



Менюготавливаемых блюд  
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кл</b>	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Макаронь отварные с огурцом соленым	170	5,52	4,84	29,17	183,00	202/309/70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>15,48</b>	<b>17,52</b>	<b>67,86</b>	<b>490,60</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кл</b>	Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,28	19,00	131,00	102
	Плов с икрой кабачковой	210	15,04	31,90	36,10	491,70	265/п.п
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,40	16,00	78,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>25,86</b>	<b>37,18</b>	<b>121,10</b>	<b>923,30</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>41,34</b></i>	<i><b>54,70</b></i>	<i><b>188,96</b></i>	<i><b>1413,90</b></i>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кл</b>	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Макаронь отварные с огурцом соленым	200	5,38	4,89	29,20	183,00	202/309/70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>16,94</b>	<b>17,77</b>	<b>76,29</b>	<b>533,00</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с5-11кл</b>	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,35	23,80	163,80	102
	Плов с икрой кабачковой	250	18,00	37,10	42,60	577,60	265/п/п
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,40	16,00	78,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>30,56</b>	<b>43,65</b>	<b>136,60</b>	<b>1063,20</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>47,50</b></i>	<i><b>61,42</b></i>	<i><b>212,89</b></i>	<i><b>1596,20</b></i>	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 2</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кл</b>	Булочка "бутербродная" с сыром	<b>100</b>	11,74	7,55	45,92	227,20	<b>110*/15</b>
	Каша вязкая молочная	<b>200</b>	6,10	12,10	35,00	273,00	<b>173-175</b>
	Кофейный напиток с молоком	<b>200</b>	3,58	2,68	28,30	151,80	<b>379</b>
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,42</b>	<b>22,33</b>	<b>109,22</b>	<b>652,00</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кл</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	<b>200</b>	1,30	3,90	9,20	120,30	<b>88</b>
	Биточки с соусом	<b>100</b>	7,10	9,20	10,90	168,00	<b>268</b>
	Картофельное пюре со свеклой отварной	<b>150</b>	2,57	3,50	15,30	140,00	<b>312/2*</b>
	Компот из кураги	<b>200</b>	1,00	0,00	34,00	140,20	<b>348</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>15,67</b>	<b>17,20</b>	<b>90,00</b>	<b>671,10</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>37,09</b>	<b>39,53</b>	<b>199,22</b>	<b>1323,10</b>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кл</b>	Булочка "бутербродная" с сыром	<b>130</b>	16,00	10,80	57,40	390,00	<b>110*/15</b>
	Каша вязкая молочная	<b>220</b>	6,70	13,30	38,50	300,00	<b>173-175</b>
	Кофейный напиток с молоком	<b>200</b>	3,58	2,68	28,30	151,80	<b>379</b>
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>26,28</b>	<b>26,78</b>	<b>124,20</b>	<b>841,80</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с5-11кл</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	<b>250</b>	1,60	4,80	11,50	129,00	<b>88</b>
	Биточки с соусом	<b>100</b>	7,10	9,20	10,90	168,00	<b>268/331</b>
	Картофельное пюре со свеклой отварной	<b>180</b>	3,60	5,20	21,50	168,00	<b>312/2*</b>
	Компот из кураги	<b>200</b>	1,00	0,00	34,00	140,20	<b>348</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>18,60</b>	<b>20,00</b>	<b>106,90</b>	<b>750,20</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,88</b>	<b>46,78</b>	<b>231,10</b>	<b>1592,00</b>	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога с морковью	150	18,40	13,90	76,20	503,00	224
<b>с1-4кл</b>	Фрукты свежие	150	0,60	0,00	18,90	78,00	338
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>19,10</b>	<b>13,90</b>	<b>110,10</b>	<b>641,00</b>	
<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с рисом	200	1,60	2,20	16,70	93,00	101
<b>с1-4кл</b>	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Горох отварной с огурцом соленым	150	11,60	0,94	37,80	209,00	197/70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>27,00</b>	<b>14,74</b>	<b>108,50</b>	<b>678,20</b>	
	<i>Итого за день:</i>		<i>46,10</i>	<i>28,64</i>	<i>218,60</i>	<i>1319,20</i>	
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога с морковью	200	24,50	18,50	101,60	670,60	224
<b>с5-11кл</b>	Фрукты свежие	150	0,60	0,00	18,90	78,00	338
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>25,20</b>	<b>18,50</b>	<b>135,50</b>	<b>808,60</b>	
<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с рисом	250	2,00	2,76	20,90	116,30	101
<b>с5-11кл</b>	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Горох отварной с огурцом соленым	180	13,40	1,35	43,60	241,00	197/70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>30,80</b>	<b>15,91</b>	<b>126,90</b>	<b>775,90</b>	
	<i>Итого за день:</i>		<i>56,00</i>	<i>34,41</i>	<i>262,40</i>	<i>1584,50</i>	

