Школа			Утвердил: должность	Ген. ,	Директор М	УП по ОШ	СП г. Ростов-	на-Дону
Типовое	е примерное мен	ю приготавливаемых блюд	фамилия	Круглова	а Г.В.			
Возрастная	категория	7-11 лет	дата	1	9	2023		
				день	месяц	боз		

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронами,сыр, масло слив.	265	9,62	15,57	20,22	260,1	120/14/15- 2011	54,09
				K Nb000 0044	000	0.07	0.0	05.70	4.4.4	000 0044	40.57
			гор.напиток	Какао с молоком №382-2011	200	3,97	3,2	25,78	144	382-2011	19,57
			хлеб	Хлеб йодированный	39	3	0,31	19,93	93,6	ГОСТ Р 58161-2018	2,79
			фрукты								
			итого		504	16,59	19,08	65,93	497,7		76,45
1	1	Обед	закуска	Огурцы натуральные свежие № 71-15	60	0,48	0,6	1,56	8,4	71-15	9,47
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем № 82-2011	200	1,36	7,91	10,79	80,27	82-2011	9,77
			2 блюдо	Котлеты рублен, из филе ЦБ № 295-11	90	14,09	9,85	12,34	170,22	295-11	50,52
			гарнир	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	150	6,61	4,55	36,06	214,99	302-2011	12,34
			напиток	Сок (на порцию)	180	0,9	0,18	17,82	82,8	599	21,31
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	50	3,85	0,4	25,55	120	ГОСТ Р 58161-2018	3,62
			хлеб черн.								
			итого		730	27,29	23,49	104,12	676,68		107,03
1	1	Итого	за день:		1234	43,88	42,57	170,05	1174,38		183,48
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный № 210-11	150	14,08	14,73	2,87	221,07	210-11	47,47
			булочное	Печенье овсяное Сладкая Слобода	23	1,56	4,26	15,3	104,88	723	6,35
			гор.напиток	Чай с лимоном № 377-2011	200	0,13	0,03	14,46	37,32	377-2011	3,1
			хлеб	Хлеб йодированный	42	3,23	0,34	21,46	100,8	ГОСТ Р 58161-2018	3,03
			фрукты	Яблоки (порциями)	120	0,48	0,48	11,76	54	Прил.2/2011	16,5
			итого		535	19,48	19,84	65,85	518,07		76,45

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
1	2	Обед	закуска	С-т из свежих огурцов № 20-15	70	0,53	4,86	1,73	47,07	20-15	11,66
			1 блюдо	Суп картофельный № 97-11	200	1,9	2,25	15,76	92,79	97-11	11,35
			2 блюдо	Рыба, тушеная в томате с овощами № 229-2011	150	13,48	10,11	7,27	146,87	229-2011	49,27
			гарнир	Рис отварной № 304-2011	150	3,7	5,43	35,91	194,37	304-2011	16,77
			напиток	Кисель из плодов и ягод № 350-11	180	0,13	0,04	17,04	69,67	350-11	14,65
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	46	3,54	0,37	23,51	110,4	ГОСТ Р 58161-2018	3,33
			хлеб черн.								
					700	00.00	00.00	404.00	004.47		407.00
	_	14	итого		796	23,28	23,06	101,22	661,17		107,03
1	2	Итого	за день:	T	1331	42,76	42,9	167,07	1179,24	070 45/000	183,48
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели гов, со см,соусом, макаронные изделия отварные	270	15,38	20,19	43,92	415,62	279-15/309- 2011	71,39
				Hox a coverage No 276 2011	240	0.1	0.00	40	20.64	376-2011	2.2
			гор.напиток	Чай с сахаром № 376-2011 Хлеб йодированный	210 40	0,1 3,08	0,03	10 20,44	38,61 96	70СТ Р	2,2
			хлеб	жиео иодированный ————————————————————————————————————	40	3,00	0,32	20,44	90	58161-2018	2,00
			фрукты								
			umasa		520	18,56	20,54	74,36	550,23		76,45
1	3	Обед	итого	Икра кабачковая (конс.) порцион.	70	1,4	6,3	5,98	85,4	611	20,16
'	3	ООЕД	закуска 1 блюдо	Рассольник ленинградский № 96-11	200	1,68	4,09	13,38	99,29	96-11	11,76
			2 блюдо	Плов из птицы 50/150, № 291-15	200	17,12	15,58	39,75	380,06	291-15	46,9
			гарнир			,	. 5,55	33,13	333,53	201.10	, .
