



Утверждено
Директор _____



«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации

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 ликольного питания №1»
Муниципальное образование город Краснояр

Генеральный директор *А.Н. Худобин*



2022 год

«СОГЛАСОВАНО»

Директор общеобразовательной
организации

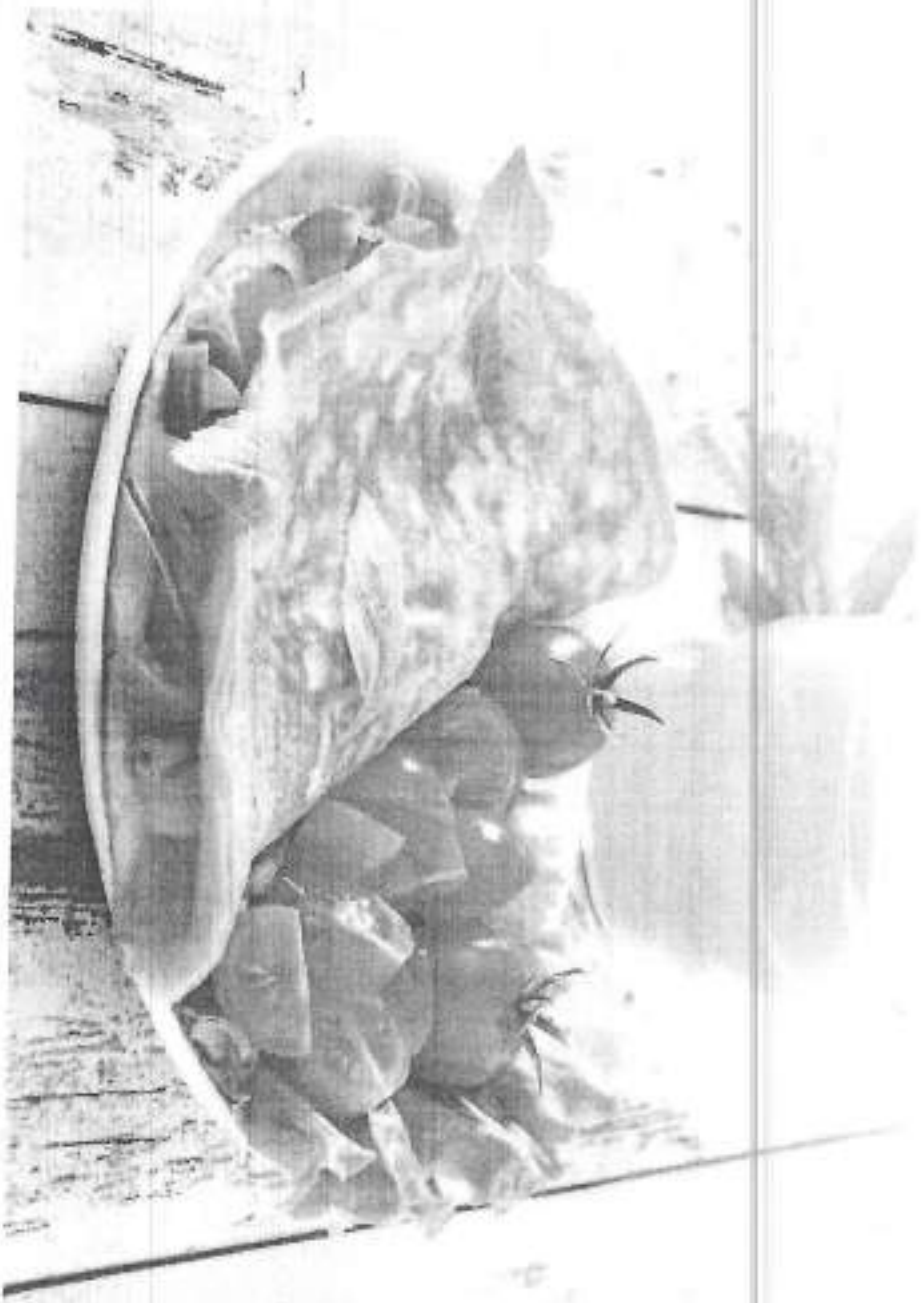
Основное [организованное] МЕНЮ

Для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных
общеобразовательных организациях муниципального образования
город Краснояр

