

Приложение № 4 к Договору  
от « 09 » 01 2024 г. № \_\_\_\_\_

Согласовано  
Директор Школы

С.А.Фандина

«УТВЕРЖДАЮ»  
Председатель правления  
ПО «Холер»  
Бурдина С.В.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ 5-11 КЛАССОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ НА 2024 г.  
ДЛЯ МАОУ СОШ р.п.Пинеровка Багатовского района Саратовской области**

Прием пищи	№ рец.	1 день					
		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Льготники	138	300	13,85	134,4	3,12	3	23,16
	685	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
	Итого	550,00	20,00	279,83	4,37	3,30	56,26

Прием пищи	№ рец.	2 день					
		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Льготники	140	290	13,85	128,7	3,13	2,9	21,8
	685	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
	Итого	540,00	20,00	274,13	4,38	3,20	54,90

Прием пищи	№ рец.	3 день					
		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Льготники	139	300	13,85	242,4	9,48	4,44	37,8

	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	550,00	20,00	387,83	10,73	4,74	70,90
		<b>4 день</b>						
<b>Прием пищи</b>	<b>№ рец.</b>	<b>Блюдо</b>	<b>Выход, г</b>	<b>Цена</b>	<b>Калорийность</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>
	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	13,85	76,5	1,42	4,7	7,06
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	460,00	20,00	221,93	2,67	5,00	40,16
		<b>Льготники</b>						

		<b>5 день</b>						
<b>Прием пищи</b>	<b>№ рец.</b>	<b>Блюдо</b>	<b>Выход, г</b>	<b>Цена</b>	<b>Калорийность</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>
	138	Суп картофельный с гречкой	295	13,85	132	3,07	2,96	22,83
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	545,00	20,00	277,43	4,32	3,26	55,93
		<b>6 день</b>						
<b>Прием пищи</b>	<b>№ рец.</b>	<b>Блюдо</b>	<b>Выход, г</b>	<b>Цена</b>	<b>Калорийность</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>
	139	Суп картофельный с горохом	300	13,85	242,4	9,48	4,44	37,8
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	550,00	20,00	387,83	10,73	4,74	70,90
		<b>Льготники</b>						



Прием пищи	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	138	Супл картофельный с крупой (пшено)	300	13,85	134,4	3,12	3	23,16
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
Льготники	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	550,00	20,00	279,83	4,37	3,30	56,26

8 день								
Прием пищи	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	110	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	265	13,85	102,5	1,8	5,3	12,3
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
Льготники	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	515,00	20,00	247,93	3,05	5,60	45,40

9 день								
Прием пищи	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	138	Супл картофельный с рисом	295	13,85	132	3,07	2,96	22,83
	685	Чай с сахаром	200	1,65	35,00	0,00	0,00	9,00
Льготники	пром.	Хлеб ржаной , пшеничный 25/25	50	4,50	110,43	1,25	0,30	24,10
		Итого	545,00	20,00	277,43	4,32	3,26	55,93

10 день								
Прием пищи	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Льготники	124	Ши из свежей капусты с карт.	210	13,85	76,5	1,42	4,7	7,06

19

	685									
	Чай с сахаром	200	1,65		35,00	0,00	0,00		9,00	
	Хлеб ржаной, пшеничный 25/25	50	4,50		110,43	1,25	0,30		24,10	
	Итого	460,00	20,00	221,93		2,67	5,00		40,16	

Итого за 10 дней  
Среднее за день

5265 200 2856 52 41 547  
526,5 20 285,61 5,161 4,14 54,68