**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«02» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № ДНЯ – 11*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 200 | 6,2 | 8,1 | 25,9 | 200,7 | 190 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***430*** | ***10,7*** | ***19,5*** | ***61,1*** | ***461,9*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп рыбный со сметаной | 250 | 4,7 | 5,0 | 16,9 | 134,9 | 87 | 12,00 |
| Тефтели мясные (1 вариант) | 55 | 6,0 | 14,7 | 6,6 | 184,7 | 278 | 38,00 |
| Соус томатный № 364 | 50 | 0,9 | 4,9 | 3,6 | 61,0 | 364 | 2,00 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 210,9 | 331 | 14,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***780*** | ***20,7*** | ***31,1*** | ***100,0*** | ***766,5*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1210*** | ***31,4*** | ***50,6*** | ***161,1*** | ***1228,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«03» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СУББОТА № ДНЯ – 12*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 155 | 5,6 | 6,4 | 24,8 | 179,0 | 189 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***385*** | ***10,1*** | ***17,8*** | ***60,0*** | ***440,2*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп из овощей | 250 | 5,2 | 8,9 | 11,3 | 150,3 | 95 | 14,00 |
| Голубцы ленивые | 200 | 11,0 | 27,7 | 15,4 | 357,0 | 430 | 52,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***725*** | ***20,1*** | ***37,6*** | ***65,1*** | ***684,2*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1110*** | ***30,2*** | ***55,4*** | ***125,1*** | ***1124,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«05» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПОНЕДЕЛЬНИК № ДНЯ - 01*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша пшённая молочная с маслом сливочным | 200 | 7,1 | 7,4 | 34,8 | 234,9 | 189 | 18,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/5 | 0,0 | 0,0 | 14,7 | 59,1 | 431 | 7,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| Фрукт | 60 | 0,2 | 0,2 | 5,9 | 28,2 | к/к | 12,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***485*** | ***8,8*** | ***8,2*** | ***65,7*** | ***374,6*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,2 | 7,5 | 20,6 | 178,8 | 100 | 15,00 |
| Голубцы ленивые | 200 | 11,0 | 27,7 | 15,4 | 357,0 | 430 | 56,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***725*** | ***21,1*** | ***36,2*** | ***74,4*** | ***712,7*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1210*** | ***29,9*** | ***44,4*** | ***140,1*** | ***1087,3*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«06» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ВТОРНИК № ДНЯ – 02*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Запеканка из творога с джемом | 100 | 18,0 | 11,1 | 26,8 | 281,0 | 224 | 30,00 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 | 411 | 7,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***320*** | ***19,6*** | ***11,8*** | ***65,0*** | ***446,4*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 5,3 | 9,8 | 9,5 | 150,4 | 88 | 12,00 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 210,9 | 331 | 14,00 |
| Биточки паровые | 70 | 9,3 | 19,9 | 7,2 | 245,1 | 289 | 40,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***750*** | ***23,9*** | ***37,7*** | ***91,6*** | ***804,4*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1070*** | ***43,5*** | ***49,5*** | ***156,6*** | ***1250,8*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«07» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СРЕДА № ДНЯ – 03*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 200 | 2,7 | 6,3 | 10,0 | 108,2 | 182 | 16,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/5 | 0,0 | 0,0 | 14,7 | 59,1 | 431 | 7,00 |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,8 | 3,6 | 10,3 | 88,8 | 3 | 17,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***435*** | ***6,5*** | ***9,9*** | ***35,0*** | ***256,1*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 5,4 | 9,7 | 12,9 | 164,0 | 82 | 12,00 |
| Рыба отварная | 70 | 13,1 | 3,8 | 0,5 | 88,6 | 226 | 40,00 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 323 | 14,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***745*** | ***25,8*** | ***19,0*** | ***89,1*** | ***633,6*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1180*** | ***32,3*** | ***28,9*** | ***124,1*** | ***889,7*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«08» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕТВЕРГ № ДНЯ – 04*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 7,9 | 7,8 | 28,7 | 218,2 | 204 | 32,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***370*** | ***9,6*** | ***8,5*** | ***54,0*** | ***330,6*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 5,7 | 9,1 | 16,8 | 175,8 | 91 | 14,00 |