Краснодар
2022



Горячие завтраки для обучающихся 7 - 11 лет



| | | Понедельник | | | | | |
|------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|--|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 173-17, 174-17, 175-17 | Каша вязкая молочная из крупы с маслом | 200 | 8,23 | 298,00 | 42,20 | 298,00 | |
| ТК | сливочным (пшеничная) (190/10) | | | | | | |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,60 | |
| ТК | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 47,00 | 9,80 | 47,00 | |
| 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 | |
| | Итого | 550 | 15 | 14,51 | 91,95 | 559 | |

| | | Вторник | | | | | |
|---------------|---------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|--|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону (перец сладкий) | 70 | 0,56 | 0,07 | 1,75 | 18,90 | |
| 451-04 | Шницель говяжий | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 278,67 | |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 160 | 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 | |
| | Итого | 580 | 23,30 | 20,82 | 73,07 | 601,96 | |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|-------------|--------------------------------|
| | | | Средн | | | |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно (Росси́нский) | 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 | Кисломолочный продукт (кефир) | 180 | 5,32 | 4,5 | 7,2 | 90 |
| ТК | Фрукты свежие (мандарин) | 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 |
| | Итого | 500 | 25,22 | 25,39 | 63,6 | 616,2 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|-------------------------------------|-------------|----------------------|-------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Четверг | | | |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону (морковные палочки) | 90 | 1,17 | 0,09 | 6,21 | 39,38 |
| 310-16 | Бок "Курица с рисом 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 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,1 | 0,6 | 15 | 71,7 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 |
| | Итого | 590 | 14,16 | 16,8 | 100,81 | 569,68 |

| Пятница | | | | | | |
|---------------|----------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 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 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,22 | 148,69 |
| 1К | 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 |
| | ИТОГО | 585 | 23,29 | 20,14 | 71,06 | 586,31 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 101,1 | 97,66 | 400,49 | 2933,45 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 20,21 | 19,53 | 80,10 | 586,69 |

| Понедельник | | | | | | |
|-------------|-----------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| № 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 |
| 210 | Омлет натуральный 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 |
| | Итого | 580 | 23,96 | 30,73 | 47,44 | 584,11 |

| № рецептуры | Прим. пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|----------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | | | | |
| 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 (пряник) | 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 |
| | Итого | 505 | 24,97 | 16,05 | 76,92 | 586,40 |

| № рецептуры | Прим. пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|--------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | | | | |
| 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 | 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 |
| | Итого | 580 | 22,40 | 22,75 | 87,63 | 582,52 |

| 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 | Гратен из печени | 90 | 15,99 | 10,15 | 6,71 | 206,00 |
| 205-17 | Макаронные 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 |

2

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



| Понедельник | | | | | | | | |
|-------------|--------------------------------------------------|--------------|-------------------------------|------------|--------------|--------------------------------|---------------|---------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | | |
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ТК | Обед Салат по-сезону (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 | | |
| | | 110-04 | Ворши 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 |
| | | Итого | | 880 | 20,29 | 20,17 | 121,60 | 799,63 |

| Вторник | | | | | | | | |
|-------------|-----------------------------------------|--------------|----------------------------------------------|------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | | |
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ТК | Обед Овоши по-сезону (огурец 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 (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 |
| | | Итого | | 810 | 35,57 | 29,75 | 117,6 | 858,2 |

| | | Среды | | | | |
|-------------|----------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овоши 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 |
| 235-17 | Шницель рыбный (минтай) натуральным 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 | | | | |
|-------------|-------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | 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 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 |
| | 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 | |
| | | | Понедельник | | | |
| | 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 (150гS) | 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 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 135,34 | 135,69 | 591,86 | 4106,77 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 27,07 | 27,14 | 118,37 | 821,35 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|---------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | Понедельник | | | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овоши 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 |
| 54-11г-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 |
| | Итого | 890 | 28,41 | 32,69 | 118,43 | 845,35 |

