

ПРИЛОЖЕНИЕ №3 К КОНТРАКТУ №  
от " " 20 г.

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №188

В.А. Стуков

Утверждаю

Директор МАУ КП Ленинского района

Н.А. Надежкина

### Меню

**на повышение качества и наполнения рациона питающихся по образовательным программам начального общего образования МБОУ СОШ №188**

Возрастная категория: с 7 до 12 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, (г) | Пищевые вещества, (г) |   |   | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|------------|--------------------|----------------|-----------------------|---|---|-------------------|-----------|
|            |                    |                | Б                     | Ж | У |                   |           |

Неделя: Первая

День: Понедельник

|                |              |          |      |      |       |    |       |
|----------------|--------------|----------|------|------|-------|----|-------|
| <b>Завтрак</b> |              |          |      |      |       |    |       |
|                | Груша свежая | .200 гр. | 0,8  | 0,6  | 20,6  | 94 |       |
| <b>итого</b>   |              |          | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94 | 67,50 |
| <b>Обед</b>    |              |          |      |      |       |    |       |
|                | Груша свежая | .200 гр. | 0,8  | 0,6  | 20,6  | 94 |       |
| <b>итого</b>   |              |          | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94 | 67,50 |

День: вторник

Неделя: первая

| №<br>рец. | Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |      |      | Энерг.цен.<br>(ккал) | Стоимость |
|-----------|-----------------------------------|--------------------|-----------------------|------|------|----------------------|-----------|
|           |                                   |                    | Б                     | Ж    | У    |                      |           |
|           | Завтрак                           |                    |                       |      |      |                      | 20,46     |
|           | Зеленый горошек конс порц         | .035гр.            | 1,2                   | 0,1  | 2,4  | 14,8                 |           |
| итого     |                                   |                    | 1,20                  | 0,10 | 2,40 | 15                   |           |
|           |                                   |                    |                       |      |      |                      |           |
|           | Обед                              |                    |                       |      |      |                      | 20,46     |
|           | Помидоры св порц                  | .050 гр            | 0,7                   | 0,1  | 2,3  | 12,8                 |           |
| итого     |                                   |                    | 0,70                  | 0,10 | 2,30 | 13                   |           |
|           |                                   |                    |                       |      |      |                      |           |

День: среда

Неделя: первая

| №<br>рец. | Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |      |       | Энерг.цен.<br>(ккал) | Стоимость |
|-----------|-----------------------------------|--------------------|-----------------------|------|-------|----------------------|-----------|
|           |                                   |                    | Б                     | Ж    | У     |                      |           |
|           | Завтрак                           |                    |                       |      |       |                      |           |
|           | Яблоко свежее                     | .300гр             | 1,2                   | 1,2  | 29,4  | 141                  |           |
|           |                                   |                    |                       |      |       |                      |           |
| итого     |                                   |                    | 1,20                  | 1,20 | 29,40 | 141                  | 60,75     |
|           |                                   |                    |                       |      |       |                      |           |
|           | Обед                              |                    |                       |      |       |                      |           |
|           | Яблоко свежее                     | .300гр             | 1,2                   | 1,2  | 29,4  | 141                  |           |
| итого     |                                   |                    | 1,20                  | 1,20 | 29,40 | 141                  | 60,75     |

День: четверг

Неделя: первая

| №<br>рец. | Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |      |       | Энерг.цен.<br>(ккал) | Стоимость |
|-----------|-----------------------------------|--------------------|-----------------------|------|-------|----------------------|-----------|
|           |                                   |                    | Б                     | Ж    | У     |                      |           |
|           | Завтрак                           |                    |                       |      |       |                      |           |
|           | Апельсин свежий                   | .360               | 3,2                   | 0,8  | 29,2  | 136                  |           |
|           |                                   |                    |                       |      |       |                      |           |
| итого     |                                   |                    | 3,20                  | 0,80 | 29,20 | 136                  | 91,80     |
|           |                                   |                    |                       |      |       |                      |           |
|           | Обед                              |                    |                       |      |       |                      |           |
|           | Апельсин свежий                   | .360               | 3,2                   | 0,8  | 29,2  | 136                  |           |
| итого     |                                   |                    | 3,20                  | 0,80 | 29,20 | 136                  |           |
| День:     | пятница                           |                    |                       |      |       |                      | 91,80     |

День: пятница

Неделя: первая

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |   |   | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|--------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|---|---|-------------------|-----------|
|        |                                |                 | Б                     | Ж | У |                   |           |

|       |                |         |      |       |      |       |       |
|-------|----------------|---------|------|-------|------|-------|-------|
|       | Завтрак        |         |      |       |      |       |       |
|       | Сыр порционный | .35 гр. | 8,12 | 10,36 | 0    | 125,4 |       |
| итого |                |         | 8,12 | 10,36 | 0,00 | 125   | 47,36 |
|       | Обед           |         |      |       |      |       |       |
|       | Сыр порционный | .35 гр. | 8,12 | 10,36 | 0    | 125,4 |       |
| итого |                |         | 8,12 | 10,36 | 0,00 | 125   | 47,36 |

|                        |                       |       |       |         |  |
|------------------------|-----------------------|-------|-------|---------|--|
| Первая неделя          | Пищевые вещества, (г) |       |       | Эн.цен. |  |
| Фактическое количество | Б                     | Ж     | У     | (ккал)  |  |
| Обед                   | 14,52                 | 13,06 | 81,60 | 511,20  |  |
| Завтрак                | 14,02                 | 13,06 | 81,50 | 509,20  |  |

