

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

я МЛ. ШК

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,80	9,46	35,80	283,6	267
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			11,45	18,23	70,74	517,6	
ЗАВТРАК 2	Гуляш (1-й вариант)	100	15,42	7,91	2,64	143,72	367 (1)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	291
	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	106
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2			26,47	9,36	74,63	491,2	
ОБЕД	Гуляш (1-й вариант)	100	15,42	7,91	2,64	143,72	367 (1)
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	291
	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	106
	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96	507
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
Итого			0,84	0,99	23,19	106,2	109

	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	1,68	5,17	7,07	83,3	139
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	31,57	16,00	126,17	781,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1920	68,65	42,60	248,35	1683,7	
День 2							
ЗАВТРАК							
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Йогурт	115	6,61	4,23	11,24	115,06	517
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Сыр твердый порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,56	100
	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	8,62	32,40	229,4	268
	Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек	200	0,40	0,00	20,00	80	616
	Классные Витаминки"	555	16,72	23,91	73,91	581,82	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		90	13,32	1,88	5,20	89,8	334
ЗАВТРАК 2	Кнели рыбные припущенные	150	22,20	3,13	8,67	149,67	174
	Картофель отварной в молоке (1)						
	Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек	200	0,40	0,00	20,00	80	616
	Классные Витаминки"	60	1,08	0,06	1,80	13,8	48
	Квашеная капуста	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Хлеб ржаной	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб пшеничный	550	40,50	5,59	55,53	432,47	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		40	3,04	0,32	19,68	94	108
ОБЕД							
	о Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	об Хлеб ржаной	250	2,07	5,20	12,80	106,25	133
	Рассольник	200	0,50	0,00	27,00	110	508
	Компот из смеси сухофруктов	90	13,32	1,88	5,20	89,8	334
	Кнели рыбные припущенные	150	22,20	3,13	8,67	149,67	174
	Картофель отварной в молоке (1)	60	1,08	0,06	1,80	13,8	48
	Квашеная капуста	830	44,53	11,20	89,01	635,62	
ИТОГО ЗА ОБЕД		1935	101,75	40,70	218,45	1649,91	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
День 3							
ЗАВТРАК							
	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74	617
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63	300
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,26	18,98	146	165
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	111
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		490	14,28	10,80	57,98	387,6	
ЗАВТРАК 2	Каша ячневая вязкая	150	4,80	8,55	26,82	203,4	255

	Сыр твердый порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,56	100
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74	617
	Котлеты, биточки, шницели припущенные	90	13,50	9,64	8,36	169,71	412
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	510	24,45	29,61	73,87	656,67	
	Котлеты, биточки, шницели припущенные	90	13,50	9,64	8,36	169,71	412
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,65	5,17	11,90	100,7	128
	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	Компот из яблок с лимонами	200	0,30	0,20	25,10	103	509
	Каша ячневая вязкая	150	4,80	8,55	26,82	203,4	255
	Сыр твердый порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,56	100
	ИТОГО ЗА ОБЕД	780	28,53	27,01	105,57	775,97	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1780	67,26	67,42	237,42	1820,24	
День 4							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	12,93	20,07	3,46	244,62	301
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,60	3,30	25,00	144	496
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Горошек зеленый	60	1,86	2,22	3,84	43,2	1/1
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	111
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	470	21,92	34,78	52,68	611,22	
ЗАВТРАК 2	Плов из отварной говядины	180	13,61	13,39	35,42	316,8	370
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	490	18,35	19,25	74,90	547,4	
ОБЕД	Суп- пюре из разных овощей	250	3,10	4,50	13,03	106,42	161
	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	Плов из отварной говядины	180	13,61	13,39	35,42	316,8	370
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,2	109