| Жаркое по-домашнему | 230 | 14,7 | 32,4 | 23,8 | 447,1 | 259 | 52,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***760*** | ***24,3*** | ***44,1*** | ***80,6*** | ***821,9*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1130*** | ***33,9*** | ***52,6*** | ***134,6*** | ***1152,5*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«09» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № ДНЯ – 05*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Омлет натуральный | 105 | 10,1 | 16,6 | 1,9 | 197,6 | 214 | 27,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***335*** | ***11,9*** | ***25,6*** | ***27,3*** | ***384,8*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп рыбный со сметаной | 250 | 4,7 | 5,0 | 16,9 | 134,9 | 87 | 14,00 |
| Плов из птицы | 210 | 40,6 | 44,2 | 35,5 | 701,7 | 291 | 47,00 |
| Соки овощные, фруктовые, ягодные | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 389 | 15,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***715*** | ***49,9*** | ***50,3*** | ***93,5*** | ***1028,6*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1050*** | ***61,8*** | ***75,9*** | ***120,8*** | ***1413,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«10» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СУББОТА № ДНЯ – 06*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 155 | 5,6 | 6,4 | 24,8 | 179,0 | 189 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***385*** | ***10,1*** | ***17,8*** | ***60,0*** | ***440,2*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп из овощей | 250 | 5,2 | 8,9 | 11,3 | 150,3 | 95 | 14,00 |
| Рагу из птицы | 190 | 16,3 | 20,8 | 17,6 | 323,0 | 309 | 52,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***715*** | ***25,4*** | ***30,7*** | ***67,3*** | ***650,2*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1100*** | ***35,5*** | ***48,5*** | ***127,3*** | ***1090,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«12» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПОНЕДЕЛЬНИК № ДНЯ – 07*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 200 | 6,4 | 7,6 | 27,8 | 205,6 | 413 | 18,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/5 | 0,0 | 0,0 | 14,7 | 59,1 | 431 | 7,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| Фрукт | 60 | 0,5 | 0,1 | 4,5 | 22,8 | к/к | 12,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***485*** | ***8,4*** | ***8,3*** | ***57,3*** | ***339,9*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,2 | 7,5 | 20,6 | 178,8 | 100 | 15,00 |
| Голубцы ленивые | 200 | 11,0 | 27,7 | 15,4 | 357,0 | 430 | 56,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***730*** | ***21,7*** | ***36,3*** | ***88,8*** | ***774,0*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1215*** | ***30,1*** | ***44,6*** | ***146,1*** | ***1113,9*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«13» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ВТОРНИК № ДНЯ – 08*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 105 | 10,1 | 16,6 | 1,9 | 197,6 | 214 | 27,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным | 40 | 3,8 | 7,7 | 10,3 | 126,2 | 3 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***345*** | ***14,1*** | ***24,4*** | ***27,2*** | ***383,8*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп гороховый с картофелем | 250 | 8,9 | 8,6 | 19,0 | 188,1 | 102 | 12,00 |
| Гуляш из отварного мяса | 45 | 7,1 | 16,8 | 1,6 | 185,9 | 246 | 40,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 323 | 14,00 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 | 411 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***725*** | ***23,8*** | ***32,5*** | ***98,4*** | ***777,6*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1070*** | ***37,9*** | ***57,0*** | ***125,6*** | ***1161,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«14» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СРЕДА № ДНЯ – 09*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200 | 5,0 | 8,1 | 27,9 | 205,1 | 189 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***430*** | ***9,5*** | ***19,5*** | ***63,1*** | ***466,3*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 5,3 | 9,8 | 9,5 | 150,4 | 88 | 12,00 |