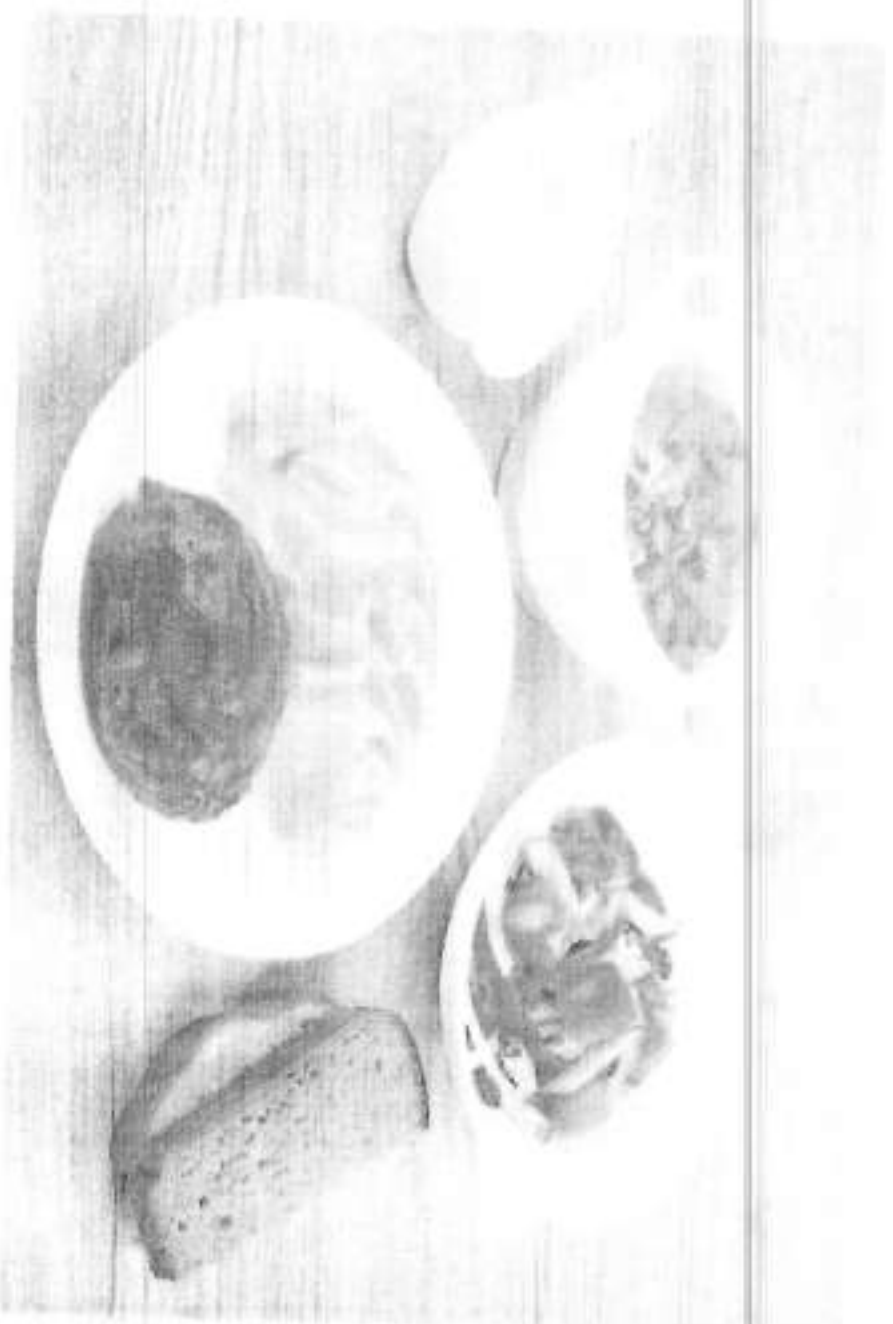
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|--------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-----------|---------------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | Среды | | | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овоши 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 плодов (желеобразный) | 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 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|----------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | Среды | | | |
| | 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 трюфи, 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 | Применение блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 109,50 |
| 1К | 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 |
| Итого | | 780 | 37,21 | 32,57 | 83,96 | 843,05 |