	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	24,47	25,02	124,30	824,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1730	63,90	78,06	228,69	1876,84	
День 5							
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	112
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	111
	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" с использованием смеси сухой с витаминами и магнием для напитка "Валетек" для детей	200	6,20	9,60	27,00	220	625
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61	494
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	10,58	10,74	70,00	423,6	
ЗАВТРАК 2	Капуста отварная с маслом	150	2,10	6,00	5,70	82,5	178
	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,4	381
	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4	106
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		550	22,20	22,33	54,93	507,5	
ОБЕД	Суп картофельный с фрикадельками (мясными)	250	10,03	5,95	18,03	166,12	149
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Капуста отварная с маслом	150	2,10	6,00	5,70	82,5	178
	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,4	381
	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4	106
ИТОГО ЗА ОБЕД		600	32,13	28,28	57,96	613,62	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1700	64,91	61,35	182,89	1544,72	
День 6							
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200	8,56	14,12	31,52	287,4	247
	Сыр твердый порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,56	100
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		470	14,81	25,54	66,81	556,96	
ЗАВТРАК 2	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,41	44,50	303,66	237

	Печень говяжья по-строгановски	90	14,72	11,30	3,52	174,28	398
	Флоды свежые (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47	112
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		620	28,98	21,53	93,18	684,14	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,98	7,77	8,25	142
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	508
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,41	44,50	303,66	237
	Печень говяжья по-строгановски	90	14,72	11,30	3,52	174,28	398
	Флоды свежые (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47	112
ИТОГО ЗА ОБЕД		870	31,13	26,51	112,95	742,39	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1960	74,92	73,58	272,94	1983,49	
День 7							
ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	519
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Йогурт	115	6,61	4,23	11,24	115,06	517
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	8,62	32,40	229,4	268
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		575	16,40	21,92	86,38	615,46	
ЗАВТРАК 2	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Рыба, запеченная в сметанном соусе с картофелем пюре	200	18,32	19,46	22,54	339,98	338
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	519
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		510	23,66	25,62	69,82	607,58	
ОБЕД	Рыба, запеченная в сметанном соусе с картофелем пюре	200	18,32	19,46	22,54	339,98	338
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	5,72	3,77	21,93	144,9	144
	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96	507
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106,2	109
	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109

ИТОГО ЗА ОБЕД		730	31,06	25,22	123,80	850,68
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1815	70,28	71,77	256,81	1967,52
День 8						
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74 617
	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,80	9,46	35,80	283,6 267
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8 105
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	11,35	18,23	74,14	531,6
ЗАВТРАК 2	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29 404
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88 291
	Кукуруза отварная (зерен с маслом)	60	5,34	3,37	37,01	199,74 175
	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74 617
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		570	34,49	17,73	110,58	741,11
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,65	5,17	11,90	100,7 128
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81 512
	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29 404
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88 291
	Кукуруза отварная (зерен с маслом)	60	5,34	3,37	37,01	199,74 175
ИТОГО ЗА ОБЕД		820	36,44	22,90	124,18	848,81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1850	82,28	58,86	308,90	2121,52
День 9						
ЗАВТРАК	Пудинг из творога паровой	150	20,90	16,30	33,00	362 317
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,27	8,32	49,2 481
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8 105
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4 111
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61 494
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		425	25,61	26,76	76,90	651,6
ЗАВТРАК 2	Пудинг из творога паровой	150	20,90	16,30	33,00	362 317
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,27	8,32	49,2 481
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8 105
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4 111
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61 494

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		395	23,63	26,40	66,88	599,4	
ОБЕД	Суп из овощей с фасоль	200	1,32	4,14	9,52	80,56	
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,66	0,06	2,10	12	
	Рыба, запеченная в омлете	100	18,37	11,18	5,90	198,49	
	Картофель отварной 1	150	2,85	6,15	19,05	142,5	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	27,40	22,35	79,23	629,75	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1580	76,64	75,51	223,01	1880,75	
	День 10						
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	
	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" с использованием смеси сухой с витаминами и магнием для напитка "Валетек" для детей	200	6,20	9,60	27,00	220	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	10,58	10,74	70,00	423,6	
	ЗАВТРАК 2	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,4
		Рагу из овощей	150	3,00	8,02	12,75	135
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61
Горошек зеленый		60	1,86	2,22	3,84	43,2	
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		550	24,48	26,51	64,52	595,8	
ОБЕД		Суп с крупой (перловой, рисовой, манной)	200	1,64	4,18	12,46	94,22
		Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87	257,4
		Рагу из овощей	150	3,00	8,02	12,75	135
	Горошек зеленый	60	1,86	2,22	3,84	43,2	
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	480	28,90	31,27	97,76	790,42	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1580	43,08	42,53	202,82	1374,22	
	ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:	17850	713,67	612,38	2380,28	17902,91	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1785	71,37	61,24	238,03	1790,291		