| Пюре картофельное с маслом сливочным | 150 | 3,2 | 5,3 | 21,4 | 145,7 | 128 | 14,00 |
| Котлеты или биточки рыбные | 80 | 10,3 | 6,9 | 12,0 | 150,9 | 239 | 40,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***755*** | ***22,5*** | ***22,9*** | ***80,9*** | ***622,0*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1185*** | ***32,0*** | ***42,4*** | ***144,0*** | ***1088,3*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«15» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕТВЕРГ № ДНЯ – 10*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 7,9 | 7,8 | 28,7 | 218,2 | 204 | 32,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***370*** | ***9,6*** | ***8,5*** | ***54,0*** | ***330,6*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 5,0 | 11,6 | 16,8 | 196,3 | 91 | 14,00 |
| Плов из птицы | 210 | 40,6 | 44,2 | 35,5 | 701,7 | 291 | 52,00 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 | 411 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***740*** | ***49,6*** | ***58,3*** | ***105,6*** | ***1150,9*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1110*** | ***59,2*** | ***66,8*** | ***159,6*** | ***1481,5*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«16» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № ДНЯ – 11*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 200 | 6,2 | 8,1 | 25,9 | 200,7 | 190 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***430*** | ***10,7*** | ***19,5*** | ***61,1*** | ***461,9*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп рыбный со сметаной | 250 | 4,7 | 5,0 | 16,9 | 134,9 | 87 | 12,00 |
| Тефтели мясные (1 вариант) | 55 | 6,0 | 14,7 | 6,6 | 184,7 | 278 | 38,00 |
| Соус томатный № 364 | 50 | 0,9 | 4,9 | 3,6 | 61,0 | 364 | 2,00 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 210,9 | 331 | 14,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***780*** | ***20,7*** | ***31,1*** | ***100,0*** | ***766,5*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1210*** | ***31,4*** | ***50,6*** | ***161,1*** | ***1228,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«17» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СУББОТА № ДНЯ – 12*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 155 | 5,6 | 6,4 | 24,8 | 179,0 | 189 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***385*** | ***10,1*** | ***17,8*** | ***60,0*** | ***440,2*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп из овощей | 250 | 5,2 | 8,9 | 11,3 | 150,3 | 95 | 14,00 |
| Голубцы ленивые | 200 | 11,0 | 27,7 | 15,4 | 357,0 | 430 | 52,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***725*** | ***20,1*** | ***37,6*** | ***65,1*** | ***684,2*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1110*** | ***30,2*** | ***55,4*** | ***125,1*** | ***1124,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«19» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПОНЕДЕЛЬНИК № ДНЯ - 01*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша пшённая молочная с маслом сливочным | 200 | 7,1 | 7,4 | 34,8 | 234,9 | 189 | 18,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/5 | 0,0 | 0,0 | 14,7 | 59,1 | 431 | 7,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| Фрукт | 60 | 0,2 | 0,2 | 5,9 | 28,2 | к/к | 12,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***485*** | ***8,8*** | ***8,2*** | ***65,7*** | ***374,6*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,2 | 7,5 | 20,6 | 178,8 | 100 | 15,00 |
| Голубцы ленивые | 200 | 11,0 | 27,7 | 15,4 | 357,0 | 430 | 56,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***725*** | ***21,1*** | ***36,2*** | ***74,4*** | ***712,7*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1210*** | ***29,9*** | ***44,4*** | ***140,1*** | ***1087,3*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«20» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ВТОРНИК № ДНЯ – 02*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Запеканка из творога с джемом | 100 | 18,0 | 11,1 | 26,8 | 281,0 | 224 | 30,00 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 | 411 | 7,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***320*** | ***19,6*** | ***11,8*** | ***65,0*** | ***446,4*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250 | 5,3 | 9,8 | 9,5 | 150,4 | 88 | 12,00 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 210,9 | 331 | 14,00 |
