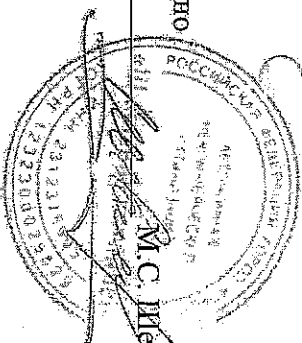


Утверждено  
Директор \_\_\_\_\_  
М. С. Мельченко



«Согласовано»  
Директор образовательной организации \_\_\_\_\_  
М. С. Мельченко

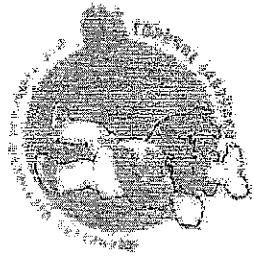


# Основное (организованное)

## МЕНЮ

Для организации питания обучающихся детей, ОВЗ и детей инвалидов 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования

Краснодар  
2023



«РАЗРАБОТАНО»

Муниципальное унитарное предприятие  
«Комбинат школьного питания №1»

Муниципальное образование город Краснодар

Генеральный директор  
И.И. Худобин



«СОГЛАСОВАНО»

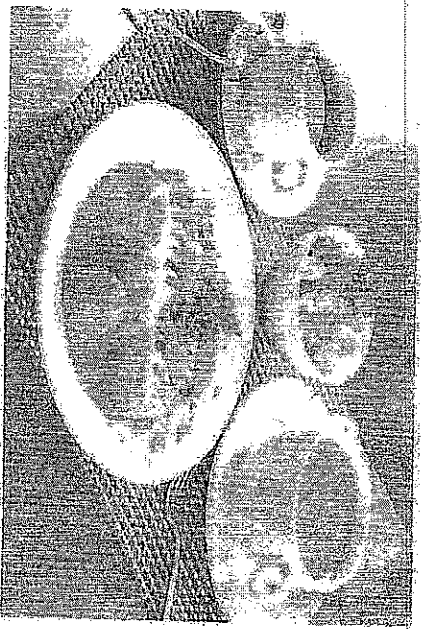
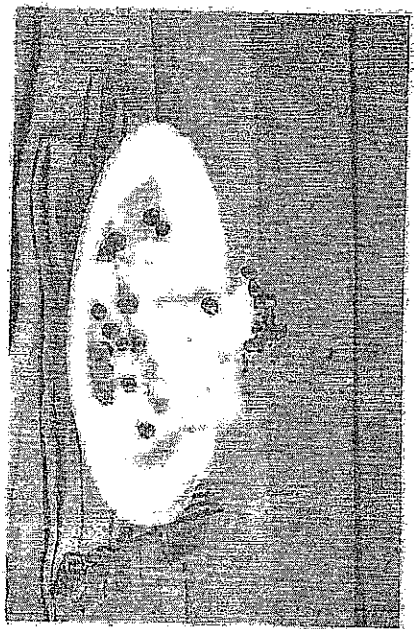
Директор общеобразовательной  
организации



# Основное Организованное Меню

для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных  
общеобразовательных организациях муниципального образования  
город Краснодар

Краснодар  
2022



*Горные заправки для обучающихся 7 - 11 лет*



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
173-17, 174-17, 175-17	Завтрак Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	298,00	42,20	298,00	
			200	3,17	2,78		15,95
			100	0,40	47,00		9,80
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	71,70	15,00	71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	42,00	9,00	42,00	
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>15</b>	<b>14,51</b>	<b>91,95</b>	<b>559</b>	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
ТК	Овощи по-сезону (перед сладкий)	70	0,56	0,07	1,75	18,90	
			100	15,90	14,40		16,00
			160	3,41	5,55		21,12
54-11-20. ТК	Пюре картофельное	200	0,13	0,00	10,20	42,00	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	30	2,10	0,60	15,00	71,70	
ТК	Хлеб пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00	
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>23,30</b>	<b>20,82</b>	<b>73,07</b>	<b>601,96</b>	

Вторник

Понедельник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Итого			
	Завтрак					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5
<b>386-17-ТК</b>	<b>Кисломолочные продукты (блюда)</b>	<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,5</b>	<b>4,2</b>	<b>90</b>
ТК	Фрукты свежие (маншарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>25,22</b>	<b>25,39</b>	<b>63,6</b>	<b>616,2</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Итого			
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (морковь, палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38
<b>310-16</b>	<b>Вок "Курица с рисом овощами"</b>	<b>150</b>	<b>8,4</b>	<b>15,45</b>	<b>28,05</b>	<b>215</b>
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,6
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>14,16</b>	<b>16,8</b>	<b>100,81</b>	<b>569,68</b>

Четверг

Среда

		Питание			Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж	У			
	<b>Завтрак</b>							
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	100	1,1	0,2	3,8	22		
ТК	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6		
54-11r-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,22	148,69		
ТК	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32		
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42		
	<b>ИТОГО</b>	<b>585</b>	<b>23,29</b>	<b>20,14</b>	<b>71,06</b>	<b>586,31</b>		
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>101,1</b>	<b>97,66</b>	<b>400,49</b>	<b>2933,45</b>		
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>20,21</b>	<b>19,53</b>	<b>80,10</b>	<b>586,69</b>		

		Понедельник			Энергетическая ценность (ккал)	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	100	1,1	0,2	3,8	43,75
210	Омлет нагуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>23,96</b>	<b>30,73</b>	<b>47,44</b>	<b>584,11</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б			
			Б	Ж	У	
ТК	Завтрак Салат по-сезону (помидор соевый)	100	1,10	0,20	3,80	20,00
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,80	169,70
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие (приник)	25	3,50	4,50	18,00	176,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>24,97</b>	<b>16,05</b>	<b>76,92</b>	<b>586,40</b>

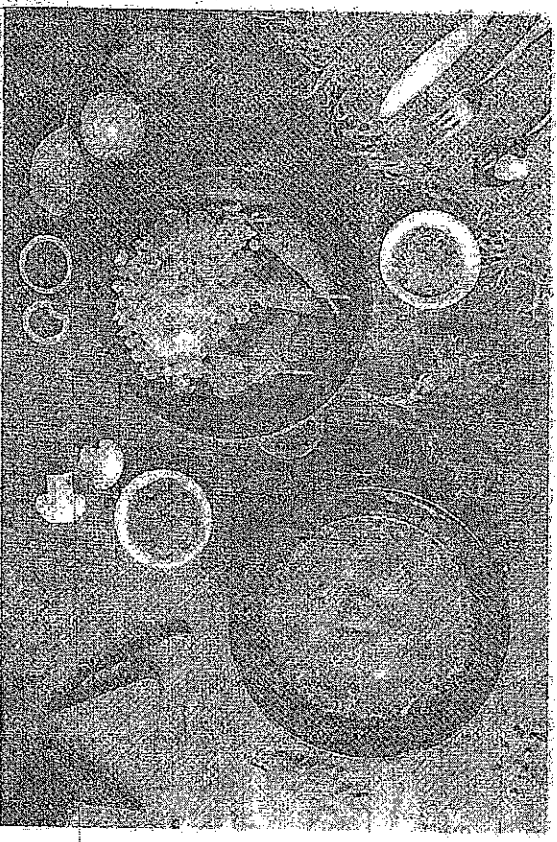
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б			
			Б	Ж	У	
234-17, ТК	Завтрак Котлета рыбная (минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164,00
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>22,40</b>	<b>22,75</b>	<b>87,63</b>	<b>582,52</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	150	6,00	1,05	42,00	187,5
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК	Траген из пчени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	26,24	17,10	80,45	594,02
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		122,30	100,28	383,42	2944,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		24,46	20,06	76,68	588,89
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		223,37	197,94	783,91	5877,90
	СРЕДНЯЯ		22,34	19,79	78,39	587,79



*Горячие завтраки и обеды для детей ОБЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (I смена)*



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00
			Итого			
140-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8
ТК	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>20,29</b>	<b>20,17</b>	<b>121,60</b>	<b>799,63</b>

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону (отурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
			Итого			
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>35,57</b>	<b>29,75</b>	<b>117,6</b>	<b>858,2</b>

		Среда					Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				
			Б	Ж	У		
	Обед						
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощей: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6	
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230	
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5	
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	Итого	775	30,61	31,25	106,27	847,8	

		Четверг					Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42	
111-04	Борщ енисейский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Пятица</b>						
<b>Обед</b>						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
138-04	Султ картофельный с крупной (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150г)	155	7,25	6,61	92,64	499,4
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>135,34</b>	<b>135,69</b>	<b>591,86</b>	<b>4106,77</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>27,07</b>	<b>27,14</b>	<b>118,37</b>	<b>821,35</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
108-17	Султ картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4
268-17	Пшеница говяжий	100	15	22	13,02	278,67
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78
389-07, ТК	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>28,41</b>	<b>32,69</b>	<b>118,43</b>	<b>845,35</b>

Вторник						
№ рецептуры	Применение блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
93-18	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
443-04, ТК	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
350-17, ТК	Кисель из свежих фруктов (клубника-слад.)	200	0,18	0,14	25,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00
	Итого	805	26,22	24	120,48	814,25

Среда						
№ рецептуры	Применение блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощей: огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
ТК	Филе-пшеница, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
015-07	Обед Сыр порционный (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Судл картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из пшеницы со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95
ТК	Кофейный напиток	200	2,17	2,78	1,95	109,56
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржанно-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>37,21</b>	<b>32,57</b>	<b>83,96</b>	<b>843,05</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,9	3,8	56
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,8
ТК	Рыба (минтай), запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	225,6
204-04	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,4	26,1	181,25
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
ТК	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржанно-пшеничный	30	1,80	0,3	13,5	63
	<b>Итого</b>	<b>875</b>	<b>25,97</b>	<b>28,99</b>	<b>92,21</b>	<b>805,47</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>23484,05</b>	<b>133,76</b>	<b>510,25</b>	<b>4105,87</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>4696,81</b>	<b>26,75</b>	<b>102,05</b>	<b>821,17</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>23619,39</b>	<b>269,45</b>	<b>1102,11</b>	<b>8212,64</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>2361,94</b>	<b>26,94</b>	<b>110,21</b>	<b>821,26</b>

*Горячие обеды для детей с 1 по 4 класс*



		Понедельник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Завтрак</b>						
173-17, 174-17, 175-17	Капш. вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	10,53	42,20	298,00	
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60	
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
ТК	<del>Хлеб пшеничный</del>	<del>20</del>	<del>2,16</del>	<del>0,60</del>	<del>15,90</del>	<del>71,70</del>	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00	
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	<b>559</b>	
<b>Понедельник</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Обед</b>						
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00	
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8	
ТК	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4	
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	
406-17	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>20,29</b>	<b>20,17</b>	<b>121,60</b>	<b>799,63</b>	



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по-сезону (перед сладкий)	70	0,56	0,07	1,75	18,90
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
541-1-20-11К	Мороженое фруктовое	100	3,41	5,55	21,12	148,69
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>23</b>	<b>21</b>	<b>73</b>	<b>602</b>

**Вторник**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Овощи по-сезону (отруец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. унак)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>35,57</b>	<b>29,75</b>	<b>117,6</b>	<b>858,2</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5
386-17, ТК	Кисломолоочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
ТК	Фрукты (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
<b>Итого</b>			<b>25,22</b>	<b>25,39</b>	<b>63,6</b>	<b>616,2</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощей: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Судж картофельный с боковыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
<b>Итого</b>			<b>30,61</b>	<b>31,25</b>	<b>106,27</b>	<b>847,8</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38
310-16	Вок "Курица с овощами"	150	8,4	15,45	28,05	215
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,6
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	<del>Хлеб пшеничный</del>	<del>30</del>	<del>2,1</del>	<del>0,6</del>	<del>15</del>	<del>71,7</del>
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
<b>Итого</b>			<b>14,16</b>	<b>16,8</b>	<b>100,81</b>	<b>569,68</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
<b>Итого</b>			<b>30,77</b>	<b>38,37</b>	<b>84,44</b>	<b>784,99</b>

Пятидневка						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Зачирик					
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	109	1,1	0,2	3,8	22
ТК	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6
54-1л-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,22	148,69
389-17, ТК	Сок фруктовый (яблоко)	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	1,5	42
ГК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	585	23,29	20,14	71,16	586,31
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		101,07	97,66	400,49	2933,45
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		20,21	19,53	80,10	586,69
Пятидневка						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Сыр топленое (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие (груши)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		135,3	135,69	591,86	4106,77
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		27,07	27,14	118,37	821,35

