

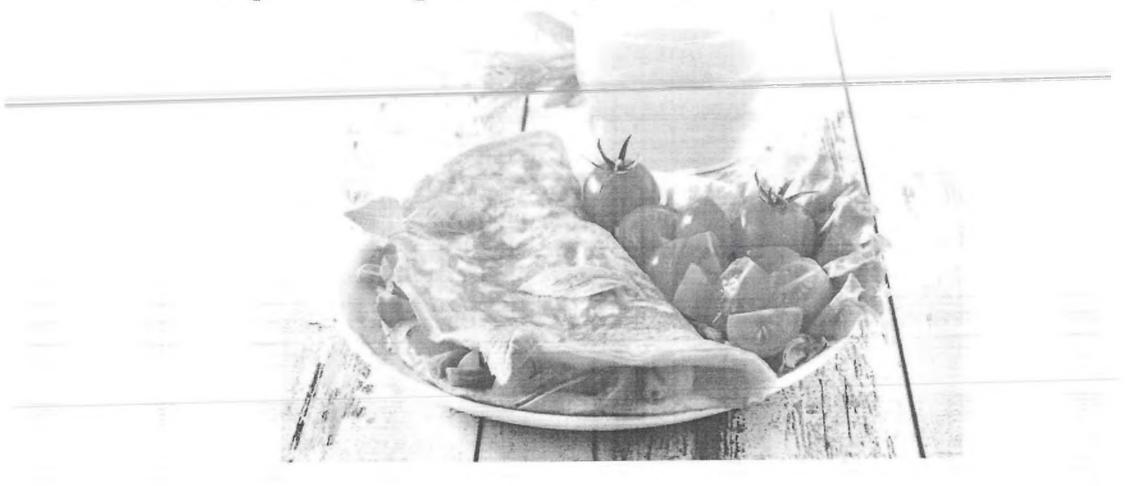




Основное (организованное) меню

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

Горячие завтраки для обучающихся 7 - 11 лет



	Понедельник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Daniel Sugar	Пище	вые вещесті	ва (г)	Энергетическая
		Выход блюда	Б	Ж	y	ценность (ккал)
	Завтрак					
173-17, 174- 17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом	200	8,23	298,00	42,20	298,00
TK	сливочным (пшеничная) (190/10) Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	47,00	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	71,70	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	42,00	9,00	42,00
	Итого	550	15	14,51	91,95	559

	Вторник					
No postorizypi i	Прием пищи, наименование блюда	P. was 5 mass	Пище	вые вещест	Энергетическая	
№ рецептуры		Выход блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	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
54-11r-20, TK	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
TK	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

	Среда					
No possource	Прием пищи, наименование блюда	Dr 6	Пищ	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		Выход блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5
386-17, TK	Кисломолочный продукт (кефир)	120	5,22	4,5	7,2	90
TK	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пщеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	500	25,22	25,39	63,6	616,2

	Четверг					
No nonominar	Прием пищи, наименование	D 6	Пищ	евые вещест	тва (г)	Энергетическая ценност
№ рецептуры	блюда	Выход блюда —	Б	Ж	У	(ккал)
	Завтрак					
TK	Овощи по-сезону (морковные палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38
310-16	Вок "Курица с рисом овощами"	150	8,4	15,45	28,05	215
TK	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,6
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	590	14,16	16,8	100,81	569,68

	Пятница Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пипи	евые вещес	тва (г)	Энергетическая
№ рецептуры	The state of the s	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	Овощи по-сезону (помидор свежий)	100	1,1	0,2	3,8	22
TK	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6
54-11r-20, TK	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21.22	148.69
ľK	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32
TK	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	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					
No postopreno	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	вые вещест	Энергетическая	
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	y	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	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, TK	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	584,11

	Вторник					
No norrows	Прием пищи, наименование	D 6	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
№ рецептуры	блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	Салат по-сезону (помидор соленый)	100	1,10	0,20	3,80	20,00
210-03, TK	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	169.70
TK	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
TK	Кондитерское изделие (пряник)	25	3,50	4,50	18,00	176,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	505	24,97	16,05	76,92	586,40

	Среда					
No nonormana	Прием пищи, наименование блюда	D 6	Пищ	евые вещест	Энергетическая	
№ рецептуры		Выход блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
234-17, TK	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, TK	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
TK	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	22,40	22,75	87,63	582,52