| Биточки паровые | 70 | 9,3 | 19,9 | 7,2 | 245,1 | 289 | 40,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***750*** | ***23,9*** | ***37,7*** | ***91,6*** | ***804,4*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1070*** | ***43,5*** | ***49,5*** | ***156,6*** | ***1250,8*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«21» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СРЕДА № ДНЯ – 03*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 200 | 2,7 | 6,3 | 10,0 | 108,2 | 182 | 16,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/5 | 0,0 | 0,0 | 14,7 | 59,1 | 431 | 7,00 |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,8 | 3,6 | 10,3 | 88,8 | 3 | 17,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***435*** | ***6,5*** | ***9,9*** | ***35,0*** | ***256,1*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 5,4 | 9,7 | 12,9 | 164,0 | 82 | 12,00 |
| Рыба отварная | 70 | 13,1 | 3,8 | 0,5 | 88,6 | 226 | 40,00 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 323 | 14,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***745*** | ***25,8*** | ***19,0*** | ***89,1*** | ***633,6*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1180*** | ***32,3*** | ***28,9*** | ***124,1*** | ***889,7*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«22» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕТВЕРГ № ДНЯ – 04*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 7,9 | 7,8 | 28,7 | 218,2 | 204 | 32,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***370*** | ***9,6*** | ***8,5*** | ***54,0*** | ***330,6*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 5,7 | 9,1 | 16,8 | 175,8 | 91 | 14,00 |
| Жаркое по-домашнему | 230 | 14,7 | 32,4 | 23,8 | 447,1 | 259 | 52,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***760*** | ***24,3*** | ***44,1*** | ***80,6*** | ***821,9*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1130*** | ***33,9*** | ***52,6*** | ***134,6*** | ***1152,5*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«23» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № ДНЯ – 05*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Омлет натуральный | 105 | 10,1 | 16,6 | 1,9 | 197,6 | 214 | 27,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***335*** | ***11,9*** | ***25,6*** | ***27,3*** | ***384,8*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп рыбный со сметаной | 250 | 4,7 | 5,0 | 16,9 | 134,9 | 87 | 14,00 |
| Плов из птицы | 210 | 40,6 | 44,2 | 35,5 | 701,7 | 291 | 47,00 |
| Соки овощные, фруктовые, ягодные | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 389 | 15,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***715*** | ***49,9*** | ***50,3*** | ***93,5*** | ***1028,6*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1050*** | ***61,8*** | ***75,9*** | ***120,8*** | ***1413,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«24» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СУББОТА № ДНЯ – 06*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 155 | 5,6 | 6,4 | 24,8 | 179,0 | 189 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***385*** | ***10,1*** | ***17,8*** | ***60,0*** | ***440,2*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп из овощей | 250 | 5,2 | 8,9 | 11,3 | 150,3 | 95 | 14,00 |
| Рагу из птицы | 190 | 16,3 | 20,8 | 17,6 | 323,0 | 309 | 52,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***715*** | ***25,4*** | ***30,7*** | ***67,3*** | ***650,2*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1100*** | ***35,5*** | ***48,5*** | ***127,3*** | ***1090,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«26» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПОНЕДЕЛЬНИК № ДНЯ – 07*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 200 | 6,4 | 7,6 | 27,8 | 205,6 | 413 | 18,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/5 | 0,0 | 0,0 | 14,7 | 59,1 | 431 | 7,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| Фрукт | 60 | 0,5 | 0,1 | 4,5 | 22,8 | к/к | 12,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***485*** | ***8,4*** | ***8,3*** | ***57,3*** | ***339,9*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,2 | 7,5 | 20,6 | 178,8 | 100 | 15,00 |
