

Муниципальное общеобразовательное учреждение Центр образования имени Героя Советского Союза А.П. Маресьева «Открытие» (МОУ ЦО «Открытие»)

УТВЕРЖДАЮ Директор МОУ ЦО «Открытие» Л.Н. Саулова 2016г

десятидневное меню

для организации питания обучающихся в Муниципальном общеобразовательном учреждении Центр образования имени Героя Советского Союза А.П. Маресьева «Открытие» г. Комсомольск – на – Амуре (льгота)

Меню разработано для организации двухразового питания обучающихся в МОУ ШО «Открытие» с учетом возрастных категорий 7-11 лет.

Меню составлено с соответствием документа: Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года N 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

При разработке использовались справочники:

- 1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и
 - В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.
- 2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и
 - В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.
- 3. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов в общеобразовательных организациях, г. Новосибирск, 2021 г.



Муниципальное общеобразовательное учреждение Центр образования имени Героя Советского Союза А.П. Маресьева «Открытие» (МОУ ЦО «Открытие»)

Пояснительная записка

Представлено десятидневное меню для организации питания детей обучающихся в Муниципальном общеобразовательном учреждении Центре образования имени Героя Советского Союза А.П. Маресьева «Открытие» г. Комсомольска-на-Амуре. Десятидневное меню составлено в соответствии с рационом питания и нормам продуктового набора указанного в СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Интервалы времени между приемами пищи не превышают 3,5-4-х часов.

Сборники рецептурных блюд и кулинарных изделий, использованный при составлении меню, указаны. Технологическая картотека блюд представлена.

Плановое меню на одного питающегося составлено в форме ежедневного перечня блюд с разбивкой на завтрак и обед с указанием выхода каждого блюда, информацией о количественном составе блюд и номером технологической карты по сборнику рецептур.

Повторяемость блюд не отмечена.

В предлагаемом рационе питания предусмотрено потребление продуктов обогащенных йодом, комплексами минеральных веществ и витаминов.

Вес и объемы порций готовых блюд соответствуют рекомендуемым объемам для детей в возрасте 7-11 лет.

В примерном меню представлены сведения о пищевой и энергетической ценности.

Энергетическая ценность рациона двухразового питания для детей в возрасте от 7 до 11 лет – 1484,35 ккал. в среднем за день.

Для родителей (законных представителей) на сайте МОУ ЦО «Открытие» даны рекомендации по рациональному питанию школьников в не учебное время.

Представленное меню не содержит блюд и продуктов, которые не допускаются для реализации в организациях общественного питания образовательных учреждений.

Для учащихся льготных категорий предусмотрено дополнительное питание в виде молочной продукции, фруктов, фруктовых пюре, кондитерских изделий.

Заместитель директора по ФЭД

July

В.В. Штанько

Примерное десятидневное меню возрастная категория 7-11 лет. Сводная карта питания

10 день		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ФРУКТ МАНДАРИН 180		CAJAT N3 COJEHBIX OLYPŲOB C JIYKOM 70	щи из свежей KAПУСТЫ С KYPИЦЕЙ 200/20	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 100	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	KOMIOT U3 CBEЖИХ ЯБЛОК 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	хлев Ржаной 50
9 день		CЫРНИКИ ИЗ TBOPOГА CO CГУЩЕННЫМ MOЛОКОМ 150/10	БУТЕРБРОД С MACЛОМ 50	КАКАО НА МОЛОКЕ 180	ФРУКТ ЯБЛОКО 150				винегрет Овощной 60	СУП С ЛАПШОЙ И КУРИЦЕЙ 200/20	NEVEHB B TOMATHOM COYCE 90	РИС ОТВАРНОЙ 150	COK 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
8 день		ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 150	БАТОН 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ФРУКТ МАНДАРИН 150		8		CAJAT N3 KYKYPY3Ы (KOHCEPBИPOBA HHOЙ) 60	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КУРИЦЕЙ 200/20	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" С СОУСОМ 90/30	MAKAPOHЫ OTBAPHЫE 150	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
7 день		КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ 150	БУТЕРБРОД С MACЛОМ И CЫРОМ 60	чай с молоком 200	ФРУКТ ЯБЛОКО 150				CAJIAT ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/30	Pbiba, 3AПЕЧЕННАЯ В CMETAHHOM COYCE 100	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	KOMIOT ИЗ CYXOФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
6 день	Завтрак	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ 90	KALIJA PACCЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	БАТОН 60	KOФЕЙНЫЙ HAПИТОК C MOЛОКОМ 200		8	Обед	CAJAT KAPTOФЕЛЬНЫЙ C COJEHЫM OFYPLOM	СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ 200/20	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 90	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
5 день	38	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	KYKYPY3A 50	БУТЕРБРОД С MACЛОМ И CЫРОМ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	чай с лимоном 200	ПЕЧЕНЬЕ 20		винегрет овощной 60	СУП "ВЕСЕННИЙ" С КУРИЦЕЙ 200/20	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 90	MAKAPOHЫ OTBAPHЫE 150	КИСЕЛЬ ВИШНЕВЫЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
4 день		ПЛОВ СО СВИНИНОЙ 150	БАТОН 60	KOФЕЙНЫЙ HAПИТОК C MOЛОКОМ 200	ФРУКТ ЯБЛОКО 170				CAJIAT U3 CBEKJIЫ C CЫPOM 60	СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ 200/20	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 100	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
3 день		3ATEKAHKA U3 TBOPOFA C MOJOKOM CIYUEHHЫM	БАТОН 30	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ФРУКТ МАНДАРИН 180				САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ 60	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ 200/20	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 150	KOMITOT U3 KIROKBЫ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	
2 день		БЕФСТРОГАНОВ 90	MAKAPOHЫ OTBAPHЫE 150	БАТОН 40	чАЙ С ЛИМОНОМ 200	ПЕЧЕНЬЕ 40			CAJIAT N3 KAPTOФЕЛЯ C KYKYPY3OЙ 60	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ 200/20	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ 150	COK 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	
1 день		КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 150	БУТЕРБРОД С MACЛОМ И CЫРОМ 60	чАЙ С МОЛОКОМ 200	ФРУКТ ЯБЛОКО 250				винегрет овощной 60	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КУРИЦЕЙ 200/20	шницЕль РыБНый НАТУРАЛЬНЫЙ 100	РИС ОТВАРНОЙ 150	KOMFIOT M3 CYXOФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40

Примерное десятидневное меню возрастная категория 7-11 лет. Сводная карта питания (льготное питание, паек).