Возрастная категория: с 7 до 12 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, (г) | Пищевые вещества, (г) |   |   | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|------------|--------------------|----------------|-----------------------|---|---|-------------------|-----------|
|            |                    |                | Б                     | Ж | У |                   |           |

Неделя: Вторая

День: Понедельник

|       |              |          |      |      |       |    |       |
|-------|--------------|----------|------|------|-------|----|-------|
|       | Завтрак      |          |      |      |       |    |       |
|       | Груша свежая | .200 гр. | 0,8  | 0,6  | 20,6  | 94 |       |
| итого |              |          | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94 | 67,50 |
|       | Обед         |          |      |      |       |    |       |
|       | Груша свежая | .200 гр. | 0,8  | 0,6  | 20,6  | 94 |       |
| итого |              |          | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94 | 67,50 |

День: вторник

Неделя: вторая

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |      |       | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|--------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|------|-------|-------------------|-----------|
|        |                                |                 | Б                     | Ж    | У     |                   |           |
|        | Завтрак                        |                 |                       |      |       |                   |           |
|        | Яблоко свежее                  | .300гр          | 1,2                   | 1,2  | 29,4  | 141               |           |
| итого  |                                |                 | 1,20                  | 1,20 | 29,40 | 141               | 60,75     |
|        | Обед                           |                 |                       |      |       |                   |           |
|        | Яблоко свежее                  | .300гр          | 1,2                   | 1,2  | 29,4  | 141               |           |
| итого  |                                |                 | 1,20                  | 1,20 | 29,40 | 141               | 60,75     |

День: среда

Неделя: вторая

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |      |      | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|--------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|------|------|-------------------|-----------|
|        |                                |                 | Б                     | Ж    | У    |                   |           |
|        | Завтрак                        |                 |                       |      |      |                   |           |
|        | Сыр порционный                 | .035гр          | 7,6                   | 9,07 | 0    | 112,3             |           |
| итого  |                                |                 | 7,60                  | 9,07 | 0,00 | 112               | 33,92     |
|        | Обед                           |                 |                       |      |      |                   |           |
|        | Помидоры св порц               | .060 гр         | 0,84                  | 0,12 | 2,76 | 15,36             |           |
| итого  |                                |                 | 0,84                  | 0,12 | 2,76 | 15                | 33,92     |

День: четверг

Неделя: вторая

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |      |       | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|--------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|------|-------|-------------------|-----------|
|        |                                |                 | Б                     | Ж    | У     |                   |           |
|        | Завтрак                        |                 |                       |      |       |                   |           |
|        | Апельсин свежий                | .360            | 3,2                   | 0,8  | 29,2  | 136               |           |
| итого  |                                |                 | 3,20                  | 0,80 | 29,20 | 136               | 91,80     |
|        | Обед                           |                 |                       |      |       |                   |           |
|        | Апельсин свежий                | .360            | 3,2                   | 0,8  | 29,2  | 136               |           |
| итого  |                                |                 | 3,20                  | 0,80 | 29,20 | 136               | 91,80     |

День: пятница

Неделя: вторая

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порц. (г) | Пищевые вещества, (г) |   |   | Энерг.цен. (ккал) | Стоимость |
|--------|--------------------------------|-----------------|-----------------------|---|---|-------------------|-----------|
|        |                                |                 | Б                     | Ж | У |                   |           |

|       |                      |         |      |      |      |      |       |
|-------|----------------------|---------|------|------|------|------|-------|
|       | Завтрак              |         |      |      |      |      |       |
|       | Масло сливочное порц | .010 гр | 0,1  | 8,3  | 0,1  | 1,6  |       |
| ИТОГО |                      |         | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 2    | 18,37 |
|       |                      |         |      |      |      |      |       |
|       | Обед                 |         |      |      |      |      |       |
|       | Помидоры св порц     | .045 гр | 0,63 | 0,09 | 2,07 | 11,5 |       |
| ИТОГО |                      |         | 0,63 | 0,09 | 2,07 | 12   | 18,37 |

|                        |                       |       |       |         |  |
|------------------------|-----------------------|-------|-------|---------|--|
| Вторая неделя          | Пищевые вещества, (г) |       |       | Эн.цен. |  |
| Фактическое количество | Б                     | Ж     | У     | (ккал)  |  |
| Обед                   | 12,90                 | 19,97 | 79,30 | 484,90  |  |
| Завтрак                | 6,67                  | 2,81  | 84,03 | 397,86  |  |