| Голубцы ленивые | 200 | 11,0 | 27,7 | 15,4 | 357,0 | 430 | 56,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***730*** | ***21,7*** | ***36,3*** | ***88,8*** | ***774,0*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1215*** | ***30,1*** | ***44,6*** | ***146,1*** | ***1113,9*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«27» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ВТОРНИК № ДНЯ – 08*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 105 | 10,1 | 16,6 | 1,9 | 197,6 | 214 | 27,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным | 40 | 3,8 | 7,7 | 10,3 | 126,2 | 3 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***345*** | ***14,1*** | ***24,4*** | ***27,2*** | ***383,8*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп гороховый с картофелем | 250 | 8,9 | 8,6 | 19,0 | 188,1 | 102 | 12,00 |
| Гуляш из отварного мяса | 45 | 7,1 | 16,8 | 1,6 | 185,9 | 246 | 40,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 323 | 14,00 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 | 411 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***725*** | ***23,8*** | ***32,5*** | ***98,4*** | ***777,6*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1070*** | ***37,9*** | ***57,0*** | ***125,6*** | ***1161,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«28» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СРЕДА № ДНЯ – 09*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200 | 5,0 | 8,1 | 27,9 | 205,1 | 189 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***430*** | ***9,5*** | ***19,5*** | ***63,1*** | ***466,3*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 5,3 | 9,8 | 9,5 | 150,4 | 88 | 12,00 |
| Пюре картофельное с маслом сливочным | 150 | 3,2 | 5,3 | 21,4 | 145,7 | 128 | 14,00 |
| Котлеты или биточки рыбные | 80 | 10,3 | 6,9 | 12,0 | 150,9 | 239 | 40,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***755*** | ***22,5*** | ***22,9*** | ***80,9*** | ***622,0*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1185*** | ***32,0*** | ***42,4*** | ***144,0*** | ***1088,3*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«29» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕТВЕРГ № ДНЯ – 10*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 7,9 | 7,8 | 28,7 | 218,2 | 204 | 32,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***370*** | ***9,6*** | ***8,5*** | ***54,0*** | ***330,6*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 5,0 | 11,6 | 16,8 | 196,3 | 91 | 14,00 |
| Плов из птицы | 210 | 40,6 | 44,2 | 35,5 | 701,7 | 291 | 52,00 |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 113,0 | 411 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***740*** | ***49,6*** | ***58,3*** | ***105,6*** | ***1150,9*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1110*** | ***59,2*** | ***66,8*** | ***159,6*** | ***1481,5*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

**Утверждаю: Согласовано:**

Индивидуальный Директор

предприниматель МОУ «СОШ № 5»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Н.Василисков/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.Ю.Мыльников/

***«30» сентября 2022 года***

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № ДНЯ – 11*** | | | | | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | |
| ***НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА*** | ***МАССА ПОРЦИИ*** | ***ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА*** | | | ***ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ*** | ***№ РЕЦЕПТУРЫ*** | ***ЦЕНА*** |
| ***БЕЛКИ*** | ***ЖИРЫ*** | ***УГЛЕВОДЫ*** |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 200 | 6,2 | 8,1 | 25,9 | 200,7 | 190 | 18,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 14,00 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 8,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***430*** | ***10,7*** | ***19,5*** | ***61,1*** | ***461,9*** |  | ***40,00*** |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | |
| Суп рыбный со сметаной | 250 | 4,7 | 5,0 | 16,9 | 134,9 | 87 | 12,00 |
| Тефтели мясные (1 вариант) | 55 | 6,0 | 14,7 | 6,6 | 184,7 | 278 | 38,00 |
| Соус томатный № 364 | 50 | 0,9 | 4,9 | 3,6 | 61,0 | 364 | 2,00 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 210,9 | 331 | 14,00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 14,6 | 58,1 | 402 | 10,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | к/к | 6,00 |
| Батон пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | к/к | 3,00 |
| ***Итого за приём пищи:*** | ***780*** | ***20,7*** | ***31,1*** | ***100,0*** | ***766,5*** |  | ***85,00*** |
| ***Всего за день:*** | ***1210*** | ***31,4*** | ***50,6*** | ***161,1*** | ***1228,4*** |  | ***125,00*** |

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\*ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20