	200000000000000000000000000000000000000		T	-		
10 день		/			МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	
9 день					ФРУКТОВЫЕ КУСОЧКИ	ПЕЧЕНЬЕ В УПАКОВКЕ
8 день		пироженое бисквитное БАРНИ			ФРУКТОВАЯ УЛИТКА	
7 день		ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ			ДЕССЕРТ	
6 день	Завтрак	ПЕЧЕНЬЕ В УПАКОВКЕ	ПИРОЖЕНОЕ БИСКВИТНОЕ БАРНИ	Обед	ФРУКТОВАЯ УЛИТКА	
5 день	36	МАНДАРИН)	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	шоколад
4 день		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ			пироженое Бисквитное БАРНИ	
3 день			,		ФРУКТОВАЯ УЛИТКА	
2 день		ЗЛАКОВЫЙ БАТОНЧИК			ФРУКТОВЫЕ КУСОЧКИ	ШОКОЛАД
1 день		ПЕЧЕНЬЕ В УПАКОВКЕ	,		МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	БИСКВИТ

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хии	иический (состав	Энерге- тическая	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	
	3a	втрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ		150	6,61	5,29	21,62	161,40	
КРУПА МАННАЯ	21,8	21,8					
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	131,3	131,3					
САХАР ПЕСОК	6	6					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	3,8	3,8					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		60	7,00	11,10	24,80	225,70	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30					
СЫР РОССИЙСКИЙ М.Д.Ж. 50%	22,68	22					
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ ∰.Д.Ж. 72,5%	8	8					
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	1,72	1,21	7,82	49,3	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50					
САХАР ПЕСОК	5	5					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90					
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,6	1,6					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8					
ФРУКТ ЯБЛОКО		250	0,88	0,88	21,55	103,3	
ЯБЛОКИ	250	250			,		
ABATOM			16,21	18,48	75,79	539,8	
	C	бед				P	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	0,79	3,12	5,02	52,2	
КАРТОФЕЛЬ	21,33	16					
СВЕКЛА	11,25	9			,		
МОРКОВЬ	7,5	6					
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12,9	12	,				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,2	6		14 14 14			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9		,			
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3					
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КУРИЦЕЙ		200/20	5,36	5,73	13,72	129,7	
СВЕКЛА	40	32					
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16					
КАРТОФЕЛЬ	50,4	37,8					
МОРКОВЬ	11,38	9,1					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8					
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6	6			*		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3					
CAXAP ПЕСОК	2	2					
СПЕЦИИ	0,8	0,8					
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	24					

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,2	2,7				
МОРКОВЬ	3,38	2,7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	11,39	11,41	11,66	197,44
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	97,1	86		2.00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,4	18				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	12	12				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,3	3,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
РИС ОТВАРНОЙ		150	2,94	5,41	31,45	186,91
КРУПА РИСОВАЯ	50,5	50				
вода питьевая	109,6	109,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	7	7				
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	30,3	30				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2	40	2,60	0,32	16,90	80,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,18	0,34	16,45	77,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				
		- v	25,26	26,33	104,88	762,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,47	44,81	180,67	1302,65

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Xun	Энерге- тическая		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
БЕФСТРОГАНОВ	1	90	11,00	10,70	7,20	169,00
СВИНИНА МЯСНАЯ	83,6	71,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	25,7	21,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,3	6,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,6	3,6			× V	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	20,7	20,7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,7	2,7		,		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		150	2,40	6,60	26,50	173,50
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51	,			
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	5	5				* :
БАТОН		40	3,00	1,16	20,56	104,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,57	0,02	11,01	48,95
CAXAP RECOK	10	10				
лимон	25	15				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120				
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,2	2,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8				
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,00	3,12	29,76	160,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40				
	•		19,97	21,6	95,03	656,65
	C	бед	=			
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С КУКУРУЗОЙ		60	0,91	3,16	6,40	58,82
КАРТОФЕЛЬ	36	27	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	·		
МОРКОВЬ	14,25	11,4				
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	21,23	13,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6			*	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3				,
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ		200/20	4,19	4,53	20,00	135,52
ГОРОХ	10,6	10,6		-		
КАРТОФЕЛЬ	70,13	52,6				
МОРКОВЬ	15,5	12,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,2	9,4			4	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	3,5	3,5				
СПЕЦИИ	0,8	0,8				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	24				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8	2,3				
МОРКОВЬ	2,88	2,3				

	1 0.7	0.7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	11.00	45.04	40.70	250.00
КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ		150	11,26	15,04	18,70	250,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	138,9	111,2				
лимонная кислота	0,9	0,9				
вода питьевая	28,4	28,4				7.0 7.0 8.0 8.0 8.0 8.0 8.0 8.0 8.0 8.0 8.0 8
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5,9	5,9				11 - 5 - 12 - 12 - 12 - 12 - 12 - 12 - 1
морковь	3,13	2,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	3,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1	1				
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9				
СПЕЦИИ	0,4	0,4				
СВИНИНА МЯСНАЯ	88,2	75				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,3	5,3		-		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
ЭОК		200	0,97	0,19	19,59	83,42
СОК ЯБЛОЧНЫЙ/ГРУШЕВЫЙ/ПЕРСИКОВЫЙ	200	200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,60	0,32	16,90	80,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,18	0,34	16,45	77,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				
*			22,11	23,58	98,04	685,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,08	45,18	193,07	1342,17