Завтрак ОВЗ в среднем	153,70	201,65	699,54	2350,00
	15,37	20,17	69,95	5301,06
				530,11
				23%
Обед ОВЗ в среднем	316,16	235,76	1040,93	7492,78
	31,616	23,576	104,093	749,278
				31,9%
				5863,27
Завтрак школа в среднем	267,21	203,93	738,84	5863,27
	26,721	20,393	73,884	586,327
				25%

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Возрастная категория:
Ст. шк

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9,75	11,83	44,75	354,5	267
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			13,40	20,60	79,69	588,5	
ЗАВТРАК 2	Гуляш (1-й вариант)	100	15,42	7,91	2,64	143,72	367 (1)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	291
	Овощи натуральные (помидоры)	100	1,10	0,20	3,80	24	106
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2			26,91	9,44	76,15	500,8	
ОБЕД	Гуляш (1-й вариант)	100	15,42	7,91	2,64	143,72	367 (1)
	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	291
	Овощи натуральные (помидоры)	100	1,10	0,20	3,80	24	106
	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96	507
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	Вафли	40	1,12	1,32	30,92	141,6	109
Итого из квашеной капусты с картофелем			1,68	5,17	7,07	83,3	139

ИТОГО ЗА ОБЕД		40	32,29	16,41	135,42	826,1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2050	71,48	45,13	260,34	1773,8
День 2						
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108
	Йогурт	115	6,61	4,23	11,24	115,06 517
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8 105
	Сыр твердый порциями	15	3,90	3,98	0,52	53,34 100
	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	8,62	32,40	229,4 268
	Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек Классные Витаминки"	200	0,40	0,00	20,00	80 616
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	18,02	25,24	74,08	599,6
ЗАВТРАК 2	Кнели рыбные припущенные	100	14,80	2,09	5,78	99,78 334
	Картофель отварной в молоке (1)	180	26,64	3,76	10,40	179,6 174
	Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек Классные Витаминки"	200	0,40	0,00	20,00	80 616
	Квашеная капуста	100	1,80	0,10	3,00	23 48
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		630	47,14	6,47	59,04	481,58
ОБЕД	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94 108
	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6 109
	Рассольник	250	2,07	5,20	12,80	106,25 133
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110 508
	Кнели рыбные припущенные	100	14,80	2,09	5,78	99,78 334
	Картофель отварной в молоке (1)	180	26,64	3,76	10,40	179,6 174
	Квашеная капуста	100	1,80	0,10	3,00	23 48
ИТОГО ЗА ОБЕД		910	51,49	11,95	92,02	682,23
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2100	116,33	43,79	225,64	1765,91
День 3						
ЗАВТРАК	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74 617
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63 300
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,12	6,58	23,72	182,5 165
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4 111
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	15,70	12,12	62,72	424,1
ЗАВТРАК 2	Каша ячневая вязкая	180	5,76	10,26	32,18	244,08 255
	Сыр твердый порциями	15	3,90	3,98	0,52	53,34 100
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109

Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74	617
Котлеты, биточки, шницели припущенные	100	15,00	10,71	9,29	188,57	412
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	555	28,21	33,72	80,33	733,99	
ОБЕД						
Котлеты, биточки, шницели припущенные	100	15,00	10,71	9,29	188,57	412
Борщ с капустой и картофелем	250	1,65	5,17	11,90	100,7	128
о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
Компот из яблок с лимонами	200	0,30	0,20	25,10	103	509
Каша ячневая вязкая	180	5,76	10,26	32,18	244,08	255
Сыр твердый порциями	15	3,90	3,98	0,52	53,34	100
ИТОГО ЗА ОБЕД	825	32,29	31,12	112,03	853,29	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1920	76,20	76,96	255,08	2011,38	
День 4						
ЗАВТРАК						
Омлет натуральный	180	15,52	24,08	4,16	293,54	301
Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,60	3,30	25,00	144	496
Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
Горошек зеленый	100	3,10	3,70	6,40	72	1/1
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	111
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	540	25,75	40,27	55,94	688,94	
ЗАВТРАК 2						
Плов из отварной говядины	200	15,12	14,88	39,36	352	370
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119	115
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	550	20,62	24,30	81,92	630,2	
ОБЕД						
Суп- пюре из разных овощей	250	3,10	4,50	13,03	106,42	161
о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
Плов из отварной говядины	200	15,12	14,88	39,36	352	370
Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119	115
Вафли	40	1,12	1,32	30,92	141,6	109
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
ИТОГО ЗА ОБЕД	830	27,02	30,40	139,05	942,62	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1920	72,27	93,65	245,99	2120,16	
День 5						

ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109	
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	112	
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	111	
	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" с использованием смеси сухой с витаминами и магнием для напитка "Валетек" для детей	200	6,20	9,60	27,00	220	625	
Чай с лимоном		200	0,10	0,00	15,20	61	494	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	10,58	10,74	70,00	423,6		
ЗАВТРАК 2	Капуста отварная с маслом	180	2,52	7,20	6,84	99	178	
	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286	381	
	Овощи натуральные (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	106	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		630	24,72	25,32	58,50	558,2	
	ОБЕД	Суп картофельный с фрикадельками (мясными)	250	10,03	5,95	18,03	166,12	149
		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Капуста отварная с маслом		180	2,52	7,20	6,84	99	178	
Котлеты, биточки, шницели		100	17,80	17,50	14,30	286	381	
Овощи натуральные (огурцы)		100	0,80	0,10	2,50	14	106	
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	34,65	31,27	61,53	664,32		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1860	69,95	67,33	190,03	1646,12		
День 6								
ЗАВТРАК		Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109	
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	250	10,70	17,65	39,40	359,25	247	
	Сыр твердый порциями	15	3,90	3,98	0,52	53,34	100	
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		525	18,25	30,40	74,86	646,59	
ЗАВТРАК 2	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,46	49,44	337,4	237	
	Печень говяжья по-строгановски	110	18,00	13,81	4,30	213	398	
	Плоды свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47	112	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60	493	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		660	33,40	25,09	98,90	756,6		

ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,98	7,77	8,25	142
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	508
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,46	49,44	337,4	237
	Печень говяжья по-строгановски	110	18,00	13,81	4,30	213	398
	Плоды свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47	112
	ИТОГО ЗА ОБЕД	910	35,55	30,07	118,67	814,85	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	2095	87,20	85,56	292,43	2218,04	
	День 7						
ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	519
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Йогурт	115	6,61	4,23	11,24	115,06	517
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	8,62	32,40	229,4	268
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	575	16,40	21,92	86,38	615,46	
ЗАВТРАК 2	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119	115
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Рыба, запеченная в сметанном соусе с картофелем пюре	200	18,32	19,46	22,54	339,98	338
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	519
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	550	24,42	29,18	72,90	655,18	
	ОБЕД	Рыба, запеченная в сметанном соусе с картофелем пюре	200	18,32	19,46	22,54	339,98
Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)		250	5,72	3,77	21,93	144,9	144
о Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	94	108
Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)		200	0,50	0,20	23,10	96	507
об Хлеб ржаной		40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
Вафли		40	1,12	1,32	30,92	141,6	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		730	31,34	25,55	131,53	886,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1855	71,04	75,33	259,89	2015,12		
День 8							
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74	617
	Каша пшенная молочная жидкая	250	9,75	11,83	44,75	354,5	267
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							510	13,30	20,60	83,09	602,5	
ЗАВТРАК 2							80	18,86	13,03	0,46	194,29	404
Птица отварная							180	6,79	0,81	34,85	173,88	291
Макаронные изделия отварные							60	5,34	3,37	37,01	199,74	175
Кукуруза отварная (зерен с маслом)							200	0,00	0,00	18,40	74	617
Напиток "Валетек" с витаминами							20	1,52	0,16	9,84	47	108
Хлеб пшеничный							30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Хлеб ржаной							570	34,49	17,73	110,58	741,11	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2							250	1,65	5,17	11,90	100,7	128
ОБЕД							20	1,52	0,16	9,84	47	108
Борщ с капустой и картофелем							30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Хлеб пшеничный							200	0,30	0,00	20,10	81	512
Хлеб ржаной							80	18,86	13,03	0,46	194,29	404
Компот из плодов или ягод сушеных							180	6,79	0,81	34,85	173,88	291
Птица отварная							60	5,34	3,37	37,01	199,74	175
Макаронные изделия отварные							820	36,44	22,90	124,18	848,81	
Кукуруза отварная (зерен с маслом)							1900	84,23	61,23	317,85	2192,42	
ИТОГО ЗА ОБЕД												
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:												
День 9												
ЗАВТРАК							200	27,86	21,74	44,00	482,66	317
Пудинг из творога паровой							15	1,08	1,27	8,32	49,2	481
Молоко сгущенное							10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
Масло сливочное							20	1,50	0,58	10,28	52,4	111
Батон нарезной							30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Хлеб ржаной							200	0,10	0,00	15,20	61	494
Чай с лимоном							475	32,57	32,20	87,90	772,26	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							200	27,86	21,74	44,00	482,66	317
ЗАВТРАК 2							15	1,08	1,27	8,32	49,2	481
Пудинг из творога паровой							10	0,05	8,25	0,08	74,8	105
Молоко сгущенное							20	1,50	0,58	10,28	52,4	111
Масло сливочное							200	0,10	0,00	15,20	61	494
Батон нарезной							445	30,59	31,84	77,88	720,06	
Чай с лимоном							250	1,65	5,17	11,90	100,7	143
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2							100	1,10	0,10	3,50	20	107
ОБЕД							100	18,37	11,18	5,90	198,49	337
Суп из овощей с фасоль							180	3,42	7,38	22,86	171	173 1
Овощи натуральные соленые (помидоры)							20	1,52	0,16	9,84	47	108
Рыба, запеченная в омлете							30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Картофель отварной 1							200	0,70	0,30	22,80	97	519
Хлеб пшеничный							880	28,74	24,65	86,82	686,39	
Хлеб ржаной												
Напиток из шиповника												
ИТОГО ЗА ОБЕД												

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	91,90	88,69	252,60	2178,71
День 10						
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61 494
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38 112
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4 111
	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" с использованием смеси сухой с витаминами и магнием для напитка "Валетек" для детей	200	6,20	9,60	27,00	220 625
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	10,58	10,74	70,00	423,6
ЗАВТРАК 2	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286 381
	Рагу из овощей	180	3,60	9,63	15,30	162 195
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2 109
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61 494
	Горошек зеленый	100	3,10	3,70	6,40	72 1/1
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47 108	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		630	28,10	31,35	71,06	680,2
ОБЕД	Суп с крупой (перловой, рисовой, манной)	250	2,05	5,22	15,58	117,78 155
	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286 381
	Рагу из овощей	180	3,60	9,63	15,30	162 195
	Горошек зеленый	100	3,10	3,70	6,40	72 1/1
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97 519
	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94 108
	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6 109
	ИТОГО ЗА ОБЕД		530	32,93	37,15	107,42
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1710	47,11	48,41	212,48	1482,18
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		19210	787,71	686,08	2512,33	19403,84
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1921	78,77	68,61	251,23	1940,384

Завтрак ОБЗ	174,55	224,83	744,66	2720,00
в среднем	17,46	22,48	74,47	5785,15
Обед ОБЗ	342,74	261,47	1108,67	8103,07
в среднем	34,274	26,147	110,867	810,307
Завтрак школа	298,60	234,44	787,26	6457,92
				21%
				30%

в среднем

29,86 23,444 78,726 645,792
23,7%

816,00 810,31 -5,69 -56,93

№ п/п	Наименование	Единица измерения	2019 г.	2020 г.	2021 г.	2022 г.
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100