	Четверг					
No possorrenza	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	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
TK	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	150	6,00	1,05	42,00	187,5
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40

	Пятница					
No november	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
TK	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макароны 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
TK	Хлеб пщеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	26,24	17,10	80,45	594,02
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		122,30	100,28	383,42	2944,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		24,46	20,06	76,68	588,89
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		223,37	197,94	783,91	5877,90
	СРЕДНЯЯ		22,34	19,79	78,39	587,79

Горячие завтраки и обеды для детей OB3 и детейинвалидов с 1 по 4 класс (І смена)





	Понедельник					
Na policitation	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
TK	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	Хлеб ржано-пшеничньй	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	880	20,29	20,17	121,60	799,63

	Вторник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	Энергетическая	
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
TK	Ризотто с овощами	150	4,03	7.98	32,85	211,5
389-07, TK	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
TK	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	810	35,57	29,75	117,6	858,2

	Среда					
No norrowsking	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещес	Энергетическая	
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
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
TK	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	775	30,61	31,25	106,27	847,8

	Четверг					
No norrowspania	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пнщ	евые вещест	гва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17
TK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
TK	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99

	Пятница					
No nonovervous	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещес	Энергетическая	
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
TK	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пщеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	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

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

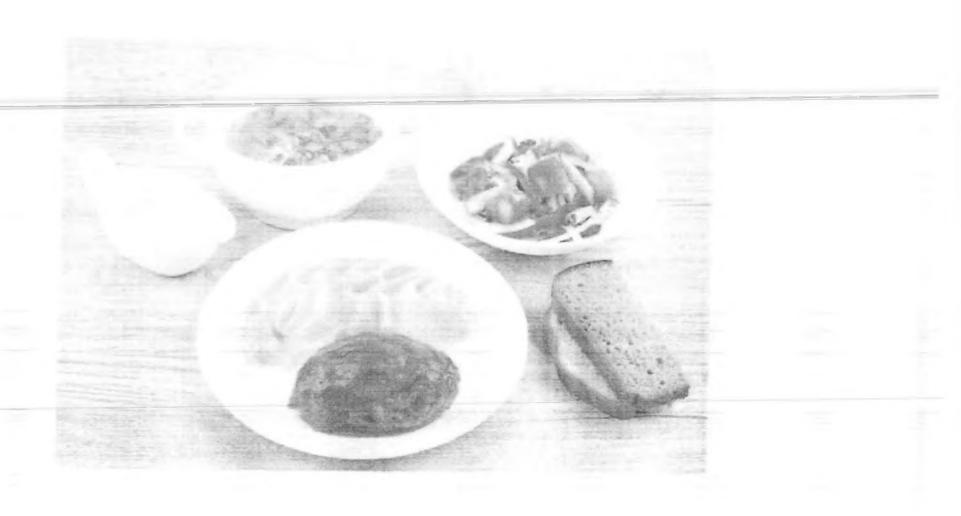
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
эм рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
93-18	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
443-04, TK	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
350-17, TK	Кисель из свежих плолов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00
TK	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
TK	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
TK	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	Пищ	евые вещест	1 - 1	Энергетическая
		блюда	ББ	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

Четверг						
No possession	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	гва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Кофейный напиток	200	3.17	2,78	15,95	100,50
TK	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	780	37,21	32,57	83,96	843,05

	Пятница					
No novolitivo	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	вые вещест	Энергетическая	
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	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
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
TK	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
TK	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
TK	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	Пиш	евые вещес	Энергетическая	
145 heden taber		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
173-17, 174-	Каша вязкая молочная из крупы с	200	8,23	10.52	42.20	298,00
17, 175-17	маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	10,53	42,20	290,00
TK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	15	15	92	559
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая	
№ рецептуры			Б	ж	y	ценность (ккал)
	Обед		В	- AK	3	
	Салат по-сезону (салат из свежих					
TK	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
TK	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
406-17	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	Хлеб ржано-пшеничньй	30	1,8	0,3	13,5	63
11	Three patents timetal filbit		140	040	~~,~	