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 4</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кл</b>	Салат Витаминка	<b>60</b>	0,09	3,00	6,60	57,00	<b>1*</b>
	Птица тушенная в соусе	<b>90</b>	12,50	13,95	3,42	189,00	<b>290/331</b>
	Каша рассыпчатая гречневая	<b>150</b>	7,51	6,28	40,72	249,60	<b>171/302</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>22,60</b>	<b>23,63</b>	<b>78,34</b>	<b>619,20</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кл</b>	Борщ с капустой и картофелем	<b>200</b>	1,40	4,00	12,00	100,00	<b>82</b>
	Тефтели рыбные с соусом	<b>100</b>	6,40	5,90	9,10	125,00	<b>239/331</b>
	Рис припущенный с огурцом свежим	<b>150</b>	3,30	4,13	34,30	216,00	<b>305/71</b>
	Напиток из плодов шиповника	<b>200</b>	0,68	0,00	35,00	143,80	<b>388</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>15,48</b>	<b>14,63</b>	<b>111,00</b>	<b>687,40</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>38,08</b>	<b>38,26</b>	<b>189,34</b>	<b>1306,60</b>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кл</b>	Салат Витаминка	<b>100</b>	1,50	5,00	11,00	95,00	<b>1*</b>
	Птица тушенная в соусе	<b>100</b>	13,90	15,50	3,80	210,00	<b>290/331</b>
	Каша рассыпчатая гречневая	<b>180</b>	9,02	7,54	48,87	299,52	<b>171/302</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>60</b>	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>29,32</b>	<b>28,84</b>	<b>103,87</b>	<b>791,72</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с5-11кл</b>	Борщ с капустой и картофелем	<b>250</b>	1,80	5,00	15,00	112,00	<b>82</b>
	Тефтели рыбные с соусом	<b>100</b>	6,40	5,90	9,10	125,00	<b>239/331</b>
	Рис припущенный с огурцом свежим	<b>180</b>	3,80	4,76	39,57	249,23	<b>305/71</b>
	Напиток из плодов шиповника	<b>200</b>	0,68	0,00	35,00	143,80	<b>388</b>
	Хлеб пшеничный	<b>60</b>	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>18,78</b>	<b>16,66</b>	<b>131,87</b>	<b>796,23</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,10</b>	<b>45,50</b>	<b>235,74</b>	<b>1587,95</b>	

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 5</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кл</b>	Рагу из птицы с огурцом свежим	<b>245</b>	17,20	20,80	23,56	351,00	<b>289/71</b>
	Чай с молоком	<b>215</b>	1,40	1,60	17,70	91,00	<b>378</b>
	Хлеб пшеничный	<b>40</b>	3,20	0,50	16,80	84,80	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,80</b>	<b>22,90</b>	<b>58,06</b>	<b>526,80</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кл</b>	Салат из свежей капусты	<b>60</b>	0,84	2,76	6,20	52,80	<b>45</b>
	Рассольник ленинградский	<b>200</b>	1,70	4,00	16,40	109,00	<b>96</b>
	Кнели из птицы с соусом	<b>90</b>	8,90	11,30	0,40	162,00	<b>301/331</b>
	Макароны отварные	<b>150</b>	5,35	4,80	28,60	179,40	<b>202/309</b>
	Компот из свежих плодов (яблок)	<b>200</b>	0,16	0,00	29,00	116,60	<b>342</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>20,65</b>	<b>23,46</b>	<b>101,20</b>	<b>722,40</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>42,45</b></i>	<i><b>46,36</b></i>	<i><b>159,26</b></i>	<i><b>1249,20</b></i>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кл</b>	Рагу из птицы с огурцом свежим	<b>280</b>	19,64	23,14	27,16	394,80	<b>289/71</b>
	Чай с молоком	<b>215</b>	1,40	1,60	17,70	91,00	<b>378</b>
	Хлеб пшеничный	<b>60</b>	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>25,84</b>	<b>25,54</b>	<b>70,06</b>	<b>613,00</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с5-11кл</b>	Салат из свежей капусты	<b>100</b>	1,40	4,60	10,30	88,00	<b>45</b>
	Рассольник ленинградский	<b>250</b>	1,90	5,20	16,70	136,30	<b>96</b>
	Кнели из птицы с соусом	<b>100</b>	9,88	12,55	0,44	180,00	<b>301/331</b>
	Макароны отварные	<b>180</b>	6,40	5,80	34,30	215,30	<b>202/309</b>
	Компот из свежих плодов (яблок)	<b>200</b>	0,16	0,00	29,00	116,60	<b>342</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>30</b>	2,00	0,30	12,00	58,50	
	<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>24,14</b>	<b>28,85</b>	<b>115,34</b>	<b>858,30</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>49,98</b></i>	<i><b>54,39</b></i>	<i><b>185,40</b></i>	<i><b>1471,30</b></i>	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>							
с1-4кл	Котлета с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268/331
	Макаронны отварные с икрой кабачковой	150	7,10	9,20	10,90	140,00	202/309/п.п
	Чай с сахаром, с лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>16,80</b>	<b>18,80</b>	<b>50,40</b>	<b>436,60</b>	
<b>Обед</b>							
с1-4кл	Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,28	19,00	131,00	102
	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соленным	150	6,50	5,40	36,00	220,00	171/302/70
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>21,88</b>	<b>22,56</b>	<b>115,69</b>	<b>754,20</b>	
	<i>Итого за день:</i>		<i>38,68</i>	<i>41,36</i>	<i>166,09</i>	<i>1190,80</i>	
<b>Завтрак</b>							
с5-11кл	Котлета с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268
	Макаронны отварные с икрой кабачковой	180	8,52	11,04	13,08	204,00	202/309/п.п
	Чай с сахаром, с лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>552</b>	<b>19,82</b>	<b>20,84</b>	<b>60,98</b>	<b>543,00</b>	
<b>Обед</b>							
с5-11кл	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,35	23,80	163,80	102
	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соленным	180	7,70	6,30	41,00	253,00	171/302/70
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,00	58,50	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>25,52</b>	<b>24,73</b>	<b>133,69</b>	<b>860,70</b>	
	<i>Итого за день:</i>		<i>45,34</i>	<i>45,57</i>	<i>194,67</i>	<i>1403,70</i>	

Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 2</b>							
<b>Завтрак</b>	Булочка Творожная	100	5,90	2,90	25,30	144,00	<b>121*</b>
<b>с1-4кл</b>	Каша вязкая молочная	200	8,50	13,30	62,20	269,00	
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,10</b>	<b>19,40</b>	<b>114,20</b>	<b>563,80</b>	<b>382</b>
<b>Обед</b>	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	<b>52</b>
<b>с1-4кл</b>	Суп овощной	200	1,40	4,00	11,40	90,00	
	Запеканка картофельная с мясом	130	20,00	26,00	13,90	292,00	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>		<b>28,40</b>	<b>36,80</b>	<b>87,10</b>	<b>718,60</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>700</b>	<b>46,50</b>	<b>56,20</b>	<b>201,30</b>	<b>1282,40</b>	
<b>Завтрак</b>	Булочка Творожная	100	5,90	2,90	25,30	144,00	<b>121*</b>
<b>с5-11кл</b>	Каша вязкая молочная	230	9,78	15,30	77,53	326,00	
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,27	8,40	42,40	<b>382</b>
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>20,98</b>	<b>21,67</b>	<b>137,93</b>	<b>663,20</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	
<b>с5-11кл</b>	Суп из овощей	250	1,75	4,90	14,20	109,00	
	Запеканка картофельная с мясом	180	27,69	36,00	21,30	401,00	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>36,44</b>	<b>47,70</b>	<b>97,30</b>	<b>846,60</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>57,42</b>	<b>69,37</b>	<b>235,23</b>	<b>1509,80</b>	



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 3</b>							
<b>Завтрак</b>	Салат из белокочанной капусты	<b>60</b>	0,84	2,76	6,20	52,80	<b>45</b>
<b>с1-4кл</b>	Плов из птицы	<b>200</b>	19,00	22,00	29,00	408,00	<b>291</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>40</b>	3,20	0,50	16,80	84,80	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>23,14</b>	<b>25,26</b>	<b>67,00</b>	<b>605,60</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кл</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	<b>200</b>	2,12	2,20	19,00	106,00	<b>103</b>
	Шницель с соусом	<b>100</b>	7,10	9,20	10,90	168,00	<b>268/331</b>
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	<b>150</b>	4,43	4,74	31,00	187,00	<b>171/302/п.п</b>
	Напиток из плодов шиповника	<b>200</b>	0,68	0,00	8,00	143,80	<b>388</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>18,03</b>	<b>16,74</b>	<b>89,50</b>	<b>707,40</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<b>41,17</b>	<b>42,00</b>	<b>156,50</b>	<b>1313,00</b>	
<b>Завтрак</b>	Салат из белокочанной капусты	<b>100</b>	1,40	4,60	10,30	88,00	<b>45</b>
<b>с5-11кл</b>	Плов из птицы	<b>200</b>	19,00	22,00	29,00	408,00	<b>291</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>24,50</b>	<b>27,20</b>	<b>75,30</b>	<b>662,00</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	<b>250</b>	2,65	2,80	24,20	132,00	<b>103</b>
<b>с5-11кл</b>	Шницель с соусом	<b>100</b>	7,10	9,20	10,90	168,00	<b>268/331</b>
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	<b>180</b>	5,31	5,69	37,20	202,50	<b>171/302/п.п</b>
	Напиток из плодов шиповника	<b>200</b>	0,68	0,00	8,00	143,80	<b>388</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>21,04</b>	<b>18,49</b>	<b>109,30</b>	<b>791,30</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<b>45,54</b>	<b>45,69</b>	<b>184,60</b>	<b>1453,30</b>	