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хик	ический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		150/10	9,82	6,37	33,50	232,70
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	149,4	145,8				
КРУПА МАННАЯ	9	9				
САХАР ПЕСОК	12	12				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	4	4		9		
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6				8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10				
БАТОН		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30				
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,20	0,00	6,50	26,80
ЧАЙ	1	T				
САХАР ПЕСОК	7	7				
ФРУКТ МАНДАРИН		180	14,75	9,57	53,25	361,13
МАНДАРИН	180	180				
	-		27,02	16,81	108,67	699,23
	(Обед				
САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ		60	0,60	4,40	6,70	63,60
МОРСКАЯ КАПУСТА	48	48				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9		9		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ		200/20	4,75	4,72	19,04	137,97
КАРТОФЕЛЬ	80	60				
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4	4				
МОРКОВЬ	11,25	9			-	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4				
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12	12				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3	2,3				
СПЕЦИИ	0,8	0,8				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27,5	24,5			-	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,4	152,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,6				
МОРКОВЬ	3,30	2,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7				

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	11,66	13,78	23,43	265,16
СВИНИНА МЯСНАЯ	100,7	85,6				
КАРТОФЕЛЬ	136,53	102,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	3,5	3,5			. N	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ		200	0,15	0,06	10,76	46,85
КЛЮКВА	30,61	30				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183	183				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,25	0,40	21,13	100,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50			* y	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	2,72	0,43	20,56	96,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50				
			23,13	23,79	101,62	710,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,15	40,6	210,29	1410,02

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хик	иический (Химический состав			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	тическая ценность, ккал		
	3a	втрак			-0			
ПЛОВ СО СВИНИНОЙ		150	10,02	13,43	26,24	265,50		
СВИНИНА МЯСНАЯ	92,9	79						
КРУПА РИСОВАЯ	34,4	34						
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5						
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,9	5						
МОРКОВЬ	10	8						
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	8	8						
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8			3 ,			
БАТОН		60	4,50	1,74	30,84	157,20		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	60	60	,	,	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	·		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,20	2,10	11,50	74,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4	4	2,20	2,10	11,00	7-1,00		
CAXAP RECOK	5	5				-		
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100						
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135						
	133	170	0.60	0.60	14,70	70,50		
ФРУКТ ЯБЛОКО	170		0,60	0,60	14,70	70,50		
ЯБЛОКИ	170	170	1= 00	47.07	00.00			
			17,32	17,87	83,28	567,20		
	C	Обед				2 4		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ		60	2,21	4,51	4,25	65,70		
СВЕКЛА	62,25	49,8			,			
СЫР РОССИЙСКИЙ М.Д.Ж. 50%	9,3	9						
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3						
СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ		200/20	4,26	5,00	18,77	138,00		
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40			1			
МОРКОВЬ	10	8						
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8		-		7. 7		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2						
СПЕЦИИ	0,8	0,8				47		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	16	16						
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	1,8	1,8						
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,6						
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,1	25,1						
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5							
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27,3							
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,2							
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	+						
МОРКОВЬ	3,3							
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7							
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ		100	13,67	11,61	3,00	164,44		
филе куринное	77,32			,5-		1,		

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,34	44,55	193,3	1370,07
			28,02	26,68	195,5	1376,67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	20.02	26.69	112,22	809,47
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	2,72	0,43	20,00	
ЖЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	2.72	0,43	20,56	96,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	-	50	3,25	0,40	21,13	100,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210		0.40	21.12	100,23
САХАР ПЕСОК	10	10				
ШИПОВНИК СУХОЙ	30,3	30				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,99	0,41	21,70	113,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4			04.70	112 20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	7	7		2		
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5				
КАРТОФЕЛЬ	176	132				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	0,92	4,32	22,81	130,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,33	0,33			22.24	400.00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,8	33,8				
мука пшеничная высш. сорт	3,78	3,78				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,56	12,56				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,78	3,78				

меню

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Xuv	Энерге- тическая		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	9,38	8,17	5,43	132,87
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,8 шт.	72,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	88,8	88,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	2,3	2,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	3,8	3,8		0.40	2.45	19,40
КУКУРУЗА	18	50	1,50	0,10	3,15	19,40
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	76,92				2122	005.70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		60	7,00	11,10	24,80	225,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30			6.2	
СЫР РОССИЙСКИЙ М.Д.Ж. 50%	22,68	22				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	8			0.01	15.45	77.50
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,18	0,34	16,46	77,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40				11.01	40.07
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,57	0,02	11,01	48,95
САХАР ПЕСОК	10		,			/
ЛИМОН	25					
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120					
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	2,2					-
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8		4.50	1.50	14,88	80,2
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,50	1,56	14,00	80,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	22,13	21,29	75,73	584,
	(Обед	1 270	0.40	5,02	52,21
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	0,79	3,12	5,02	52,2
КАРТОФЕЛЬ	21,33				-	
СВЕКЛА	11,25			1	-	
МОРКОВЬ	7,5			-		
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12,9					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,2					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	3 3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	-	200/20		5,08	14,80	127,1
СУП "ВЕСЕННИЙ" С КУРИЦЕЙ	-			0,00	1.,,00	
КАРТОФЕЛЬ	80					1
МОРКОВЬ	9,5					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	27,69	7] 10				-

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4				
СПЕЦИИ	0,8	0,8				
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	24		-		
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8	2,4				
МОРКОВЬ	3	2,4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7			0.00	400.00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	9	90	12,29	9,84	3,26	169,89
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	71,6	66,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,4	5,4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,5	10,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,2	3,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,4	31,4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ Л.Д.Ж. 72,5%	0,9	0,9				470.50
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		150	2,40	6,60	26,50	173,50
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5			-	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72.5%	5	5		0.00	21,10	87,23
КИСЕЛЬ ВИШНЕВЫЙ		200	0,24	0,06	21,10	07,20
вишня	35,29	30				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196	196		3		
САХАР ПЕСОК	10	10				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	11	11		0.00	16.00	80,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,60	0,32	16,90	80,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				77.5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,18	0,34	16,45	77,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				
			25,7	25,36	104,03	767,69
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,83	46,65	179,76	1352,3
DOLI O ON ALITO.						