| Пятница | | | | | | |
|--------------------------|------------------------------------------|-------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Применение блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,9 | 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 |
| Итого | | 875 | 25,97 | 28,99 | 92,21 | 805,47 |
| ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | | 23484,05 | 133,76 | 510,25 | 4105,87 |
| СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | | 4696,81 | 26,75 | 102,05 | 821,17 |
| ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | | 23619,39 | 269,45 | 1102,11 | 8212,64 |
| СРЕДНЯЯ | | | 2361,94 | 26,94 | 110,21 | 821,26 |

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 | |
| 173-17, 174-17, 175-17 | Завтрак Каша 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 | 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 | 15 | 15 | 92 | 559 |
| Понедельник | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Обед 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 |
| | Итого | 880 | 20,29 | 20,17 | 121,60 | 799,63 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) |
| Вторник | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону (перец сладкий) | 70 | 0,56 | 0,07 | 1,75 | 18,90 |
| 451-04 | Шницель говяжий | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 278,67 |
| 54-11-20, ТК | Нюры картофельные | 160 | 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 |
| | Итого | 580 | 23 | 21 | 73 | 602 |
| Обед | | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону (огурец 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. упаковке) | 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 |
| | Итого | 810 | 35,57 | 29,75 | 117,6 | 858,2 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|----------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | Пищевые вещества (г) | | | |
| Среда | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно (Росинский) | 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 | Кисломолочный 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 ржано-пшеничный | 20 | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 |
| | Итого | 500 | 25,22 | 25,39 | 63,6 | 616,2 |
| 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 | | | | | | |
|----------------|-------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 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 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,1 | 0,6 | 15 | 71,7 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 |
| | Итого | 590 | 14,16 | 16,8 | 100,81 | 569,68 |
| Четверг | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | 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 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 |
| | Итого | 820 | 30,77 | 38,37 | 84,44 | 784,99 |

| | | Питание | | Питательные вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|----------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------------------|---------------|--------------------------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Б | Ж | У | | |
| | | | | | | | Завтрак |
| 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 | |
| 54-11-20, 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 | 15 | 71,7 | |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 | |
| | Итого | 585 | 23,29 | 20,14 | 71,16 | 586,31 | |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 101,07 | 97,66 | 400,49 | 2933,45 | |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 20,21 | 19,53 | 80,10 | 586,69 | |
| Пятница | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Питательные 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 (150/5) | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403,15 | |
| ТК | Чай с сахаром и лимонном | 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 | |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 135,3 | 135,69 | 591,86 | 4106,77 | |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 27,07 | 27,14 | 118,37 | 821,35 | |

| | | Понедельник | | | | | |
|--------------------|--------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|--|
| № 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 (146/40) | 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 | |
| | 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 (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 | |
| 54-11r-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 (манго) | 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 | |

