



СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлячук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

5 день

Пятница

Возраст детей 7-11 лет

Дата _____ 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
2/6	Омлет запеченный или паровой	140	13,62	14,49	14,84	0	2,37	197,1	0,2	61,80
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0	2,10
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	16,30
-	Батон витаминизированный	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7	0	8,75
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8	0	1,58
-	Печенье	50	3,75	0	4,9	0	38,35	211,1	0	10,52
Итого за 'Завтрак'			24,9	14,57	29,5	2,48	100,5	759	0,2	101,05
Обед										
-	Огурец соленый	60	0,47	0	0,06	0,06	1,47	8,403	2,94	20,28
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	0	4,45	4,45	19,45	131,2	4,52	8,01
40/2	Гренки (сухарики)	12	1,03	0	0,11	0,13	6,15	30,24	0	1,54
19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе	90	9,64	8,84	5,07	1,35	9,02	119,5	0,17	67,74
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6	5,45	19,68
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74	39	9,45
-	Хлеб пшеничный	45	2,98	0	0,3	0,3	21,11	100,8	0	4,82
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68	0	2,44
Итого за 'Обед'			24,2	9,38	14,2	7,32	108,5	646	52,07	133,95
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	26,20
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			1,4	0	0,6	0,4	32,2	135	14	40,22
Ужин										
4/8	Плов из мяса свинины	240	16,6	13,06	27,79	10,22	44,06	491,1	1,15	87,08
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66	0,78	4,57
-	Хлеб пшеничный	45	2,98	0	0,3	0,3	21,11	100,8	0	3,82
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	2,80
Итого за 'Ужин'			22,3	13,06	28,6	11,02	91,67	708	1,93	98,27
2 ужин										
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	5,81	6,41	0	9,42	117,4	1,37	14,51
Итого за '2 ужин'			5,81	5,81	6,41	0	9,42	117	1,37	14,51
Итого за день			78,65	42,82	79,25	21,22	342,3	2365	69,58	388,00