			напиток	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	0,31	0,25	17,15	80,97	388-11	6,78
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45	3,46	0,36	22,99	108	ГОСТ Р 58161-2018	3,2
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	24	1,73	0,31	9,77	49,68	ГОСТ 2077- 84	1,73
			фрукты	Яблоки (порциями)	120	0,48	0,48	11,76	54	Прил.2/2011	16,5
			итого		839	26,18	27,37	120,78	857,4		107,03
1	3	Итого	за день:		1359	44,74	47,91	195,14	1407,63		183,48
1		Завтрак	гор.блюдо	Запеканка рисовая с творогом и соусом молочным сл, № 282- 21	195	13,11	15,37	46,9	343,75	282-21	56,88
		,									

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
			гор.напиток	Чай с лимоном № 377-2011	200	0,13	0,03	9,46	37,32	377-2011	3,1
			хлеб	Хлеб йодированный	38	2,93	0,3	19,42	91,2	616	2,72
			фрукты	Яблоки (порциями)	100	0,4	0,4	9,8	45	Прил.2/2011	13,75
			итого		533	16,57	16,1	85,58	517,27		76,45
1	4	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров № 23-15	90	1	5,52	4,35	71,94	23-15	17,68
•	·	ООСД	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями № 111-11	200	1,83	4,01	12,53	94,41	111-11	4,83
			2 блюдо	Печень тушеная в соусе 261-11	90	12,07	7,67	5,87	150,26	261-11	65,19
			гарнир	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	170	7,49	5,15	40,87	243,65	302-2011	13,99
			напиток	Чай с сахаром № 376-2011	200	0,1	0,02	9,52	36,77	376-2011	2,1
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45	3,46	0,36	22,99	108	ГОСТ Р 58161-2018	3,24
			хлеб черн.								
			итого		795	25,95	22,73	96,13	705,03		107,03
1	4	Итого	за день:		1328	42,52	38,83	181,71	1222,3		183,48
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с сыром № 204-11	190	13,65	14,74	32,44	311,41	204-11	58,49
			гор.напиток	Чай с сахаром № 376-2011	180	0,09	0,02	8,57	33,09	376-2011	1,89
			хлеб	Хлеб йодированный	32	2,46	0,26	16,35	76,8	616	2,32
			фрукты	Яблоки (порциями)	100	0,4	0,4	9,8	45	Прил.2/2011	13,75
			итого		502	16,6	15,42	67,16	466,3		76,45
1	5	Обед	закуска	Салат из белокач,капусты с зел,горошком № 45-11	100	1,68	4,09	9,5	89,5	45-11	14,45
			1 блюдо	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	200	4,06	3,26	15,56	118,26	102-11	8,69
			2 блюдо	Гуляш свиной 50/50 лопатка № 260-15	100	10,31	15,43	2,82	234,43	260-15	53,48
			гарнир	Каша пшенная с маслом № 302-2011	180	5,49	5,15	40,87	143,65	302-2011	13,14
			напиток	Компот из компотной смеси с/м ТТК от 03,07,20	200	0,49	0,07	12,71	53,65	620	12,16
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45	3,77	0,39	25,04	117,6	ГОСТ Р 58161-2018	3,24
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	26	1,77	0,34	10,58	53,82	ГОСТ 2077- 84	1,87
			итого		851	27,57	28,73	117,08	810,91		107,03
1	5	Итого	за день:		1353	44,17	44,15	184,24	1277,21		183,48
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Плов из птицы 50/150, № 291-15	200	15,12	14,58	39,75	380,06	291-15	46,9
			закуска	Салат из свежих помидоров со сладким перцем № 27-15	85	0,95	5,2	3,33	64,8	27-15	22,89

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
			гор.напиток	Чай с лимоном № 377-2011	214	0,14	0,03	10,12	39,93	377-2011	3,32
			хлеб	Хлеб йодированный	47	3,62	0,38	24,02	112,8	ГОСТ Р 58161-2018	3,34
			фрукты								
			итого		546	19,83	20,19	77,22	597,59		76,45
2	1	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной № 52-2011	60	0,81	3,65	4,72	53,91	52-2011	6,08
			1 блюдо	Борщ с фасолью и картофелем № 84-11	200	2,78	4,06	12,63	98,15	84-11	10,25
			2 блюдо	Мясо тушеное свин, № 256-11	100	10,76	14,44	2,47	212,85	256-11	53,14
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая № 302-11	150	6,61	4,69	38	213,24	302-11	10,95
			напиток	Напиток из плодов шиповника № 388-11	190	0,32	0,27	18,1	85,47	388-11	7,16
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	40	3,08	0,32	20,44	96	ГОСТ Р 58161-2018	2,88
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	20	1,34	0,26	8,14	41,4	ГОСТ 2077- 84	1,44
			фрукты	Яблоки (порциями)	110	0,44	0,44	10,78	49,5	Прил.2/2011	15,13
			итого		870	26,14	28,13	115,28	850,52		107,03
2	1	Итого	за день:		1416	45,97	48,32	192,5	1448,11		183,48
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка рисовая с творогом и соусом молочным сл, № 282- 21	195	12,11	15,37	46,9	343,75	282-21	56,88
			гор.напиток	Чай с сахаром № 376-2011	210	0,1	0,03	10	38,61	376-2011	2,2
			хлеб	Хлеб йодированный	31	2,39	0,25	15,84	74,4	ГОСТ Р 58161-2018	2,24
			фрукты	Яблоки (порциями)	110	0,44	0,44	10,78	49,5	Прил.2/2011	15,13
			итого		546	15,04	16,09	83,52	506,26		76,45
2	2	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15	60	0,59	3,86	2,3	44,88	24-15	11,32
			1 блюдо	Суп картоф, с бобовыми № 102-11	200	4,06	6,26	15,56	118,26	102-11	8,69
			2 блюдо	Фрикадельки из филе ЦБ со сметанным соусом № 297-2011	110	13,78	7,55	8,2	108,08	297-2011	54,37
			гарнир	Рис отварной № 304-2011	150	3,7	5,43	35,91	194,37	304-2011	16,77
		1	H	Компот из сухофруктов № 495-2021	180	0,41	0	17,8	70,29	495-2021	6,43

XARGO De.R.	Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
Спадкое мармепад Клубн, со сп. (на порцию) 18 0 0 13,95 52,56 ГОСТ 6442- 2014  2 2 Итого за день: 1314 41,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 20,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 120,279 1214,7 183,4 14,43 39,59 120,279 1214,7 183,4 14,43 14,43 39,59 120,279 1214,7 183,4 14,43 14				хлеб бел.	Хлеб йодированный	50	3,85	0,4	25,55	120		3,6
Сладкое итого				хлеб черн.								