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 4</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кл</b>	Биточки рыбные с соусом	<b>100</b>	7,10	6,80	7,70	160,50	<b>234/330</b>
	Картофельное пюре с огурцом свежим	<b>150</b>	3,10	5,10	18,60	180,90	<b>312</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>14,30</b>	<b>12,50</b>	<b>62,30</b>	<b>507,40</b>	
<b>Обед</b>	Салат Витаминка	<b>60</b>	0,09	0,18	3,24	57,00	<b>1*</b>
<b>с1-4кл</b>	Борщ с капустой и картофелем	<b>200</b>	1,40	4,00	12,00	100,00	<b>82</b>
	Птица тушенная в соусе	<b>90</b>	12,50	13,95	3,42	189,00	<b>290/331</b>
	Макаронь отварные	<b>150</b>	5,30	4,80	28,60	179,40	<b>202/309</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>200</b>	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>23,09</b>	<b>23,53</b>	<b>89,66</b>	<b>715,60</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>37,39</b>	<b>36,03</b>	<b>151,96</b>	<b>1223,00</b>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кл</b>	Биточки рыбные с соусом	<b>100</b>	7,10	6,80	7,70	160,50	<b>234/330</b>
	Картофельное пюре с огурцом свежим	<b>190</b>	3,92	6,46	23,56	230,00	<b>312</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>60</b>	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>15,92</b>	<b>14,06</b>	<b>71,46</b>	<b>577,70</b>	
<b>Обед</b>	Салат Витаминка	<b>100</b>	1,50	5,00	11,00	95,00	<b>1*</b>
<b>с5-11кл</b>	Борщ с капустой и картофелем	<b>250</b>	1,80	5,00	15,00	112,00	<b>82</b>
	Птица тушенная в соусе	<b>100</b>	13,90	15,50	3,80	210,00	<b>290/331</b>
	Макаронь отварные	<b>180</b>	6,00	5,80	34,00	215,00	<b>202/309</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>200</b>	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>880</b>	<b>27,00</b>	<b>31,90</b>	<b>106,20</b>	<b>822,20</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>42,92</b>	<b>45,96</b>	<b>177,66</b>	<b>1399,90</b>	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Целевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	Фрукты свежие	100	4,00	0,00	12,60	52,00	338
<b>с1-4кл</b>	Омлет натуральный с икрой свекольной	156	15,68	25,60	10,20	255,00	210
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>506</b>	<b>23,78</b>	<b>26,20</b>	<b>58,80</b>	<b>473,00</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с пшеном и рыбой	200	3,44	3,18	16,46	108,20	101/226
<b>с1-4кл</b>	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Рагу овощное с огурцом свежим	150	1,80	11,00	14,00	157,00	143
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>19,94</b>	<b>25,78</b>	<b>96,66</b>	<b>694,00</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>43,72</b></i>	<i><b>51,98</b></i>	<i><b>155,46</b></i>	<i><b>1167,00</b></i>	
<b>Завтрак</b>	Фрукты свежие	100	4,00	0,00	12,60	52,00	338
<b>с5-11кл</b>	Омлет натуральный с икрой свекольной	205	20,61	33,64	11,20	301,70	210
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>28,71</b>	<b>34,24</b>	<b>59,80</b>	<b>519,70</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с пшеном и рыбой	250	4,30	3,98	20,57	135,50	101/226
<b>с5-11кл</b>	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Рагу овощное с огурцом свежим	180	2,50	12,50	16,30	183,00	143
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>23,10</b>	<b>28,28</b>	<b>111,47</b>	<b>789,70</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>51,81</b></i>	<i><b>62,52</b></i>	<i><b>171,27</b></i>	<i><b>1309,40</b></i>	
<b>Среднее значение за период 10 дней: для детей 7-10 лет</b>			<b>41,25</b>	<b>43,51</b>	<b>174,08</b>	<b>1278,82</b>	
<b>Среднее значение за период 10 дней: для детей 12 лет и старше</b>			<b>48,95</b>	<b>51,16</b>	<b>209,10</b>	<b>1490,81</b>	

В питании ежедневно используется йодированная соль и проводится С - витаминизация III блюда.

Технолог: