

Приложение № 3 к Договору на оказание услуг по организации горячего питания обучающихся  
 № 2022.195370  
 от «30» 11 2022г.

/+

**Двухнедельное меню  
 при пятидневном режиме работы (10 дней) для питания учащихся с 1 по 4 классы**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная "Дружба"	200	5,8	6,9	36,1	220,2	175
	Батон нарезной	40	2,6	0,8	18,4	92	пр
	Сыр твердый порциями	10	2,3	2,95	0	47	15
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72	14
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	376
	Яйцо варёное	40	5,1	4,6	0,3	63	209
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>22,55</b>	<b>69,93</b>	<b>547,92</b>	
<b>ОБЕД</b>	Свекольник	200	5,88	5	14,13	125	82
	Котлета по домашнему в соусе красном	90	8,44	10,03	7,7	135,47	274/505
	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	38,3	191	334
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	349
	Хлеб ржаной	30	3,2	1,4	13,1	82,2	пр
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,5	12	66	пр

Документ подписан на ЭП "РТС-тендер"  
 Договор №2022.195370  
 Страница 30 из 58

<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>26,02</b>	<b>21,83</b>	<b>116,93</b>	<b>730,67</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисель витаминизированный	200	0,1		27,9	111	396
	Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем	100	4,6	4	26,8	162	738
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>4,7</b>	<b>4</b>	<b>54,7</b>	<b>273</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>46,82</b>	<b>48,38</b>	<b>241,56</b>	<b>1551,59</b>	
<b>День 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка из творога с морковью (с соусом)	200	22,84	8,8	42,9	330,8	297
	Булочка фруктовая	100	3,5	4	27,8	161	617
	Чай с лимоном	200	0,2		10,2	41	377
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>26,54</b>	<b>12,8</b>	<b>80,9</b>	<b>532,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	2,4	4,64	23,76	106,4	96
	Кнели из кур с рисом	90	8,3	3,07	6,44	114,49	411
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	38,7	245	171
	Компот из кураги	200	1,92	0,12	25,86	112,36	551
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	<i>пр</i>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>26,42</b>	<b>16,03</b>	<b>119,86</b>	<b>726,45</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочный продукт	200	5,4	5	21,6	158	<i>пр</i>

	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковным фаршем	100	5,5	6,4	33	211	738
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>10,9</b>	<b>11,4</b>	<b>54,6</b>	<b>369</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>63,86</b>	<b>40,23</b>	<b>255,36</b>	<b>1628,25</b>	
<b>День 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная	200	7,82	7,04	40,6	257,32	181
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблочным фаршем	100	3,3	3,1	26,3	186,6	
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	376
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>11,32</b>	<b>10,24</b>	<b>81,9</b>	<b>503,92</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем вегетарианские со сметаной	200	3,1	5,6	8	96	88
	Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	90	13,2	9,4	4,6	163,8	294
	Картофельное пюре	150	5,4	9,2	26,4	210	128
	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103	388
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	пр
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	пр
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>28</b>	<b>26,4</b>	<b>88,5</b>	<b>721</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Компот из замороженной ягоды	200	0,17	0,04	23,1	93,5	639
	Ватрушки с повидлом	100	4,3	2,1	44	213	741
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>4,47</b>	<b>2,14</b>	<b>67,1</b>	<b>306,5</b>	

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>43,79</b>	<b>38,78</b>	<b>237,5</b>	<b>1531,42</b>	
<b>День 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Плов из птицы	240	17,9	28,47	47,26	402	440
	Кукуруза консервированная припущеная	30	0,9	0,06	1,89	20,7	131
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Чай с лимоном	200	0,2		10,2	41	377
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>22,2</b>	<b>29,93</b>	<b>72,45</b>	<b>545,9</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	3,12	2,24	16	96,8	103
	Котлеты куриные, припущенные с соусом	90	10,88	11,77	9,82	98,32	444/505
	Каша из гороха с маслом	150	10,9	3,71	35,91	236,49	198
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	349
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	<i>пр</i>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>31,1</b>	<b>19,72</b>	<b>118,53</b>	<b>710,81</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый, плодовой, ягодный , томатный	200	1,4	0,2	26,4	120	592
	Косичка с сахаром	100	4	2,3	48	237	622
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>5,4</b>	<b>2,5</b>	<b>74,4</b>	<b>357</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>58,7</b>	<b>52,15</b>	<b>265,38</b>	<b>1613,71</b>	

