



Утверждаю"
 _____ отдела образования
 _____ УО КО
 И.Б.Онсович
 _____ 2022 г

Четырехнедельное меню блюд для организации
 бесплатного питания отдельных категорий
 обучающихся в организациях среднего образования
 за счет бюджетных средств (лето- осень)

1-ая неделя , 1 -й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша молочная овсяная	210	210	210	99,81	99,81	99,81
Сусбеше	110	110	110	200,20	200,20	182,00
Чай с сахаром	200	200	200	16,02	16,02	16,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	414,63	449,11	460,61			
Средняя цена				394,23	405,48	387,39

1-ая неделя , 2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Гречка рассыпчатая	100	130	150	48,67	63,32	73,06
Птица тушенная	100	100	100	180,07	180,07	180,07
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Мед	15	15	15	45,00	45,00	45,00
Калорийность, ккаал	531,63	612,48	654,9			
Средняя цена				392,71	421,55	436,98

1-ая неделя ,3 -й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	230	250	108,95	125,52	136,33
Кисель из плодов шиповника	200	200	200	52,73	52,73	52,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Фрукты	200	200	200	130,00	130,00	130,00
Калорийность, ккаал	294,68	341,18	360,69			
Средняя цена				365,01	396,14	412,86

1-ая неделя ,4-ый день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Рис отварной	100	130	150	29,86	38,82	44,79
Котлеты рыбные	70	70	70	229,42	229,42	229,42
Соус	50	50	50			
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	481,39	557,9	597,41			
Средняя цена				375,37	397,37	408,28

1-ая неделя , 5-ый день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Рассольник Ленинградский	200	230	250	119,46	137,36	149,33
Печенье сахарное	40	40	40	60,00	60,00	60,00
Кефир 2,5 %	200	200	200	120,00	120,00	120,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	346,06	404,69	415,62			
Средняя цена				374,35	407,08	425,19

2-ая неделя , 1 -й день

Наименование блюдо	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша молочная ячневая	210	210	210	98,01	98,01	98,01
Сусбеше	110	110	110	200,20	200,20	200,20
Чай с сахаром	200	200	200	4,00	4,00	4,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	520,98	555,46	566,96			
Средняя цена				377,65	388,90	392,65

2-ая неделя , 2-й день

Наименование блюдо	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Макаронные изделия	100	130	150	27,50	35,75	41,25
Птица тушеная	100	100	100	180,07	180,07	180,07
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Мед	15	15	15	45,00	45,00	45,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00

Калорийность, ккаал	557,26	632,12	673,54			
Средняя цена				367,31	388,46	398,81

2-ая неделя ,3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп картофельный с бобовыми (Гренки)	200/30	230/30	250/30	182,85	206,10	221,48
Кисель из плодов шиповника	200	200	200	52,73	52,73	52,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Печенье	40	40	40	48,00	48,00	48,00
Калорийность, ккаал	724,94	825,62	884,32			
Средняя цена				355,29	394,44	416,65

2-ая неделя ,4-ый день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Пюре картофельное	100	100	100	47,10	47,10	47,10
Котлеты рыбные	70	70	70	227,42	227,42	227,42
Соус	50	50	50			
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	460,92	495,4	506,9			
Средняя цена				393,66	404,91	408,66

2-ая неделя ,5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Борщ с капустой и картофелем	200/10	230/10	250/10	147,14	167,32	180,91
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Фрукты	150	150	150	97,50	97,50	97,50
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	422,36	470,04	490,34			
Средняя цена				357,79	393,26	413,32

3-ая неделя , 1 -й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша молочная лшленная	220	220	220	90,51	90,51	90,51

Сусбеше	110	110	110	200,20	200,20	200,20
Чай с сахаром	200	200	200	4,00	4,00	4,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	435,78	470,26	481,76			
<i>Средняя цена</i>				368,65	379,90	383,65

3-я неделя, 2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Рагу из птицы	200	250	270	210,04	276,98	338,41
Кисло молочый продукт	100	100	100	60,00	60,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	357,55	455,17	491,93			
<i>Средняя цена</i>				339,05	430,63	508,09

3-я неделя, 3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп картофельный с клёцками	200/25	230/25	250/25	143,54	160,25	172,04
Кисель из сухофруктов и шиповника	200	200	200	51,22	51,22	51,22
Фрукты	150	150	150	97,50	97,50	97,50
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	317,71	373,99	397,04			
<i>Средняя цена</i>				365,71	397,01	414,91

3-я неделя, 4-ый день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша рисовая с морковью припущенной	100	130	150	48,54	63,01	72,82
Котлеты рыбные	70	70	70	227,42	227,42	227,42
Соус	50	50	50			
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	549,66	624,13	662,29			
<i>Средняя цена</i>				395,39	424,00	439,51

3-ая неделя, 5-ый день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет

Суп картофельный с макаронными изделиями	200	230	250	205,85	237,24	257,74
Кисель из плодов шиповника	200	200	200	0,03	0,03	0,03
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Печенье сахарное	40	40	40	60,00	60,00	60,00
Калорийность, ккаал	315,84	362,34	381,85			
<i>Средняя цена</i>				334,05	382,97	411,31

4-ая неделя , 1 -й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша молочная кукурузная	210	210	210	101,91	101,91	101,91
Сусбеше	110	110	110	200,20	200,20	200,20
Чай с сахаром	200	200	200	16,02	16,02	16,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	503,98	538,46	549,96			
<i>Средняя цена</i>				396,75	408,00	411,75

4-ая неделя ,2-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Борщ с капустой и картофелем	200/10	230/10	250/10	195,14	222,52	240,91
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Печенье сахарное	40	40	40	60,00	60,00	60,00
Калорийность, ккаал	443,52	491,2	511,5			
<i>Средняя цена</i>				370,39	414,50	440,32

4-ая неделя , 3-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Макаронные изделия	100	130	150	27,50	35,75	41,25
Птица тушенная	100	100	100	234,57	234,57	234,57
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	511,66	586,52	624,94			
<i>Средняя цена</i>				378,71	399,86	410,21

4-ая неделя ,4-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Рис отварной	100	130	150	37,91	49,28	56,86
Котлета из мяса кур	70	70	70	199,75	199,75	199,75
Соус	50	50	50			
Компот	200	200	200	41,02	41,02	41,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Калорийность, ккаал	574,16	650,58	690,04			
<i>Средняя цена</i>				349,42	374,32	387,17

4-ая неделя ,5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г			Стоимость блюда		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Суп картофельный с бобовыми (гречки)	200/30	230/30	250/30	166,00	188,45	203,33
Кисель из плодов шиповника	200	200	200	52,73	52,73	52,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	12,50	21,88	25,00
Фрукты	100	100	100	65,00	65,00	65,00
Калорийность, ккаал	681,56	782,26	837,96			
<i>Средняя цена</i>				355,47	393,66	415,27