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хим	ический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ		90	9,30	7,79	5,76	134,10
СВИНИНА МЯСНАЯ	83,6	71,1				1.00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,5	4,5				
лук репчатый	10,7	9				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,2	7,2				2 0-
мука пшеничная высш. сорт	1,8	1,8	2			
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				221.22
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ		150	3,24	8,01	35,22	221,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	67,7	67,1				
вода питьевая	100,6	100,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	8,3	8,3			,	457.00
БАТОН		60	4,50	1,74	30,84	157,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	60	60				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,20	2,10	11,50	74,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4	4				
САХАР ПЕСОК	5					
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135				
Водиниверия			19,24	19,64	83,32	586,30
	(Обед				4
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ЭГУРЦОМ		60	0,61	4,86	6,17	72,5
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	18,1	16,8				
МОРКОВЬ	9,88	7,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9					1
КАРТОФЕЛЬ	41,07					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,7				10.00	1157
СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ		200/20	5,08	4,18	12,96	115,7
СВЕКЛА	51,5	41,2			-	
МОРКОВЬ	10					-
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7					
КАРТОФЕЛЬ	46,67	35				-
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	2,2				1	
САХАР ПЕСОК		2 2		-		
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,					-
СПЕЦИИ	0,8					
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	2				-	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,2	2,7			-	
МОРКОВЬ	3,38	2,7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8			47.00	217,08
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ		90	11,08	11,71	17,20	217,00
СВИНИНА МЯСНАЯ	80,7	68,6				
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	16,2	16,2				4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9	9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	2.50	F 47	21,61	144,01
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	2,59	5,17	21,01	144,01
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	213,7	171				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	1,4	1,4				
вола питьевая	43,7	43,7				, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,2	5,2				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	9	9				
МОРКОВЬ	4,75	3,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6				
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	-			
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,5	1,5				
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0.14	0,05	9,68	42,1
КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ		180	0,14	0,03	3,00	,
БРУСНИКА	27,55	27				
САХАР ПЕСОК	9	9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35	35	2.60	0,32	16,90	80,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,60	0,32	10,50	00,=
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40	2.10	0.24	16,45	77,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	102	40	2,18	0,34	10,43	,,,,
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40			400.07	749,3
			24,28	26,63	100,97	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,52	46,27	184,29	1335,6

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хим	ический с	остав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак	a a			
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ		150	6,23	4,65	20,34	144,80
КРУПА РИСОВАЯ	22	21,8	120			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54,8	54,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	73,1	73,1				
CAXAP ПЕСОК	6	6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	3,8	3,8			04.00	225.70
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	-	60	7,00	11,10	24,80	225,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30			,	
СЫР РОССИЙСКИЙ М.Д.Ж. 50%	22,68	22				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	8	8				40.0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	1,72	1,21	7,82	49,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50				
CAXAP FIECOK	5	5				
вода питьевая	90	90			*	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,6	1,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8			=	70.5
ФРУКТ ЯБЛОКО		150	0,60	0,60	14,70	70,5
яблоки	150	150	2.			
/ID/ORA			15,55	17,56	67,66	490,3
	(Обед				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		60	1,16	4,09	4,53	59,3
СВЕКЛА	43,75	35				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	31,4	20,4				1, 1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	- 4	4				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/30	5,82	9,60	19,60	187,2
	106,67	7 80			2	
КАРТОФЕЛЬ МОРКОВЬ	10		,			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5					
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ		2 2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		2 2	2			
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	3,0	3	1		V
СПЕЦИИ	0,8	В 0,8	3			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	0 140				
СВИНИНА МЯСНАЯ	4	7 39,9	9			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,:	3 3,5	5			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,	5 3,5	5			
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 ш	2,8	3			

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,61	41,79	165,64	1201,83
COPT	40	40	25,06	24,23	97,98	711,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ.	40	40				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,18	0,34	16,45	77,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,60	0,32	10,30	50,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	2.66	0.22	16,90	80,18
АТОЛОИЯ КАННОМИЛ	0,2	0,2				
САХАР ПЕСОК	10	10				
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	30,3	30				
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200	0,00	0,00	9,68	30,70
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4			0.00	38,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	7	7				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5				
КАРТОФЕЛЬ	176	132				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	0,92	4,32	22,81	130,82
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				400.00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	35,7	35,7				
мука пшеничная высш. сорт	3,4	3,4				
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,2	12,2				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5% СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,8	8,8				
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	84,7					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	04.7	75	12,38	5,56	8,01	137,59
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3			-	

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хик	ический (состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак			,	
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ		150	12,90	13,80	28,21	290,00
КУРЫ (ФИЛЕ ГРУДКИ)	68,04	66				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3				
лук РЕПЧАТЫЙ	8,33	7	19			
МОРКОВЬ	10	8				1 h
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5				
КРУПА РИСОВАЯ	37,37	37				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
БАТОН		30	2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	·			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,57	0,02	11,01	48,95
	10	10				
CAXAP FIECOK	25	15				
лимон	120	120				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,2	2,2		-		
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	64,8	64,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	04,0		12,29	7,98	44,38	300,9
ФРУКТ МАНДАРИН		150	12,23	7,50	1.,00	
МАНДАРИН	150	150			00.03	710 /
			28,01	22,67	99,02	718,49
		Обед				
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ		60	1,68	3,60	4,68	57,69
(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		. 00	1,00	0,00	.,00	
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	85,8	55,8		,		
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	16			
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,6	3,6				
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КУРИЦЕЙ		200/20	5,36	5,73	13,72	129,77
СВЕКЛА	40	32		-		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20					
КАРТОФЕЛЬ	50,4				j.	
МОРКОВЬ	11,38					
МОРКОВЬ ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5					
	6					
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,3					
САХАР ПЕСОК	2,0					
	0,8					
СПЕЦИИ КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27				_ 2u	
	160					/
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2					1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,38		_			
MOPKOBL						
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8			1	

ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" С		90/30	9,46	10,70	10,48	178,14
СОУСОМ	67	57				
СВИНИНА МЯСНАЯ	9	9				
вода питьевая	7,6	7,5				
КРУПА РИСОВАЯ	27	27				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ ОЧИЩЕННЫЙ П/Ф		4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3	3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		30				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	1,4	1,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,4	1,4				
МОРКОВЬ	2,25	1,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5		,		
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ Л.Д.Ж. 72,5%	0,5	0,5		¥		
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				470.50
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	9	150	2,40	6,60	26,50	173,50
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	5	5				24.00
кисель из смородины		200	0,30	0,12	20,14	84,90
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ	30,93	30				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196	196				
САХАР ПЕСОК	10	10				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	11	11				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,60	0,32	16,90	80,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40			15.15	77.50
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,18	0,34	16,45	77,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40			166.07	704 70
			23,98	27,41	108,87	781,76
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,99	50,08	207,89	1500,25

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хим	ический с	остав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	3a	втрак				
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО		150/10	9,75	8,40	30,96	238,3
СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ						
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	153,7	150				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	21	21		-		
САХАР ПЕСОК	9	9				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6				7.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8		-		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	9	9		-		
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0.70	F 60	22,70	151,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		50	2,70	5,60	22,70	101,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	10	10				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40		1.50	42.52	112,5
КАКАО НА МОЛОКЕ		180	4,50	4,50	13,52	112,5
какао-порошок	3,6	3,6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189				-
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5			1170	70.5
ФРУКТ ЯБЛОКО		150	0,60	0,60	14,70	70,5
яблоки	150	150				
			17,55	19,1	81,88	572,
		Обед		9	*	
винегрет овощной		60	0,79	3,12	5,02	52,2
	21,33	16				
КАРТОФЕЛЬ	11,25					
СВЕКЛА МОРКОВЬ	7,5					
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12,9					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	9,2					~
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9				-
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3					
СУП С ЛАПШОЙ И КУРИЦЕЙ		200/20	5,44	6,43	16,51	148,8
КАРТОФЕЛЬ	80	60				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8				-
МОРКОВЬ	10) 8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	5 8	3			
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	4	1 4	k			-
СПЕЦИИ	0,8					
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	27	7 24	1			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140		_			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,8					
МОРКОВЬ		3 2,4	1			

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	,	0.10	0.04	141,16
ПЕЧЕНЬ В ТОМАТНОМ СОУСЕ		90	10,60	8,10	2,91	141,10
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	68,7	63,9	N			
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4	4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	2	2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2	2	-			
МОРКОВЬ	3,38	2,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	0,9				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6,8	6,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	0,7	0,7				
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5		F 44	31,45	186,91
РИС ОТВАРНОЙ		150	2,94	5,41	31,43	100,01
КРУПА РИСОВАЯ	50,5	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,6	109,6		`		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	7	7		0.40	10.50	83,42
СОК		200	0,97	0,19	19,59	03,42
СОК ЯБЛОЧНЫЙ/ГРУШЕВЫЙ/ПЕРСИКОВЫЙ	200	200			10.50	CO 1.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,95	0,24	12,68	60,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30				50.40
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,63	0,26	12,34	58,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30			100 =	720.00
			24,32	23,75	100,5	730,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,87	42,85	182,38	1303,69

МЕНЮ

7-11 лет льготное питание

	Вых	од	Хим	ический с	состав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	9,38	8,17	5,43	132,87
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,8 шт.	72,5		1		
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	88,8	88,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	2,3	2,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	3,8	3,8	1.50	0.40	3,15	19,40
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ		50	1,50	0,10	3,13	10,40
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	76,92	50			00.70	151,50
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		50	2,70	5,60	22,70	151,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	10	10				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	1.00	0.47	8,23	38,79
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,09	0,17	0,23	30,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20			2.42	11.50	74,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,20	2,10	11,50	74,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4		-			-
САХАР ПЕСОК	5	5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100				-
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135		0.57	53,25	361,1
ФРУКТ МАНДАРИН	100	180	14,75	9,57	55,23	301,1
МАНДАРИН	180	180	31,62	2 25,71	104,26	777,6
K A			31,02	25,71	. 204)20	,,
	(Обед			1 4 00	J 62.7
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		70	0,58	5,13	4,08	63,7
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	61,02	56,70				-
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,11					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,67			1.00	0.01	94,3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ		200/20		4,80	9,01	34,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	57,5					
КАРТОФЕЛЬ	32,53		_			-
МОРКОВЬ	10					
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5					
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,2					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ		_	2	-		
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ			3	-		
СПЕЦИИ	0,8					
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	2					
вода питьевая	16	0 10	·			

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,2	2,7				7.5
МОРКОВЬ	3,38	2,7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
КОТЛЕТА РЫБНАЯ		100	11,98	9,33	8,19	163,02
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	132,9	117,8				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	10	10				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,4	4,4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	-	150	0,92	4,32	22,81	130,82
КАРТОФЕЛЬ	176	132		-		
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5		t.		
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ М.Д.Ж. 72,5%	7	7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		200	0,06	0,06	16,17	65,76
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	30	30				
САХАР ПЕСОК	10	10				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183	183				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ő.	50	3,25	0,40	21,13	100,23
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50	4			
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	2,72	0,43	20,56	96,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	50	50				
			23,59	24,47	101,95	714,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	2		55,21	50,18	206,21	1492,59

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ

7-11

Наименование	Норма на 1 чел.	_	2	က	4	2	9	7	œ	6	10	Факт. за 10 дней	Факт. за день	Выпол- нение, %
Пищевые вещества и энергия														
Белки. Г	77,0	41,47	42,08	50,15	45,34	47,83	43,52	40,61	51,99	41,87	55,21	460,07	46,01	59,75
Жиры. г	79,0	44,81	45,18	40,6	44,55	46,65	46,27	41,79	90,03	42,85	50,18	452,96	45,30	57,34
Углеводы, г	335,0	180,67	193,07	210,29	195,5	179,76	184,29	165,64	207,89	182,38	206,21	1905,7	190,57	56,89
Энергетическая ценность, ккал	2350,0	2350,0 1302,65 1342,17 1410,02	1342,17	1410,02	1376,67	1376,67 1352,39 1335,61 1201,83 1500,25 1303,69	1335,61	1201,83	1500,25	1303,69	1492,59	13617,87	1361,79	52,95