2 2 Итого за демы: Котлеты рублен, из филе ЦБ, каша пшеничная с маслом 260 16,46 15,61 44,02 42,54 295-11/302- 64,5 2011				сладкое	Мармелад Клубн, со сл, (на порцию)	18	0	0	13,95	52,56		5,85
2 2 Итого за демы:    2 3 Завтрак   пр.блюдо   пр.блю												
2 3 Завтрак				итого		768	26,39	23,5	119,27	708,44		107,03
2 3 Завтрак Гор. Влюдо сладкое Мармелад Клубн, со сл. (на порцию) 18 0 0 13.95 52.56 ГОСТ 6442- 5.86 гор. напиток клеб и димоном № 377-2011 214 0.14 0.03 10.12 39.93 377-2011 3.3.3 млеб и димоном № 377-2011 214 0.14 0.03 10.12 39.93 377-2011 3.3.3 19.93 93.6 ГОСТ Р 58161-2018 277 58161-20	2	2	Итого	за день:		1314	41,43	39,59	202,79	1214,7		183,48
2         3         Обед Закуска         Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11         200         2,11         2,19         3,30         3,31         19,93         39,36         ГОСТ Р 58161-2018         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         58161-2018         76,4         2,77         4,79         45,01         53.11         12,3         76,4         2,5         4,79         45,01         53.11         12,3         12,3         12,3         12,3         12,3         13,3         13,1         19,6         15,95         88,02         608,63         76,4         12,2         16,00         76,4         45,01         53.11         12,3         2,5         4,79         45,01         53.11         12,3         12,3         13,3         30,211         12,3         30,2         13,3         30,2         11 <t< td=""><td>2</td><td>3</td><td>Завтрак</td><td>гор.блюдо</td><td>Котлеты рублен, из филе ЦБ, каша пшеничная с маслом</td><td>260</td><td>16,46</td><td>15,61</td><td>44,02</td><td>422,54</td><td></td><td>64,51</td></t<>	2	3	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты рублен, из филе ЦБ, каша пшеничная с маслом	260	16,46	15,61	44,02	422,54		64,51
хлеб Хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТР 58161-2018 2,77 654 69,9 кты				сладкое	Мармелад Клубн, со сл, (на порцию)	18	0	0	13,95	52,56		5,85
Министрация   Мерикты				гор.напиток	Чай с лимоном № 377-2011	214	0,14	0,03	10,12	39,93	377-2011	3,32
2       3       Обед закуска Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11       60       0,98       2,5       4,79       45,01       53-11       12,3         2       3       Обед 1 блюдо Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11       200       2,11       2,22       16,37       95,66       103-11       9,36         2 блюдо Гарнир Каша гречневая рассыги, № 302-11       150       8,2       5,97       42,22       261,43       302-11       18,3         1 каниток Кисель из плодов и ягод № 350-11       200       0,14       0,05       18,94       77,42       350-11       16,2         2 хлеб бел.       Хлеб йодированный       40       3,08       0,32       20,44       96       ГОСТ Р 58161-2018         2 итого за день:       778       28,18       23,24       116,9       814,3       107,6         2 завтрак       гор.блюдо       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные       240       15,33       10,76       41,33       331,37       373-21/309-2011         2 закуска       Икра свекольная № 75-2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57         3 акуска       Икра с лимоном № 377-2011       200       0,13       0,03       9,46       37,32 <t< td=""><td></td><td></td><td></td><td>хлеб</td><td>Хлеб йодированный</td><td>39</td><td>3</td><td>0,31</td><td>19,93</td><td>93,6</td><td></td><td>2,77</td></t<>				хлеб	Хлеб йодированный	39	3	0,31	19,93	93,6		2,77
2       3       Обед закуска       Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11       60       0,98       2,5       4,79       45,01       53-11       12,3         2       3       Обед 1 блюдо       Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11       200       2,11       2,22       16,37       95,66       103-11       9,36         2       Обед 1 блюдо       Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11       200       2,11       2,22       16,37       95,66       103-11       9,36         2       Обед 1 блюдо       Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11       200       2,11       2,22       16,37       95,66       103-11       9,36         2       Обед 1 блюдо       Суп картофельный с макарон, изделиями № 302-11       150       8,2       5,97       42,22       261,43       302-11       18,3         4       Обед 1 блюдо       Кисель из плодов и ягод № 350-11       200       0,14       0,05       18,94       77,42       350-11       16,2         5       Хлеб бодированный       28       1,9       0,36       11,4       57,96       ГОСТ РОТ 2077-8,00       2,00         2       3       Итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       142,93				фрукты								
2 3 Обед закуска Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11 60 0,98 2,5 4,79 45,01 53-11 12,3 16людо Сул картофельный с макарон, изделиями № 103-11 200 2,11 2,22 16,37 95,66 103-11 9,36 2 блюдо Птица, тушеная в соусе № 290-15 100 11,77 11,82 2,74 180,82 290-15 45,7 гарнир Каша гречневая рассыпч, № 302-11 150 8,2 5,97 42,22 261,43 302-11 18,3 напиток Кисель из плодов и ягод № 350-11 200 0,14 0,05 18,94 77,42 350-11 16,2 хлеб йодированный 40 3,08 0,32 20,44 96 ГОСТ Р 58161-2018 28 1,9 0,36 11,4 57,96 ГОСТ 2077-84 28 1,9 0,36 11,4 57,96 ГОСТ 2077-84 29 1,92 20,92 1422,93 107,00 1,93 20,93 10,76 41,33 331,37 373-21/309-2011 10,93 20,92 1422,93 10,76 41,33 331,37 373-21/309-2011 10,93 20,93 10,76 41,33 331,37 373-21/309-2011 200 0,13 0,03 9,46 37,32 377-2011 200 0,13 0,03 9,46 37,32 377-2011 2,00 0,13 0,03 9,46 37,32 377-2011 2,01 хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018 2,01 хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018 2,01 хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018 2,01 хлеб бодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018												
2 3 Обед закуска Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11 60 0,98 2,5 4,79 45,01 53-11 12,3 16людо Сул картофельный с макарон, изделиями № 103-11 200 2,11 2,22 16,37 95,66 103-11 9,36 2 блюдо Птица, тушеная в соусе № 290-15 100 11,77 11,82 2,74 180,82 290-15 45,7 гарнир Каша гречневая рассыпч, № 302-11 150 8,2 5,97 42,22 261,43 302-11 18,3 напиток Кисель из плодов и ягод № 350-11 200 0,14 0,05 18,94 77,42 350-11 16,2 хлеб бел. Хлеб йодированный 40 3,08 0,32 20,44 96 ГОСТ Р 58161-2018 28 1,9 0,36 11,4 57,96 ГОСТ 2077-84 107,00 11,4 1,4 1,4 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5 1,5												
1 блюдо       Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11       200       2,11       2,22       16,37       95,66       103-11       9,36         2 блюдо       Птица, тушеная в соусе № 290-15       100       11,77       11,82       2,74       180,82       290-15       45,7         гарнир       Каша гречневая рассыпч, № 302-11       150       8,2       5,97       42,22       261,43       302-11       18,3         налиток       Кисель из плодов и ягод № 350-11       200       0,14       0,05       18,94       77,42       350-11       16,2         хлеб бел.       Хлеб йодированный       40       3,08       0,32       20,44       96       ГОСТ Р       70СТ Р       2,87         хлеб черн.       Хлеб Бородинский       28       1,9       0,36       11,4       57,96       ГОСТ 2077- 84       2,02         итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         2       4       Завтрак       гор.блюдо       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные       240       15,33       10,76       41,33       331,37       373-21/309- 2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57       70,11				итого		531	19,6	15,95	88,02	608,63		76,45
1 блюдо       Сул картофельный с макарон, изделиями № 103-11       200       2,11       2,22       16,37       95,66       103-11       9,36         2 блюдо       Птица, тушеная в соусе № 290-15       100       11,77       11,82       2,74       180,82       290-15       45,7         гарнир       Каша гречневая рассыпч, № 302-11       150       8,2       5,97       42,22       261,43       302-11       18,3         напиток       Кисель из плодов и ягод № 350-11       200       0,14       0,05       18,94       77,42       350-11       16,2         хлеб бел.       Хлеб йодированный       40       3,08       0,32       20,44       96       ГОСТ Р       58161-2018         тор.блюдо       Хлеб Бородинский       28       1,9       0,36       11,4       57,96       ГОСТ 2077-84       2,02         тор.блюдо       778       28,18       23,24       116,9       814,3       107,0         1       30       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         1       100-блюдо       36,70       41,33       331,37       373-21/309-2011       2011         2       4       3автрак       Гор.блюдо       Котлета Нежная, макаронные изделия	2	3	Обед	закуска	Салат из свеклы с зеленым горошком № 53-11	60	0,98	2,5	4,79	45,01	53-11	12,39