		Понедельник		Понедельник			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	100	1,1	0,2	3,8	43,75	
ТК	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	13,94	27,93	2,64	289,66	
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90	
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	584,11	
Понедельник							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
ТК	Овощи по-сезону (отурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2	
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4	
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67	
54-11r-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78	
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8	
ТК	Фрукты свежие (манدارин)	100	0,4	0,4	9,8	38	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	Итого	890	28,41	32,69	118,43	845,35	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Вторник</b>						
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Салат по-сезону (помидор соевый)	100	1,10	0,20	3,80	20,00
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	169,70
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие (пирожок)	25	3,50	4,50	18,00	176,00
ТК	<del>Хлеб ржано-пшеничный</del>	<del>50</del>	<del>2,10</del>	<del>0,60</del>	<del>15,00</del>	<del>71,70</del>
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>505,00</b>	<b>24,97</b>	<b>16,05</b>	<b>76,92</b>	<b>586,40</b>
<b>Вторник</b>						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
350-17, ТК	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00
	<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>26,22</b>	<b>24</b>	<b>120,48</b>	<b>814,25</b>

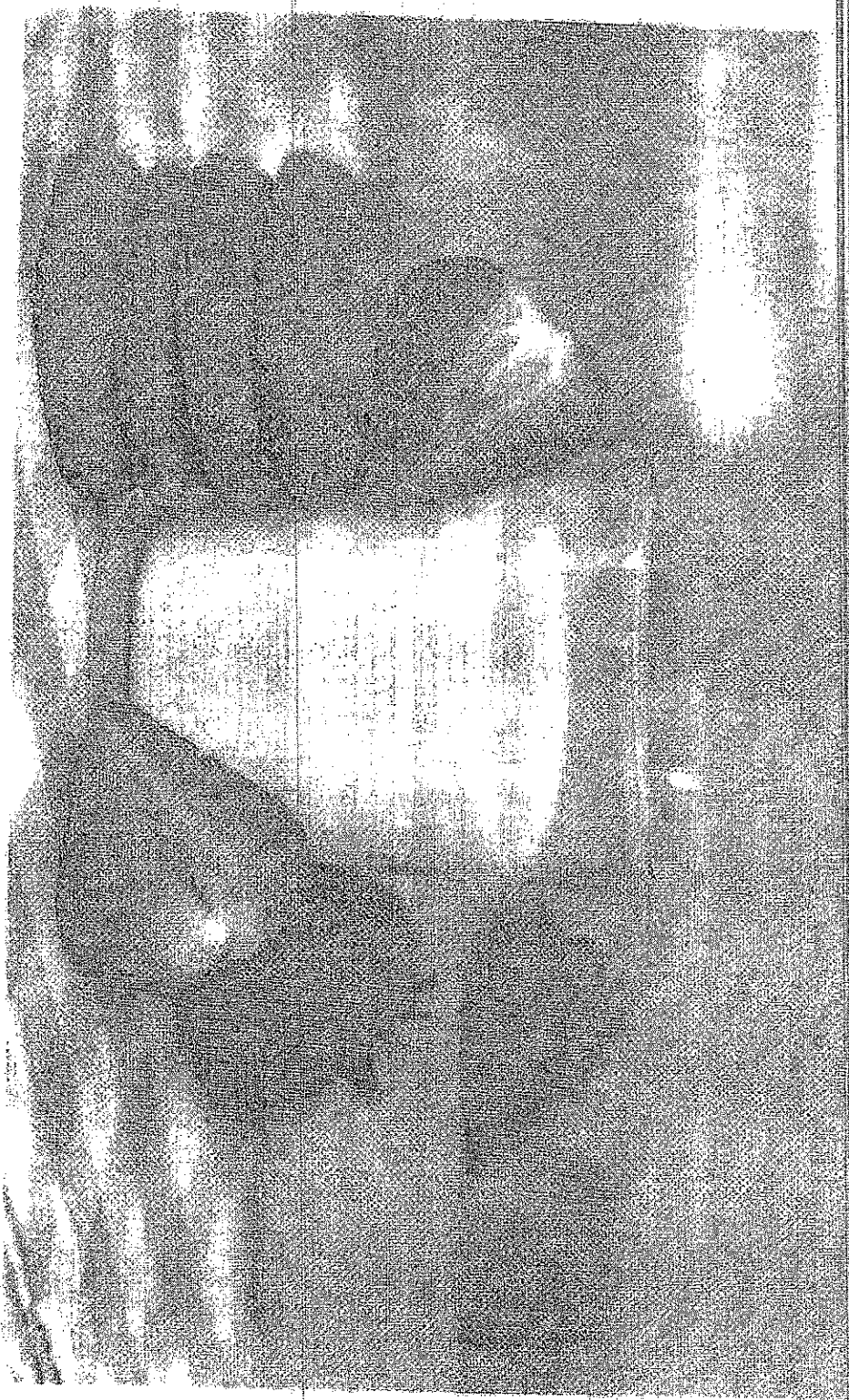
Среды						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164,00
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
389-17, ТК	Соус натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,02
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	22,40	22,75	87,63	582,52
<b>Среды</b>						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощей: огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Четверг</b>						
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
347-18	Котлеты "Пикантные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассычатая с овсяными (молочная)	140	6,00	1,95	42,90	187,5
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>24,73</b>	<b>13,65</b>	<b>90,98</b>	<b>597,40</b>
<b>Пятница</b>						
<b>Четверг</b>						
	<b>Обед</b>					
015-07	Сыр порционно (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>37,21</b>	<b>32,57</b>	<b>83,96</b>	<b>843,05</b>