**День 5**

<b>ЗАВТРАК</b>	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	38,3	191	334
	Фрикадельки мясные с соусом красным	90	8,65	10,08	12,73	183,69	128/505
	Овощи натуральные (огурцы)	30	0,42	1,8	2,45	27,84	70
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	пр
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	376
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>17,97</b>	<b>18,18</b>	<b>81,58</b>	<b>544,73</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	5,22	3,8	17,6	128,22	102
	Рагу из птицы	240	18,87	26,4	16,97	397,68	407
	Напиток витаминизированный	200			19	75	101
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	пр
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	пр
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>29,69</b>	<b>32,1</b>	<b>78,67</b>	<b>749,1</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисель из ягод	200	0,1		27,9	111	396
	Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем	100	3,1	2,5	3	163	738
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>3,2</b>	<b>2,5</b>	<b>30,9</b>	<b>274</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>50,86</b>	<b>52,78</b>	<b>191,15</b>	<b>1567,83</b>	

**Неделя 2 День 6**

<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная	200	4,2	7,6	30,2	206,4	173
	Батон нарезной	40	2,6	0,8	18,4	92	<i>пр</i>
	Сыр твердый порциями	10	2,3	2,95	0	47	15
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72	14
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	376
	Фрукт свежий , сезонный	100	1,4	0,3	16	72,3	<i>пр</i>
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>560</b>	<b>10,8</b>	<b>18,95</b>	<b>79,73</b>	<b>543,42</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп-лапша на курином бульоне	200	3,94	4,48	7,88	143,18	112
	Жаркое по домашнему	240	6,9	14,1	17,9	226,3	259
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	349
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	<i>пр</i>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>17,04</b>	<b>20,58</b>	<b>82,58</b>	<b>648,68</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковным фаршем	100	5,5	6,4	33	211	738
	Кисель витаминизированный	200	0,1		27,9	111	396
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>5,6</b>	<b>6,4</b>	<b>60,9</b>	<b>322</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1560</b>	<b>33,44</b>	<b>45,93</b>	<b>223,21</b>	<b>1514,1</b>	
<b>День 7</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	150	11,3	19,5	2,3	238	210

	Зелёный горошек консервированный	50	1,5	3,1	3,1	46	75
	Булочка домашняя	100	6,7	12,6	35,4	262	769
	Чай с лимоном	200	0,2		10,2	41	377
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>19,7</b>	<b>35,2</b>	<b>51</b>	<b>587</b>	
<b>ОБЕД</b>	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	3,1	5,6	8	96	82
	Плов из отварной птицы	240	14,38	26,47	45,26	398,06	406
	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103	388
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	<i>пр</i>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>23,78</b>	<b>34,27</b>	<b>102,76</b>	<b>745,26</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем	100	3,1	2,5	3	163	738
	Компот из замороженной ягоды	200	0,17	0,04	23,1	93,5	639
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>3,27</b>	<b>2,54</b>	<b>26,1</b>	<b>256,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>46,75</b>	<b>72,01</b>	<b>179,86</b>	<b>1588,76</b>	
<b>День 8</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Овощи натуральные (огурцы)	30	0,42	1,8	2,45	27,84	70
	Суфле из кур с соусом	90	10,15	7	3,37	137,22	408
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	38,7	245	171