Прием пищи, наименование блюда	Driver	-			
теритерительный при	Выход	Пипіє	евые вещест	ъа (г)	Энергетическая
	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
Завтрак					
Овощи по-сезону (перец сладкий)	70	0,56	0,07	1,75	18,90
Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
Пюре картофельное	ÎOU	3,41	5,55	21,12	148,69
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
Итого	580	23	21	73	602
I	Овощи по-сезону (перец сладкий) Иницель говяжий Поре картофельное Най с сахаром и лимоном Клеб пшеничный Клеб ржано-пшеничный	Завтрак Овощи по-сезону (перец сладкий) 70 Иницель говяжий 100 Норе картофельное 160 Най с сахаром и лимоном 200 Клеб пшеничный 30 Клеб ржано-пшеничный 20	Завтрак Овощи по-сезону (перец сладкий) 70 0,56 Иницель говяжий 100 15,90 Норе картофельнос 160 3,41 Най с сахаром и лимоном 200 0,13 Клеб пшеничный 30 2,10 Клеб ржано-пшеничный 20 1,20	Завтрак Овощи по-сезону (перец сладкий) 70 0,56 0,07 Иницель говяжий 100 15,90 14,40 Поре картофельнос 100 3,41 5,55 Най с сахаром и лимоном 200 0,13 0,00 Клеб пшеничный 30 2,10 0,60 Клеб ржано-пшеничный 20 1,20 0,20	Завтрак Овощи по-сезону (перец сладкий) 70 0,56 0,07 1,75 Иницель говяжий 100 15,90 14,40 16,00 Норе картофельнос 160 3,41 5,55 21,12 Най с сахаром и лимоном 200 0,13 0,00 10,20 Клеб пшеничный 30 2,10 0,60 15,00 Клеб ржано-пшеничный 20 1,20 0,20 9,00

	Вторник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пиш	евые вещест	Энергетическая	
- Pederty Par		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
TK	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, TK	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
TK	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	810	35,57	29,75	117,6	858,2

Среда						
No	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5
386-17, TK	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
TK	Фрукты (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	500	25,22	25,39	63,6	616,2

	Среда					
№	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещес	гва (г)	Энергетическая
рецептуры			Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
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
TK	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	775	30,61	31,25	106,27	847,8

	Четверг					
No.	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещес	гва (г)	Энергетическая
рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,6
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	590	14,16	16,8	100,81	569,68
	Прием пищи, наименование олюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
No.	Четверг Прием пищи, наименование блюда	Ruyon	Пише	DI IO BOILOCT	Энапратиноской	
рецептуры		блюда	Б	Ж	y	ценность (ккал)
	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
TK	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17
TK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
TK	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99

	Пятница					
No november	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	Овощи по-сезону (помидор свежий)	100	1,1	0,2	3,8	22
TK	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
389-17, TK	Сок фруктовый (яблоко)	180	0,9	0	18,18	76,32
TK	Хлеб пшеничный	30	2.1	0.6	15	71,7
TK	Хлео 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
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)		ва (г)	Энергетическая
		блюда	Б	ж	У	ценность (ккал)
	00-					
	Обед					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
015-17 138-04	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная)	20 200	4,64 1,68	5,9 2,24	0 15,28	72 114,4
	Сыр порционно (Российский)				<u> </u>	
138-04 TK TK	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная) Запеканка из творога с сухофруктами и	200	1,68	2,24	15,28	114,4
138-04 TK TK TK	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная) Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5) Чай с сахаром и лимоном Фрукты свежие (груша)	200 155	1,68 7,25	2,24 6,61	15,28 97,67	114,4 403,15
138-04 TK TK TK TK TK TK	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная) Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5) Чай с сахаром и лимоном Фрукты свежие (груша) Хлеб пшеничный	200 155 200	1,68 7,25 0,13	2,24 6,61 0	15,28 97,67 10,2	114,4 403,15 42 47 95,6
138-04 TK TK TK	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная) Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5) Чай с сахаром и лимоном Фрукты свежие (груша)	200 155 200 100	1,68 7,25 0,13 0,4	2,24 6,61 0 0,4	15,28 97,67 10,2 9,8	114,4 403,15 42 47
138-04 TK TK TK TK TK TK	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная) Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5) Чай с сахаром и лимоном Фрукты свежие (груша) Хлеб пшеничный	200 155 200 100 40	1,68 7,25 0,13 0,4 2,8	2,24 6,61 0 0,4 0,8	15,28 97,67 10,2 9,8 20	114,4 403,15 42 47 95,6
138-04 TK TK TK TK TK TK	Сыр порционно (Российский) Суп картофельный с крупой (пшеничная) Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5) Чай с сахаром и лимоном Фрукты свежие (груша) Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	200 155 200 100 40 20	1,68 7,25 0,13 0,4 2,8 1,2	2,24 6,61 0 0,4 0,8 0,2	15,28 97,67 10,2 9,8 20 9	114,4 403,15 42 47 95,6 42