2 блюдо       Птица, тушеная в соусе № 290-15       100       11,77       11,82       2,74       180,82       290-15       45,77         гарнир       Каша гречневая рассыпч, № 302-11       150       8,2       5,97       42,22       261,43       302-11       18,3         напиток       Кисель из плодов и ягод № 350-11       200       0,14       0,05       18,94       77,42       350-11       16,2         хлеб бел.       Хлеб йодированный       40       3,08       0,32       20,44       96       ГОСТ Р 58161-2018       2,87         хлеб черн.       Хлеб Бородинский       28       1,9       0,36       11,4       57,96       ГОСТ 2077-84       2,02         итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         2       3 автрак       гор.блюдо       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные       240       15,33       10,76       41,33       331,37       373-21/309-2011       61,9         закуска       Икра свекольная № 75-2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57         гор.напиток       Чай с лимоном № 377-2011       200       0,13       0,03       9,46       37,32 <t< td=""><td></td><td></td><td></td><td>•</td><td>Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11</td><td>200</td><td>2,11</td><td>2,22</td><td>16,37</td><td>95,66</td><td>103-11</td><td>9,36</td></t<>				•	Суп картофельный с макарон, изделиями № 103-11	200	2,11	2,22	16,37	95,66	103-11	9,36
гарнир       Каша гречневая рассыпч, № 302-11       150       8,2       5,97       42,22       261,43       302-11       18,3         напиток       Кисель из плодов и ягод № 350-11       200       0,14       0,05       18,94       77,42       350-11       16,2         хлеб бел.       Хлеб йодированный       40       3,08       0,32       20,44       96       ГОСТ Р 58161-2018         хлеб черн.       Хлеб Бородинский       28       1,9       0,36       11,4       57,96       ГОСТ 2077-84       2,02         итого за день:       778       28,18       23,24       116,9       814,3       107,0         2       3       Итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         2       4       Завтрак       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные       240       15,33       10,76       41,33       331,37       373-21/309-2011       201         3акуска       Икра свекольная № 75-2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57         гор.напиток       Чай с лимоном № 377-2011       200       0,13       0,03       9,46       37,32       377-2011       3,1					Птица, тушеная в соусе № 290-15	100	11,77	11,82	2,74	180,82	290-15	45,74
напиток Кисель из плодов и ягод № 350-11 200 0,14 0,05 18,94 77,42 350-11 16,2 хлеб бел. Хлеб йодированный 40 3,08 0,32 20,44 96 ГОСТ Р 58161-2018 хлеб черн. Хлеб Бородинский 28 1,9 0,36 11,4 57,96 ГОСТ 2077- 84 22,02 млеб черн. Хлеб Бородинский 28 1,9 0,36 11,4 57,96 ГОСТ 2077- 84 107,00 млес млес млес млес млес млес млес млес				• •	Каша гречневая рассыпч, № 302-11	150	8,2	5,97	42,22	261,43	302-11	18,37
хлеб бел. Хлеб йодированный 40 3,08 0,32 20,44 96 ГОСТ Р 58161-2018 2,87 581				· · · · ·		200	0,14	0,05	18,94	77,42	350-11	16,28
Xлеб черн.   84   84   84   84   84   84   84   8					Хлеб йодированный	40	3,08	0,32	20,44	96		2,87
2       3       Итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         2       4       Завтрак       гор.блюдо закуска       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные изделия отварные изделия отварные закуска и икра свекольная № 75-2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57         гор.напиток       Чай с лимоном № 377-2011       200       0,13       0,03       9,46       37,32       377-2011       3,1         хлеб       Хлеб йодированный       39       3       0,31       19,93       93,6       ГОСТ Р 58161-2018				хлеб черн.	Хлеб Бородинский	28	1,9	0,36	11,4	57,96		2,02