		Пятница				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК	Т рачен из п ечени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	<del>Хлеб-пшеничный</del>	<del>90</del>	<del>2,10</del>	<del>0,58</del>	<del>15,00</del>	<del>72,48</del>
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>26,24</b>	<b>17,10</b>	<b>80,45</b>	<b>594,02</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>122,3</b>	<b>100,28</b>	<b>383,42</b>	<b>2944,45</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>24,46</b>	<b>20,06</b>	<b>76,68</b>	<b>588,89</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>223,4</b>	<b>197,94</b>	<b>783,91</b>	<b>5877,90</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>22,34</b>	<b>19,79</b>	<b>78,39</b>	<b>587,79</b>
	<b>Пятица</b>					
	<b>Обед</b>					
	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>					
	<b>Выход</b>					
	<b>блюда</b>					
	<b>Б</b>					
	<b>Ж</b>					
	<b>У</b>					
	<b>Энергетическая</b>					
	<b>ценность (ккал)</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,9	3,8	56
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,8
ТК	Рыба (Минтай), запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	225,6
204-04	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,4	26,1	181,25
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
ТК	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,3	13,5	63
	<b>Итого</b>	<b>875</b>	<b>25,97</b>	<b>28,99</b>	<b>92,21</b>	<b>805,47</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>23484</b>	<b>133,76</b>	<b>510,25</b>	<b>4105,87</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>4696,8</b>	<b>26,75</b>	<b>102,05</b>	<b>821,17</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>23619,4</b>	<b>269,45</b>	<b>1102,11</b>	<b>8212,64</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>2361,9</b>	<b>26,94</b>	<b>110,21</b>	<b>821,26</b>

*Горячие обеды и полдники для детей ОБЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (III смена)*



		Понедельник			Понедельник			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж	У			
	Обед							
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00		
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8		
ТК	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83		
<del>205-17</del>	<del>Макароны отварные с сыром</del>	<del>150</del>	<del>5,17</del>	<del>5,99</del>	<del>28,52</del>	<del>188,4</del>		
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40		
406-17	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	38		
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63		
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>20,29</b>	<b>20,17</b>	<b>121,60</b>	<b>799,63</b>		
<b>Понедельник</b>								
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж	У			
	Полдник							
742-04	Купебьяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86		
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60		
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>9,59</b>	<b>8,93</b>	<b>56,98</b>	<b>350,46</b>		

		Вторник		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У		
	Обед						
ТК	Овощи по-сезону (болгарец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2	
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2	
ТК	Тратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4	
	<del>Двадцать четыре</del>	<del>120</del>	<del>4,05</del>	<del>7,98</del>	<del>32,85</del>	<del>211,5</del>	
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8	
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. улак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	
	<b>Итого</b>						
<b>Вторник</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
	Полдник		Б	Ж	У		
ТК	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00	
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>13,15</b>	<b>6,08</b>	<b>58,68</b>	<b>342,00</b>	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Среда</b>						
	<b>Обед</b>					
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
<del>239-17</del>	<del>Пюре картофельное (минимум) варочный</del>	<del>105</del>	<del>13,02</del>	<del>14,51</del>	<del>7,98</del>	<del>230</del>
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>30,61</b>	<b>31,25</b>	<b>106,27</b>	<b>847,8</b>
<b>Среда</b>						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Подник</b>					
410-17	Вагрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>18,10</b>	<b>12,31</b>	<b>46,90</b>	<b>369,33</b>

		Четверг		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У		
						Пищевые вещества (г)	
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	
<b>Обед</b>							
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19		42,42
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8		94,4
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2		318,17
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95		100,5
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8		47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25		119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5		63
	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>30,77</b>	<b>38,37</b>	<b>84,44</b>		<b>784,99</b>
<b>Четверг</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
<b>Полдник</b>							
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17		274
ТК	Сок фруктовый	200	1	0,00	20,20		84,80
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>12,99</b>	<b>10,41</b>	<b>53,37</b>		<b>358,8</b>