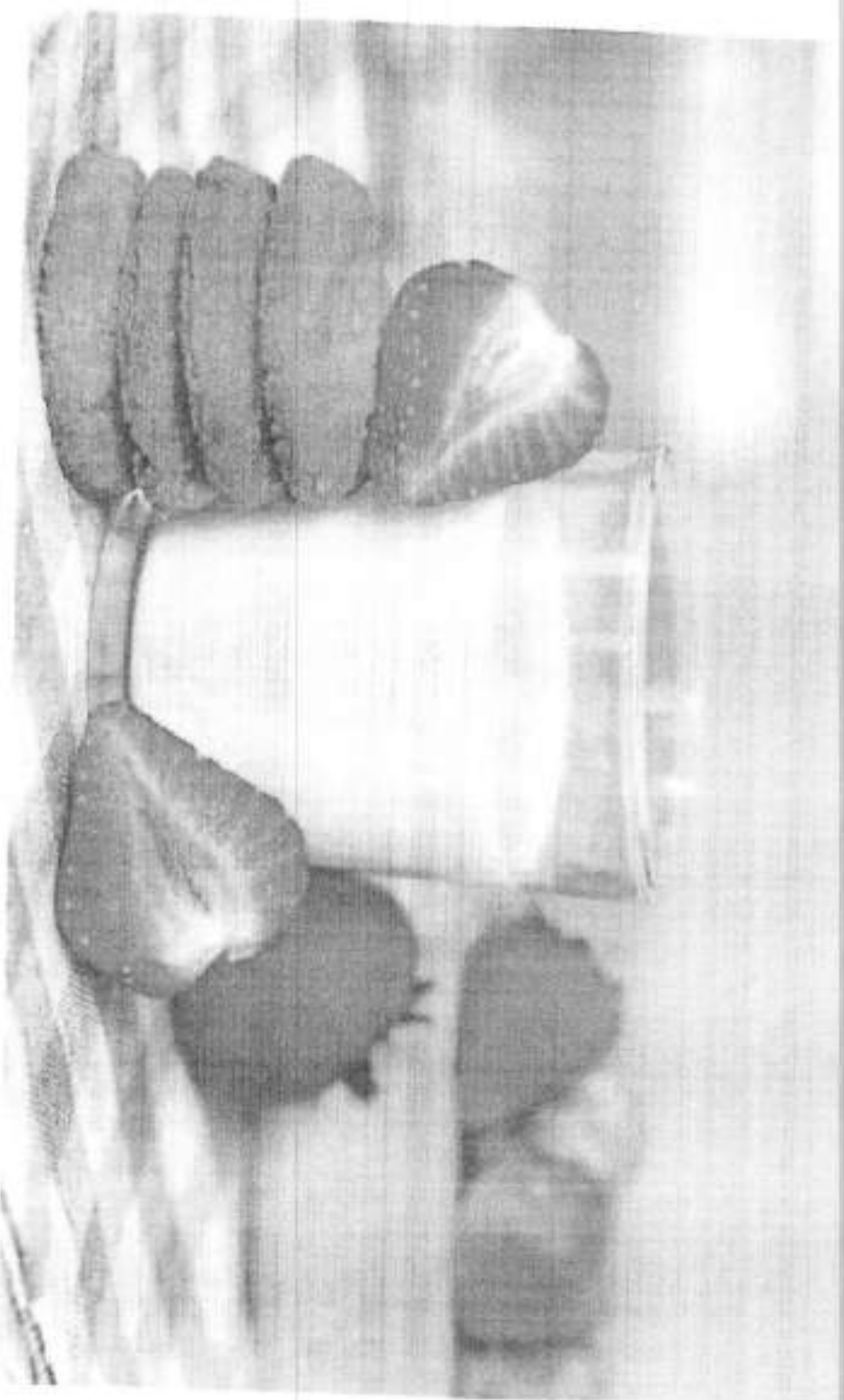
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|----------------|-----------------------------------------------------------|---------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---|
| | | | Б | | | | У |
| | | | Б | Ж | У | | |
| Вторник | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону (помидор соленый) | 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 (праник) | 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 | |
| | Итого | 505,00 | 24,97 | 16,05 | 76,92 | 586,40 | |
| Вторник | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | |
| 93-18 | Овоши 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 | |
| | Итого | 805 | 26,22 | 24 | 120,48 | 814,25 | |

| | | Среда | | | | | | | |
|-------------|--------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|--|--|--|
| № 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 | Сок натуральный (яблочный) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 | | | |
| ИК | 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 | | | |
| | | Среда | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | |
| | | | Б | Ж | У | | | | |
| | Обед | | | | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону (ассорти овощное: 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 | | | |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| ТК | Овоши 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 |
| Четверг | | | | | | |
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| | Итого | 780 | 37,21 | 32,57 | 83,96 | 843,05 |