	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	376
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>22,17</b>	<b>16,6</b>	<b>72,62</b>	<b>552,26</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	200	5,12	3,6	17,4	112,8	102
	Биточки рыбные с соусом	90	9,41	4,14	10,83	118,05	345
	Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,7	33,6	145	125
	Компот из кураги	200	1,92	0,12	25,86	112,36	551
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	<i>пр</i>
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	<i>пр</i>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>24,95</b>	<b>14,46</b>	<b>112,79</b>	<b>636,41</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочный продукт	200	5,4	5	21,6	158	<i>пр</i>
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой и яйцом	100	4,6	4	26,8	162	738
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>48,4</b>	<b>320</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>57,12</b>	<b>40,06</b>	<b>233,81</b>	<b>1508,67</b>	
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	7,16	9,4	28,8	291,9	266
	Булочка дорожная с повидлом	100	6,5	6,9	59,7	327	628
	Чай с лимоном	200	0,2		10,2	41	377

<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>13,86</b>	<b>16,3</b>	<b>98,7</b>	<b>659,9</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	3,1	5,6	8	96	88
	Шницели куриные, припущенные с соусом	90	10,88	11,77	9,82	98,32	444/505
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	5,6	4,9	37,8	223	302
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	349
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	пр
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	пр
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>25,78</b>	<b>24,27</b>	<b>112,42</b>	<b>696,52</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисель из ягод	200	0,1		27,9	111	396
	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	100	3,3	3	34,8	180	738
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>3,4</b>	<b>3</b>	<b>62,7</b>	<b>291</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1500</b>	<b>43,04</b>	<b>43,57</b>	<b>273,82</b>	<b>1647,42</b>	
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	8,6	15	46,7	356,3	204
	Фрукт свежий , сезонный	100	1,4	0,3	16	72,3	пр
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	376
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>10,2</b>	<b>15,4</b>	<b>77,7</b>	<b>488,6</b>	
<b>ОБЕД</b>	Рассольник ленинградский вегетарианский	200	1,7	4,3	13,7	100,94	96

Тефтели из говядины "ежики" с соусом	90	7,8	7,7	8,1	235	437/505
Рагу из овощей	150	3,5	6,7	11,5	119	492
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103	388
Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	пр
Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	66	пр
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>700</b>	<b>19,3</b>	<b>20,9</b>	<b>82,8</b>	<b>706,14</b>	
<b>ПОЛДНИК</b> Сок фруктовый, плодовой, ягодный	200	1,4	0,2	26,4	120	592
Пирог морковный	100	5,68	11,28	31,8	253,39	б/н
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>300</b>	<b>7,08</b>	<b>11,48</b>	<b>58,2</b>	<b>373,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1500</b>	<b>36,58</b>	<b>47,78</b>	<b>218,7</b>	<b>1568,13</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>	<b>15060</b>	<b>480,96</b>	<b>481,67</b>	<b>2320,35</b>	<b>15719,88</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>	<b>1506</b>	<b>48,10</b>	<b>48,17</b>	<b>232,04</b>	<b>1571,99</b>	

Заказчик

\_\_\_\_\_ / /

М.П.

Исполнитель

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М.П.

Документ подписан на ЭП "РТС-тендер"

**Исполнитель:**

Дата подписания: 17.11.2022 16:28 (МСК)  
Организация: ООО "БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА"  
ФИО: ВОЛКОВ СЕРГЕЙ НИКОЛАЕВИЧ  
Должность: ДИРЕКТОР  
Сертификат ЭП  
действителен с: 27.09.2022 13:32 (МСК)  
действителен до: 27.12.2023 13:42 (МСК)  
Серийный номер сертификата ЭП: 01D680B0001DAFC09641A0A81A950D79FF

**Заказчик:**

Дата подписания: 30.11.2022 13:34 (МСК)  
Организация: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ЛИЦЕЙ №3 ИМ. А.С. ПУШКИНА ОКТЯБРЬСКОГО  
РАЙОНА Г. САРАТОВА"  
ФИО: Сапрыкина Наталья Владимировна  
Должность: директор  
Сертификат ЭП  
действителен с: 22.08.2022 10:43 (МСК)  
действителен до: 15.11.2023 10:43 (МСК)  
Серийный номер сертификата ЭП: 51B21448830D04C98C8F080C56E92C81