2       3       Итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         2       4       Завтрак       гор.блюдо       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные       240       15,33       10,76       41,33       331,37       373-21/309-2011       61,9         3акуска       Икра свекольная № 75-2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57         гор.напиток       Чай с лимоном № 377-2011       200       0,13       0,03       9,46       37,32       377-2011       3,1         хлеб       Хлеб йодированный       39       3       0,31       19,93       93,6       ГОСТ Р 58161-2018												
2       3       Итого за день:       1309       47,78       39,19       204,92       1422,93       183,4         2       4       Завтрак       гор.блюдо       Котлета Нежная, макаронные изделия отварные       240       15,33       10,76       41,33       331,37       373-21/309-2011       61,9         3акуска       Икра свекольная № 75-2011       65       1       4,38       6,99       68,95       75-2011       8,57         гор.напиток       Чай с лимоном № 377-2011       200       0,13       0,03       9,46       37,32       377-2011       3,1         хлеб       Хлеб йодированный       39       3       0,31       19,93       93,6       ГОСТ Р 58161-2018				итого		778	28.18	23.24	116.9	814.3		107,03
2 4 Завтрак гор.блюдо Котлета Нежная, макаронные изделия отварные 240 15,33 10,76 41,33 331,37 373-21/309-2011 2011 3акуска Икра свекольная № 75-2011 65 1 4,38 6,99 68,95 75-2011 8,57 гор.напиток Чай с лимоном № 377-2011 200 0,13 0,03 9,46 37,32 377-2011 3,1 хлеб Хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018	2	3	Итого				-		, ,	1		183,48
гор.напиток Чай с лимоном № 377-2011 200 0,13 0,03 9,46 37,32 377-2011 3,1 хлеб Хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018					Котлета Нежная, макаронные изделия отварные		-	· ·		*		61,97
гор.напиток Чай с лимоном № 377-2011 200 0,13 0,03 9,46 37,32 377-2011 3,1 хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 58161-2018				закуска	Икра свекольная № 75-2011	65	1	4,38	6,99	68,95	75-2011	8,57
хлеб Хлеб йодированный 39 3 0,31 19,93 93,6 ГОСТ Р 2,81 58161-2018					Чай с лимоном № 377-2011	200	0,13	0,03	9,46	37,32	377-2011	3,1
				-	Хлеб йодированный	39	3	0,31	19,93	93,6		2,81
I I I I I I I I I I I I I I I I I I I				фрукты								

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
			итого		544	19,46	15,48	77,71	531,24		76,45
2	4	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты № 45-15	80	1,24	4,07	7,45	70,56	45-15	8,8
			1 блюдо	Суп из овощей № 99-11	200	1,4	3,98	9,09	77,95	99-11	10,96
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему (св, лопатка) 50/125 № 259-15	200	16,26	20,06	23,04	355	259-15	70,89
			гарнир								
			напиток	Компот из сухофруктов № 495-2021	200	0,46	0	19,78	78,1	495-2021	7,15
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	47	3,62	0,38	24,02	112,8	ГОСТ Р 58161-2018	3,38
			хлеб черн.								
			·	Мармелад Клубн, со сл, (на порцию)	18	0	0	13,95	52,56	ГОСТ 6442- 2014	5,85
			итого		745	22,98	28,49	97,33	746,97		107,03
2	4	Итого	за день:		1289	42,44	43,97	175,04	1278,21		183,48
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная "Дружба" №175-2011	200	5,64	9,47	22,1	223,94	175-2011	28,73
			гор.напиток	Какао с молоком №382-2011	200	3,97	4,2	15,78	134	382-2011	19,57
			хлеб	Хлеб йодированный	45	3,46	0,36	22,99	108	ГОСТ Р 58161-2018	3,23
			фрукты	Яблоки (порциями)	130	0,52	0,52	12,74	58,5	Прил.2/2011	17,88
			булочное	Пряники (порциями)	23	1,24	1,17	14,02	83,97	ГОСТ 15810- 2014	7,04
			итого		598	14,83	15,72	87,63	608,41		76,45
2	5	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной № 52-2011	70	0,95	4,26	5,51	62,9	52-2011	7,09
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями № 111-11	200	1,83	4,01	12,53	94,41	111-11	4,83
			2 блюдо	Голубцы ленивые №333-2021	90	9,59	9,05	5,02	134,54	333-2021	70,65
			гарнир	Каша пшеничная с маслом № 302-2011	170	7,49	5,15	40,87	243,65	302-2011	13,99
			напиток	Напиток из плодов шиповника № 388-11	180	0,31	0,25	17,15	80,97	388-11	6,78
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	51	3,93	0,41	26,06	122,4	ΓΟCT P 58161-2018	3,69
			хлеб черн.								
			итого		761	24,1	23,13	107,14	738,87		107,03
2	5	Итого	за день:		1359	38,93	38,85	194,77	1347,28		183,48

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
				Среднее значение за период:	1329,2	43,462	42,628	186,823	1297,2		183,48