'n

Ма Прием пищи, наименование блюда пор		DHIM!	пищевые вещества	200		Z	Chamina
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	рецептур
Завтрак							
уапта жилкая молочная из манной крупы	150	6,61	5,29	21,62	161,40	181	2011
	09	7,00	11,10	24,80	225,70	9	Ĭ
	200	1,72	1,21	7,82	49,39	7	Ϋ́
	250	0,88	0,88	21,55	103,37	368	2012
пищи:	099	16,21	18,48	75,79	539,86		
06ед							
Винегрет овошной	09	0,76	3,12	5,02	52,20	29	2011
пустой и курицей	200/20	5,34	5,72	13,70	129,75	82	2011
	100	11,39	11,41	11,66	197,44	235	2011
	150	2,94	5,41	31,45	186,91	171.2	2011
OOPVKTOB	200	00'0	00'0	89'6	38,70	80	¥
	40	2,60	0,32	16,90	80,18	2	¥
	40	2,18	0,34	16,45	77,58	2	Ĭ
пиши:	810	25,26	26,33	104,88	762,79		
Всего за день:		41,47	44,81	180,67	1302,65	_	

~

		Пипр	Пишевые вешества	CTBA	Энергети-	N _D	
	Mooo	этин	poic ocu	2010	DEVISO	Z	Сборник
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	рецептур
Завтрак	· ·					9	
TEACTBOLAHOB	06	11,00	10,70	7,20	169,00	250	2011
MANYABOHH OTBABHHE	150	2,40	9,60	26,50	173,50	203	2011
	40	3,00	1,16	20,56	104,80	1	T,TK
BATOTI IIAM C HAMOHOM	200	0,56	0,01	11,01	48,95	3	TTK
TELETHE BECORDE	40	3,00	3,12	29,76	160,40		
March 32 Diblory District State of the Control of t	520	19,97	21,6	95,03	656,65		
Деборати при при при при при при при при при пр							
СА ПАТ ИЗ КАВТОФЕПЯ С КУКУРУЗОЙ	09	06'0	3,15	6,39	58,82	34	TTK
CAIR IN MATOURING TO THE CONTROL OF	200/20	4,19	4,53	20,00	135,52	102	2011
CYLLIC CACCES CAST MACE	150	11,26	15,04	18,70	250,00	4	Ϋ́
MITOLY, ISHERINGS CHESCOM	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
XABE TILIEHMUHLIЙ	40	2,60	0,32	16,90	80,18	2	TT
XIEB HELLIN HELLIN KARANON XIEB PIKAHON YIEB PIKAHON XIEB PIKAHON XIEB PIKAHON XIEB PIKAHON XIEB PIKAHON YIEB PIKAHON XIEB PIKAHON YIEB PIKAHON XIEB PIKAHON YIEB	40	2,18	0,34	16,45	77,58	2	¥
VICED INC.	710	22,11	23,58	98,04	685,52		
Всего за день:		42,08	45,18	193,07	1342,17		