| | | Пятица | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|-------------|------------------------------------------|------------------------|-----------------------------|---------------|-----------------------------------|-------------------------------------------|
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | |
| | | | Б | Ж | | У |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону (огурец свежий) | 80 | 0,88 | 0,16 | 3,04 | 9,60 |
| ТК | Гречен из пшена | 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 | Хлеб пшеничный | 30 | 7,10 | 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 | | 122,3 | 100,28 | 383,42 | 2944,45 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 24,46 | 20,06 | 76,68 | 588,89 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | 223,4 | 197,94 | 783,91 | 5877,90 |
| | СРЕДНЯЯ | | 22,34 | 19,79 | 78,39 | 587,79 |
| | Пятница | | | | | |
| | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | Обед | | Б | Ж | У | |
| ТК | Салат по-сезону (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,9 | 3,8 | 56 |
| 110-04 | Борщи 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 |
| | Итого | 875 | 25,97 | 28,99 | 92,21 | 805,47 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 23484 | 133,76 | 510,25 | 4105,87 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 4696,8 | 26,75 | 102,05 | 821,17 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | 23619,4 | 269,45 | 1102,11 | 8212,64 |
| | СРЕДНЯЯ | | 2361,9 | 26,94 | 110,21 | 821,26 |

Горячие обеды и полдники для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (II смена)



| Понедельник | | | | | | |
|--------------------|------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Применение 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 |
| 205-17 | Макаронные изделия с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 26,52 | 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 |
| | Итого | 880 | 20,29 | 20,17 | 121,60 | 799,63 |
| Понедельник | | | | | | |
| № рецептуры | Применение блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Подлник | | | | | |
| 742-04 | Кулебяка 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 |
| | Итого | 400 | 9,59 | 8,93 | 56,98 | 350,46 |

| Вторник | | | | | | |
|----------------|---------------------------------------------|----------------|----------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|
| № рецептуры | Прим пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овоши по-сезону (огурец 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 | Гречен из пшена | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,4 |
| ТК | Разогрев-е-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.упак.) | 20 | 2,8 | 3,6 | 14,4 | 92,5 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 |
| | Итого | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| № рецептуры | Прим пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| ТК | Будничка творожная | 100 | 13,08 | 6,06 | 38,68 | 300,00 |
| ТК | Чай с сахаром и лимонном | 200 | 0,07 | 0,02 | 20,00 | 42,00 |
| | Итого | 300 | 13,15 | 6,08 | 58,68 | 342,00 |

| Среды | | | | | | |
|--------------|----------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | 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), жареный 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 |
| Среды | | | | | | |
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 410-17 | Ватрушка 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 |
| | Итого | 300 | 18,10 | 12,31 | 46,90 | 369,33 |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|---------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 015-17 | Обед 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 |
| | Итого | 820 | 30,77 | 38,37 | 84,44 | 784,99 |
| Четверг | | | | | | |
| № рецептуры | Принем пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 420-17 | Поддник Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 |
| ТК | Сок фруктовый | 200 | 1 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| | Итого | 300 | 12,99 | 10,41 | 53,37 | 358,8 |

| Пятидневка | | | | | | |
|-------------|------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|----------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Принем 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 (150г/5) | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403,15 |
| ТК | Чай с сахаром и лимонном | 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 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 135,3 | 13,5,69 | 591,86 | 4106,77 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 27,07 | 27,14 | 118,37 | 821,35 |
| Пятидневка | | | | | | |
| № рецептуры | Принем 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 (клубника с/м) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,81 | 105,00 |
| | Итого | 300 | 6,19 | 7,76 | 64,71 | 345,00 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 62,84 | 59,40 | 289,18 | 1765,59 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 12,57 | 11,88 | 57,84 | 353,12 |

