180,73	
Стоимость питания-20,00 рублей							
день 4-й							
ОБЕД	Суп карт. с гречневой крупой	198	2,77	1,98	15,29	88,7	80
	Хлеб ржаной, пшеничный	50	4,54	1,7	24	133,2	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	639(3)
	Общий вес обеда.гр	448	7,81	3,78	70,49	342,9	
Стоимость питания-20,00 рублей							
день 5-й							
ОБЕД	Суп картофельный с рисом	326	3,4	3,26	25,16	146	138
	Хлеб ржаной, пшеничный	50	4,54	1,7	24	133,2	
	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35	685
	Общий вес обеда.гр	576	8,04	4,96	58,26	314,2	
Стоимость питания-20,00 рублей							

		НЕДЕЛЯ 2						
		день 6-й						
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	166	1,13	3,32	7,7	64,4	110	
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	639(3)	
	Общий вес обеда.гр	391	3,9	4,27	50,9	252		
Стоимость питания-20,00 рублей								
		день 7-й						
ОБЕД	Суп карт. с гречневой крупой	150	2,1	1,5	11,58	67,2	80	
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6		
	Сок	131	0,52	0,52	12,84	55,02		
	Общий вес обеда.гр	306	4,89	2,87	36,42	188,82		
Стоимость питания-20,00 рублей								
		день 8-й						
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	171	1,16	3,85	5,75	62,24	124	
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6		
	Кисель	200	0	0	20	76	648	
	Общий вес обеда.гр	396	3,43	4,7	37,75	204,84		
Стоимость питания-20,00 рублей								
		день 9-й						
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изд.	240	2,59	2,4	18,05	106,56	140	
	Хлеб ржаной, пшеничный	25	2,27	0,85	12	66,6		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	639(3)	
	Общий вес обеда.гр	465	5,36	3,35	61,25	294,16		
Стоимость питания-20,00 рублей								
		день 10-й						
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	220	1,5	4,4	10,2	85,36	110	
	Хлеб ржаной, пшеничный	50	4,54	1,7	24	133,2		
	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35	685	
	Общий вес обеда, гр.	470	6,14	6,1	43,3	253,56		
Стоимость питания-20,00 рублей								

Меню составлено по рецептурам Сборника технологических карт, рецептур блюд для кулинарных изделий для школьного питания, УФА 2018год И СанПин 2.3/2.4.3590-20. Все кулинарные блюда с использованием йодированной со