4 Белки, г Жиры, г Углевод ы, г ценность, ккал ккал рецепт туры 9,82 6,37 33,50 232,70 223 2,25 0,87 15,42 78,60 1 0,20 0,00 6,50 26,80 10 14,75 9,57 53,25 36,1,13 32 27,02 16,81 108,67 699,23 7 0,60 4,40 6,70 63,60 37 4,75 4,72 19,04 137,97 96 11,66 13,78 23,43 265,16 276 0,15 0,06 10,76 46,85 12 3,25 0,40 21,13 100,23 5 2,72 0,43 20,56 96,98 2 23,13 23,13 101,62 710,79 50,15 40,6 210,29 1410,02		:	Пище	Пищевые вещества	эства	Энергети-	2	
3aBTPDAK DPOГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 150/10 9,82 6,37 33,50 222,70 223 7 Дорога С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 200 0,20 0,87 15,42 78,60 1 1 Дорога С МОЛОКОМ С КУРИЦЕЙ 180 14,75 9,57 53,25 36,13 32 1 Дин. 60 0,00 6,50 6,50 26,80 10 1	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	рецептур
150/10 9,82 6,37 33,50 232,70 223 232,70 223 232,70 223 232,70 223 232,70 223 232,70 223 232,70 223 232,70 223 232,70 223	Завтрак							
Multiple My 30 2,25 0,87 15,42 78,60 1 Multiple My 180 14,75 9,57 53,25 364,13 32 10 Obert 570 27,02 16,81 108,67 699,23 361,13 32 10 Obert 570 27,02 16,81 108,67 699,23 37 10 MHГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ 60 0,60 4,40 6,70 63,60 37 96 76 BЫ 150 11,66 13,78 23,43 265,16 276 12 96 96 96 96 96 96 96 96 96 96	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150/10	9,82	6,37	33,50	232,70	223	2011
цин 200 0,20 0,00 6,50 26,80 10 10 14/75 36/51 26,80 10 10 14/75 36/51	ЗАТОН	30	2,25	0,87	15,42		1	TTK
ци: динининий даний	JAЙ C CAXAPOM	200	0,20	0,00	6,50	26,80	10	TTK
Обед 27,02 16,81 108,67 699,23 СТЫ 006 4,40 6,70 63,60 37 7 СКИЙ С КУРИЦЕЙ 500/20 4,75 4,72 19,04 137,97 96 7 СКИЙ С КУРИЦЕЙ 150 11,66 13,78 256,16 276 12 1 1 50 10 0,15 0,15 0,06 10,76 46,85 12 1 1 50 20 2,72 0,49 21,13 100,23 5 2 1 1 1 2 <td< td=""><td>ррукт мандарин</td><td>180</td><td>14,75</td><td>9,57</td><td>53,25</td><td>361,13</td><td>32</td><td>TTK</td></td<>	ррукт мандарин	180	14,75	9,57	53,25	361,13	32	TTK
Obeµt CTЫ 60 0,60 4,40 6,70 63,60 37 95 СКИЙ С КУРИЦЕЙ 200/20 4,75 4,72 19,04 137,97 96 76 150 150 11,66 13,78 265,16 276 76<	4того за прием пищи:	929	27,02				2	
СТЫ 60 0,60 4,40 6,70 63,60 37 7 СКИЙ С КУРИЦЕЙ 200/20 4,75 4,75 19,04 137,97 96 7 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 150 11,66 13,78 23,43 265,16 276 276 276 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 200 0,15 0,06 10,76 46,85 12 276 276 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 200 0,15 0,06 10,76 46,85 12 276 276 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 20,40 21,13 100,23 5 5 2 2 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 20,40 21,13 100,23 5 2 2 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 20,43 20,56 96,98 2 2 КОРИЙ С КУРИЦЕЙ 210,29 101,62 710,79 4	Теро							
СКИЙ С КУРИЦЕЙ 200/20 4,75 4,75 19,04 137,97 96 150 11,66 13,78 23,43 265,16 276 276 200 0,15 0,06 10,76 46,85 12 276 50 3,25 0,40 21,13 100,23 5 2 50 2,72 0,43 20,56 96,98 2 730 23,13 23,13 23,79 101,62 710,79 740 10,16 10,16 710,79 710,79	САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	09	09'0	4,40	6,70		37	ТТ
150 11,66 13,78 23,43 266,16 276 200 0,15 0,06 10,76 46,85 12 50 3,25 0,40 21,13 100,23 5 50 2,72 0,43 20,56 96,98 2 730 23,13 23,73 101,62 710,79 730 20,15 40,6 210,29 1410,02	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	200/20	4,75	4,72			96	2011
ОКВЫ ОКВЫ ОКВ ТОТОВ ТО	жаркое по-домашнему	150	11,66	13,78			276	2012
НЫЙ 50 3,25 0,40 21,13 100,23 5 7 1 Пищи: 50 2,72 0,43 20,56 96,98 2 2 1 Пищи: 730 23,13 23,73 101,62 710,79 2 1 Пищи: 50,15 40,6 210,29 1410,02 1	КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ	200	0,15	90'0			12	Ϊ
50 2,72 0,43 20,56 96,98 2 1 пищи: 730 23,13 23,79 101,62 710,79 50,15 40,6 210,29 1410,02	хлев пшеничный	20	3,25	0,40			2	ΤΉ
пищи: 730 23,13 23,79 101,62 50,15 40,6 210,29	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,72	0,43			2	ΤΉ
50,15 40,6 210,29	Итого за прием пищи:	730	23,13	23,79		710,79		
	Всего за день:		50,15					

		Пище	Пищевые вещества	ства	Энергети-	2	
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	Сборник
Завтрак	30						
ПЛОВ СО СВИНИНОЙ	150	10,02	13,43	26,24	265,50	265	2011
БАТОН	09	4,50	1,74	30,84	157,20	-	TIK
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,20	2,10	11,50	74,00	13	ΣĽ
ФРУКТ ЯБЛОКО	170	09'0	09'0	14,70	70,50	368	2012
Итого за прием пищи:	280	17,32	17,87	83,28	567,20		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,21	4,51	4,25	65,70	31	2012
СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ	200/20	4,26	5,00	18,77	138,00	108	2011
птица, тушенная в соусе	100	13,67	11,61	3,00	164,44	33	TI
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	0,92	4,32	22,81	130,82	128	2011
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	66'0	0,41	21,70	113,30	15	TTK
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,25	0,40	21,13	100,23	5	TTK
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,72	0,43	20,56	86'96	2	TTK
Итого за прием пищи:	830	28,02	26,68	112,22	809,47		
Всего за день:		45,34	44,55	195,5	1376,67		
					ı		

	:	Пище	Пищевые вещества	эства	Энергети-	2	· ·
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	рецептур
Завтрак	×						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9,38	8,17	5,43	132,87	16	TTK
KYKYPY3A	20	1,50	0,10	3,15	19,40	17	XTT
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	09	7,00	11,10	24,80	225,70	တ	TTK
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,18	0,34	16,46	77,58	2	TTK
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,56	0,01	11,01	48,95	3	TTK
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,56	14,88	80,20	17	TTK
Итого за прием пищи:	210	22,13	21,29	75,73	584,7		
Терро							
винегрет овощной	09	0,76	3,12	5,02	52,20	29	2011
СУП "ВЕСЕННИЙ" С КУРИЦЕЙ	200/20	5,20	5,08	14,80	127,10	36	TTK
печень по-строгановски	06	12,29	9,82	3,25	169,69	255	2011
MAKAPOHЫ OTBAPHЫE	150	2,40	6,60	26,50	173,50	203	2011
КИСЕЛЬ ВИШНЕВЫЙ	200	0,24	0,06	21,11	87,23	18	TTK
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,32	16,90	80,18	5	TTK
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,18	0,34	16,45	77,58	2	TTK
Итого за прием пищи:	800	25,7	25,36	104,03	767,69		
Всего за день:		46,65		179,76 1352,39	46,65		

	:	Пище	Пищевые вещества	ства	Энергети-	2	,
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	соорник рецептур
Завтрак	u.						
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	06	9,30	7,79	5,76	134,10	260	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	3,24	8,01	35,22	221,00	171.1	2011
БАТОН	09	4,50	1,74	30,84	157,20	1	TTK
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,20	2,10	11,50	74,00	13	TTK
Итого за прием пищи:	200	19,24	19,64	83,32	586,30		
1990		,					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	09	0,61	4,85	6,13	72,35	37	2011
СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ	200/20	5,08	4,18	12,96	115,78	20	TTK
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	06	11,08	11,71	17,20	217,08	268	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,59	5,17	21,61	144,01	139	2011
КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ	180	0,14	0,05	89'6	42,17	21	TTK
хлеб пшеничный	40	2,60	0,32	16,90	80,18	5	TTK
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,18	0,34	16,45	77,58	2	TTK
Итого за прием пищи:	780	24,28	26,63	100,97	749,31		
Всего за день:		43,52	46,27	184,29	1335,61	36	