	Понедельник					
Na policetypi i	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	Овощи по-сезону (морковные палочки)	100	1,1	0,2	3,8	43,75
TK	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66
386-17, TK	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	584,11
№ рецептуры	Понедельник Прием пищи, наименование блюда	Выход	Выход Пищевые вещества (1			Энергетическая
ма рецентуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
TK	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78
389-07, TK	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	890	28,41	32,69	118,43	845,35

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

	Среда					
No notionation	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
234-17, TK	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, TK	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0.00	18.18	76,32
1 K	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	22,40	22,75	87,63	582,52
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Alpheni mannenobanne osnoga		` '			
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	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
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

	Четверг					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
245 рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	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
TK	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	150	6,00	1,05	42,00	187,5
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
TK	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40
MG management	Четверг Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)		ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
TK	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	780	37,21	32,57	83,96	843,05

	Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
		блюда	Б	Ж	y	ценность (ккал)
	Завтрак					
TK	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
TK	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макароны 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
TK	Хлеб пшеничный	30	2.10	0,60	15,00	71,70
TK	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					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)		ва (г)	Энергетическая
м рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	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
TK	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
TK	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
TK	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
TK	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 OB3 и детейинвалидов с 1 по 4 класс (II смена)



	Понедельник					
No postorement	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28.52	188,4
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
406-17	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	Хлеб ржано-пшеничньй	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	880	20,29	20,17	121,60	799,63

	Понедельник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещест	Энергетическая	
- предентуры			Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
742-04	Кулебяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86
TK	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60
TK	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	400	9,59	8,93	56,98	350,46

	Вторник					
NC	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
TK	Ризотте с овещами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, TK	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
TK	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
	Итого					
	Вторник					
№ рецептуры	Прием пищи, наимснование блюда	Выход	Пище	вые вещест	ва (г)	Энергетическая
ла рецентуры		блюда	Б	ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
TK	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00
	Итого	300	13,15	6,08	58,68	342,00

	Среда					
No nonorman	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
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
TK	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	775	30,61	31,25	106,27	847,8
	Среда					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	вые вещест	ва (г)	Энергетическая
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33
386-17, TK	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
	Итого	300	18,10	12,31	46,90	369,33

	Четверг					
Na pouroment	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	Энергетическая	
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17
IK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
TK	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99
	Четверг					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
ne pedentypu		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274
ТК	Сок фруктовый	200	1	0,00	20,20	84,80
	Итого	300	12,99	10,41	53,37	358,8

	Пятница					
No norvente	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97.67	403.15
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
TK	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
TK	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
TK	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
<u> </u>	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		27,07	27,14	118,37	821,35
	Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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

C

	Понедельник					
No november	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищ	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78
389-07, TK	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
TK	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
TK	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	Пищевые вещества (г)		ва (г)	Энергетическая
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00
382-17	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Итого	300	10,18	12,30	44,60	350,00

	Вторник					
W	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	ва (г)	Энергетическая
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
443-04, TK	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
350-17, TK	Плов из говядины	150	16,2	15,0	28,3	262,50
TK	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00
TK	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
TK	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00
	Итого	805	26,22	24	120,48	814,25
	Вторник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
TK	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00
TK	Кондитерское изделие (вафли в пром. упак)	15	0,98	4,20	9,30	91,00
	Итого	315	13,04	14,63	62,47	364,88

	Среда					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход		евые вещест	Энергетическая	
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Обед					
TK	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
TK	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
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75
	Среда					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)		Энергетическая	
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
743-04	Расстегай с мясом (говядина)	100	15,57	10,72	29,97	266,97
389-07, TK	Сок натуральный	200	0,90	0,00	18,18	84,80
	Итого	300	16,47	10,72	48,15	351,77

	Четверг					
Na nationation	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пище	евые вещест	Энергетическая	
№ рецептуры		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	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
TK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
TK	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
TK	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	780	37,21	32,57	83,96	843,05
	Четверг					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
		блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)
	Полдник					
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00
342-17, TK	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	77,00
	Итого	300	15,70	35,22	30,01	357,00