		Питания				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>135,3</b>	<b>135,69</b>	<b>591,86</b>	<b>4106,77</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>27,07</b>	<b>27,14</b>	<b>118,37</b>	<b>821,35</b>
Питания						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
	Пирожок печеный с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240,00
	Компот из свежих плодов (клюбника о/м)	200	0,16	0,16	27,81	105,00
	Итого	300	6,19	7,76	64,71	345,00
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>62,84</b>	<b>59,40</b>	<b>289,18</b>	<b>1765,59</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>12,57</b>	<b>11,88</b>	<b>57,84</b>	<b>353,12</b>

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота  
 Неделя: I  
 Возрастная категория: Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Овощи по сезону (перез. сладкой)	70	0,91	0,07	3,71	18,9	ТК	
	Шницель из говядины	100	15	22	13,02	278,67	451-04	
	Картофель по-деревенски	130	3,09	5,83	23,71	160	ТК	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15,0	71,7	ТК	
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,2	0,2	9,0	42	ТК	
	Итого	560	22,37	28,72	74,44	611,27		
	Салат «Свегафор»	60	0,55	2,69	1,97	34	ТК	
	Суп картофельный с горохом	200	6,2	5,6	22,3	167	ТК	
	Паста сливочная с курицей	220	24,41	25,84	42,82	489	ТК	
Обед	Сок фруктовый (инд.уп)	200	1	0	20,2	84,8	ТК	
	Хлеб пшеничный	45	3,15	0,9	22,5	107,7	ТК	
	Хлеб ржаной	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК	
	Итого	753	36,99	35,31	122,39	941,3		
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТК	
Полдник	Молоко (инд.упак)	200	5,8	5,0	9,6	107	ТК	
	Кондитерские изделия (печенье)	35	2,8	3,6	14,4	92,5	ТК	
	Итого	355	9,08	9,08	35,76	255,9		
Итого за 1 день	1668	68,44	73,11	232,59	1808,47			



		Понедельник		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б			Ж	
			Б	Ж	У		
			Обед				
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2	
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4	
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67	
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,9	136,78	
389-0г, ТК	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8	
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>28,41</b>	<b>32,69</b>	<b>118,43</b>	<b>845,35</b>	
<b>Понедельник</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
			Полдник				
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00	
382-17	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>10,18</b>	<b>12,30</b>	<b>44,60</b>	<b>350,00</b>	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б				У
			Б	Ж	У		
<b>Вторник</b>							
	<b>Обед</b>						
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25	
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60	
350-17, ТК	Плов из говядины	150	4,92	14,9	28,3	259,50	
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00	
ТК	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40	
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>26,22</b>	<b>24</b>	<b>120,48</b>	<b>814,25</b>	
<b>Вторник</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Подлник</b>						
ТК	Колбаса куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88	
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00	
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упаковке)	15	0,98	4,20	9,30	91,00	
	<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>13,04</b>	<b>14,63</b>	<b>62,47</b>	<b>364,88</b>	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Среда</b>						
	<b>Обед</b>					
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощей; огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
ТК	Филе лосося тушеное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша расевыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
ТК	Чай с сахаром и лимонком	200	0,07	0,02	10,00	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	<b>Итого</b>	<b>785</b>	<b>27,42</b>	<b>15,51</b>	<b>95,17</b>	<b>797,75</b>
<b>Среда</b>						
<b>Прием пищи, наименование блюда</b>						
	<b>Полдник</b>					
743-04	Расстегай с мясом (говядина)	100	15,57	10,72	29,97	266,97
389-07, ТК	Сок натуральный	200	0,90	0,00	18,18	84,80
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>16,47</b>	<b>10,72</b>	<b>48,15</b>	<b>351,77</b>

Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Обед							
015-07	Сыр порционный (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00	
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00	
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	19,20	14,72	2,40	222,95	
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>37,21</b>	<b>32,57</b>	<b>83,96</b>	<b>843,05</b>	
Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Полдник							
406-17	Пирожок печеный с печеню	100	15,57	10,72	29,97	280,00	
342-17, ТК	Кисель из плодов свежих (ягодника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	77,00	
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>15,70</b>	<b>35,22</b>	<b>30,01</b>	<b>357,00</b>	