		Пище	Пищевые вещества	ства	Энергети-	2	
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	рецептур
Завтрак	IK					Ī	
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150	6,23	4,65	20,34	144,80	182	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	09	7,00	11,10	24,80	225,70	7	ТТ
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,72	1,21	7,82	49,39	4	TTK
ФРУКТ ЯБЛОКО	150	09'0	09'0	14,70	70,50	368	2012
Итого за прием пищи:	260	15,55	17,56	99'29	490,39		
1990							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	09	1,16	4,08	4,52	59,36	33	TTK
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/30	5,82	9,60	19,60	187,20	104	2011
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	12,38	92'5	8,01	137,59	23	TTK
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	0,92	4,32	22,81	130,82	128	2011
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	00'0	00'0	9,68	38,70	80	TTK
хлеб пшеничный	40	2,60	0,32	16,90	80,18	2	TTK
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,18	0,34	16,45	77,58	2	TTK
Итого за прием пищи:	840	25,06	24,23	97,98	711,44		
Всего за день:		40,61	41,79	165,64	1201,83		

	:	Пище	Пищевые вещества	ства	Энергети-	å	
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	Сборник рецептур
Завтрак							
плов из курицы	150	12,90	13,80	28,21	290,00	291	2011
БАТОН	30	2,25	0.87	15.42	78.60	-	TK
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,56		11,01	48,95	3	XTT
ФРУКТ МАНДАРИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	32	TK
Итого за прием пищи:	530	28,01	22.67	99.02	718.49		
06ед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	09	1,68	3,60	4,68	57,69	35	TTK
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КУРИЦЕЙ	200/20	5,34	5,72	13,70	129,75	82	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" С СОУСОМ	90/30	9,46	10,70	10,48	178,14	279	2011
MAKAPOHЫ OTBAPHЫE	150	2,40	09'9	26,50	173,50	203	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	20,15	84,90	24	TTK
хлеб пшеничный	40	2,60	0,32	16,90	80,18	5	TK
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,18	0,34	16,45	77,58	2	¥
Итого за прием пищи:	830	23,98	27.41	108.87	781.76		
Всего за день:		51,99			1		

	Marca	Пище	Пищевые вещества	ства	Энергети-	2	
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	Сборник рецептур
Завтрак							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/10	9.75	8 40	30.96	238 31	210	2044
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	2.70	5, 50	22,20	151.50	24	1102
КАКАО НА МОПОКЕ	3	1,10	5,	24,10	00,101	50	Y
	180	4,50	4,50	13,52	112,50	10	¥
&PyKI ABIIOKO	150	09'0	09'0	14.70	70.50	368	2012
Итого за прием пищи:	580	17.55		81 88	572 81		
Обед				2012	10(1)		
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	09	0.76	3.12	5.02	52 20	67	2044
СУП С ЛАПШОЙ И КУРИЦЕЙ	200/20	5.77	6.45	70,07	74007	5 5	1102
ПЕЦЕН В ТОМАТНОМ СОУСЕ	200120	0,44	0,43	10,01	148,85	103	2011
TIENERD B LOWN THOIN CONCE	06	10,60	8,10	2,91	141,16	25	TTK
PMC O I BAPHON	150	2,94	5,41	31,45	186,91	171.2	2011
COK	200	26'0	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1.95	0.24	12 68	60 14	5	H X
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.63	0.26	12 34	58 19	2	H X
Итого за прием пищи:	820	24.32	23.75	100 5	730 88		
Всего за день:		41.87	42.85	187 38	1303 60		
		14/01	1,00,1	105,201	LOUS, US		

		Пип	Пишевые вешества	CTDS	Suoprozia		
	Macca		חסום סומם	CCIDA	-Mieldelo-	2	
прием пищи, наименование олюда	иирфоп	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккап	рецеп- туры	рецептур
3aBTDak							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	0 30	0 47		1000		
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	200	4,50	0,0	5,43	132,87	16	¥
EVTEDEDOIL C MACHOM	00	00,1	01.'0	3,15	19,40	26	TTK
VITT NAME OF CONTROLLOW	20	2,70	5,60	22,70	151,50	6	TTK
AJIED PAKAHOM	20	1,09	0,17	8,22	38.79	2	Ĭ
КОФЕИНЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.20	2.10	11.50	74.00	12	Ě
ФРУКТ МАНДАРИН	180	14.75	9 57	C2 25	261 12	2 6	
Итого за прием пиши:		21/12	10,0	22,23	301,13	32	- I
	650	31,62	25,71	104,26	777.69		z
Обед							
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	70	0.58	5 13	7 00	02.63	20	2007
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200/20	00'S	00 V	00,4	07,50	17	2011
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	11 98	9,4,00	9,01	94,59	/8	2011
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	0 92	4.32	22 84	130,02	420	7 L L
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0.06	20,0	10,27	130,02	071	1107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.25	0,0	24 42	100.00	2	Y
ХЛЕБ РЖАНОЙ	8 6	0,50	7,0	C1,12	100,23	ဂ	- I.K
	90	2,72	0,43	20,56	86'98	2	X
итого за прием пищи:	840	23.59	24.47	101.95	714 9		
Всего за день:		55 21	EO 10		1402 50		
		17,00	OT'NC	77,007	1492,59		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	Пищ	Пищевые вещества	ства	Энергети-
Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал
Итого за весь период	460,07	452,96	1905,70	13 617,87
Среднее значение за период	46,01	45,30	190,57	1361,79
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13.1	29.5	57.4	g e

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11	999	799

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884102

Владелец Саулова Людмила Николаевна

Действителен С 28.08.2024 по 28.08.2025