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота
Неделя: 1

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 (перец сладкий) | 70 | 0,91 | 0,07 | 3,71 | 18,9 | ТК |
| | Шиндель 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 | |
| Обед | Салат «Светафор» | 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 куррицей | 220 | 24,41 | 25,84 | 42,82 | 489 | ТК |
| | 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 | |
| Полдник | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | ТК |
| | 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 | |

| № рецептуры | Понедельник Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------|-----------------------------------------------|----------------|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | | | Пищевые вещества (г) | | | |
| Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | | | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овоши по-сезону (огурец свежий) | 60 | | 0,66 | 0,12 | 2,28 |
| 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 | 19,8 | 136,78 |
| 289-0/1К | Сок натуральный (яблочный) | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
| ТК | Фрукты свежие (маншарин) | 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 |
| Понедельник | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 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 |
| | Итого | 300 | 10,18 | 12,30 | 44,60 | 350,00 |

| | | Вторник | | | | |
|----------------|-----------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Примечание блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 16,7 | 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 |
| | Итого | 805 | 26,22 | 24 | 120,48 | 814,25 |
| Вторник | | | | | | |
| № рецептуры | Примечание блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Полдник | | | | | | |
| ТК | Котлета куринная, 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 |
| | Итого | 315 | 13,04 | 14,63 | 62,47 | 364,88 |

| | | Среды | | | | | | | |
|--------------|-------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|--|--|--|
| № рецептуры | Пример 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 | Фиге птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25) | 95 | 14,69 | 5,57 | 3,10 | 219,50 | | | |
| 302-17 | Каша раскатчатая (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 | | | |
| Среды | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Пример пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | |
| | | | Б | Ж | У | | | | |
| | Полдник | | | | | | | | |
| 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 | | | |
| | Итого | 300 | 16,47 | 10,72 | 48,15 | 351,77 | | | |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|---------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Пример пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 17,44 | 14,71 | 24,11 | 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 |
| | Итого | 780 | 37,21 | 32,57 | 83,96 | 843,05 |
| Четверг | | | | | | |
| № рецептуры | Пример пищи, наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| Полдник | | | | | | |
| 406-17 | Пирожок печеный с печенью | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 280,00 |
| 342-17, ТК | Кисель из плодов свежих (клюоника с/м) | 200 | 0,13 | 24,50 | 0,04 | 77,00 |
| | Итого | 300 | 15,70 | 35,22 | 30,01 | 357,00 |

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота

Неделя: 2

Возрастная категория:

Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

| Присем пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|----------------|---------------|-----------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | У | | |
| Завтрак | Салат из моркови с сухофруктами | 60 | 0,82 | 2,68 | 6,94 | 55 | 362-04 | |
| | Пудинг из творога со сметаной | 160 | 11,66 | 13,79 | 19,79 | 302,77 | ТК | |
| | Чай сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40 | ТК | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | ТК | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | ТК | |
| | Итого | 470 | 15,85 | 16,75 | 60,73 | 511,47 | | |
| | Салат из огурцов и помидоров | 60 | 1,15 | 0,9 | 3,8 | 56 | ТК | |
| Обед | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,64 | 10,4 | 96,8 | ТК | |
| | Жаркое по-домашнему | 240 | 20,6 | 23,72 | 23,25 | 389 | ТК | |
| | Кисель из свежих плодов (клубника с/м) | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117 | 350-17,ТК | |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 38 | ТК | |
| Полдник | Хлеб пшеничный | 28 | 1,96 | 0,18 | 14 | 66,9 | ТКА | |
| | Хлеб ржаной-пшеничный | 28 | 1,68 | 0,28 | 12,6 | 58,8 | ТК | |
| | Итого | 856 | 28,38 | 30,06 | 96,09 | 822,5 | | |
| | Фрукты свежие (банан) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | ТК | |
| | Рулет фруктовый (покупной) | 35 | - | - | - | - | | |
| | Сок фруктовый (инд.уток.) | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | ТК | |
| Итого за 1 день | 1711 | 45,83 | 48,41 | 191,72 | 1449,27 | | | |