

## Примерное двухнедельное меню

*на оказание услуг по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получивших начальное общее образование в муниципальных организациях.*

Завтрак

Сборник 2001г. Пермь Сб.2011г.	Наименование блюд	Выход грамм	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал. Энергетическая ценн.	цена
<b>Понедельник (1день)</b>							
204	Макаронные издел. отварн. с м/сл.	150/20	5.52	5.3	35.33	211.10	40-00
ПР	Сыр твердый	30	7.51	12.37	54.95	247.57	30-00
271	Чай с сахаром	200	0.12	--	12.04	48.64	20-00
ГП.	Хлеб пшеничный с повидлом	100	3.24	4.27	39.3	205.0	20-00
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				<b>712.31</b>	<b>110-00</b>
<b>Вторник (2день)</b>							
190	Каша рисовая молочная	250/5	17.7	13.82	79.46	486.00	40-00
243	Какао с молоком	200	4.85	5.04	32.73	195.71	30-00
ГП	Хлеб пшеничный	50	3.95	1.0	24.15	116.90	5-00
<b>Итого:</b>		<b>505</b>				<b>798.61</b>	<b>75-00</b>
<b>Среда (3день)</b>							
196	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	5.43	45.0	263.81	30-00
189/238	Котлета руб. класс. п/ф с соус. том.	120	11.29	14.29	18.01	214.17	35-00
269	Чай с молоком	200	2.79	2.55	13.27	87.25	20-00
ГП	Хлеб пшеничный	50	3.95	1.0	24.15	116.90	5-00
<b>Итого:</b>		<b>520</b>				<b>682.13</b>	<b>90-00</b>
<b>Четверг (4день)</b>							
284	Запеканка картофел. с мясом/соус	170/30/50	30.07	27.34	190.8	325.0	55-00
263	Напиток фруктовый	200	0.74	0.08	25.52	105.79	30-00
ГП	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.36	1.32	29.6	137.94	5-00
<b>Итого:</b>		<b>510</b>				<b>568.73</b>	<b>90-00</b>
<b>Пятница (5день)</b>							
93	Каша «Дружба»	250	6.55	8.33	35.09	241.11	40-00
254	Напиток яблочный	200	0.16	--	14.99	60.64	25-00
ГП	Хлеб пшеничный	50	3.95	1.0	24.15	116.90	5-00
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				<b>418.65</b>	<b>70-00</b>

<b>Понедельник</b>		<b>(6день)</b>					
204	Макаронные изделия отварные	150/20	5.52	5.3	35.33	211.10	40-00
98	Сыр твердый	30	6.20	8.05	31.09	222.02	30-00
271	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	20-00
ГП	Хлеб пшеничный с повидлом	100	4.32	5.69	52.33	273.33	20-00
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				<b>755.09</b>	<b>110-00</b>
<b>Вторник</b>		<b>(7день)</b>					
196	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	5.43	45.0	263.81	30-00
189/238	Котлеты руб. класс. п/ф с соусом том.	120	11.29	14.29	18.01	214.17	35-00
263	Напиток фруктовый	200	0.74	0.08	25.52	105.79	25-00
ГП	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.36	1.32	29.64	137.94	5-00
<b>Итого:</b>		<b>530</b>				<b>721.71</b>	<b>95-00</b>
<b>Среда</b>		<b>(8день)</b>					
163	Жаркое по- домашнему	170/30	20.49	15.75	20.12	303.71	45-00
243	Какао с молоком	200	4.85	5.04	32.73	195.71	30-00
ГП	Хлеб пшеничный с повидлом	100	4.32	5.69	52.33	273.33	20-00
<b>Итого:</b>		<b>500</b>				<b>772.75</b>	<b>95-00</b>
<b>Четверг</b>		<b>(9день)</b>					
191	Плов из птицы	170/30	35.43	32.38	39.10	711.51	50-00
271	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	20-00
ГП	Хлеб пшеничный	50	3.95	1.0	24.15	116.90	5-00
ГП	Огурец соленый	60	0.42	3.36	2.59	42.27	10-00
<b>Итого:</b>		<b>510</b>				<b>919.32</b>	<b>85-00</b>
<b>Пятница</b>		<b>(10день)</b>					
99	Каша пшеничная мол. жидкая	250	7.44	8.07	35.28	243.92	35-00
254	Напиток яблочный	200	0.16	--	14.99	60.64	25-00
ГП	Хлеб пшеничный с повидлом	75	3.24	4.27	39.25	205.0	20-00
<b>Итого:</b>		<b>525</b>				<b>509.56</b>	<b>80-00</b>

*В среднем составляет в день(завтрак)= 90-00рб .Ккал. в день=685.89*

*Примерное двухнедельное меню на 2024год, подписано на площадке аукциона- эл .подписью.*