

Утверждаю:

Директор МУП «База общепита»
(должность)
Баринаева Л.М.
(ФИО)
(дата)



Согласованно:

Директор МУП «База общепита»
(должность)
Г.И. Косов
(ФИО)
(дата)



Примерное меню

завтрак,обед

коррекционный класс

7-12 лет

2024-2025 год

СОГЛАСОВАНО

(подпись)

(дата)

Примерное меню для учащихся коррекционных классов с 7 до 12 лет 2024-2025

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Ca, мг.	А, мг.	Mg, мг.	D, мг.	K, мг.	Р, мг.	I, мг.	Se, мг.	F, мг.
				Б	Ж	У														
День 1																				
Акт прораб	ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	14,22	16,18	3,13	215,38	0,09	0,525	0,3	2,58	117,825	0,27	19,08	0,03	190,035	237,285	0,03	0,03	0,08
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Булочка витаминная	40	1,83	1,28	24,80	48,40	0,12	0,12	0,18	0,38	1,22	0	0,088	0	0,144	0,224	0	0	0
Акт прораб	ЗАВТРАК	Каша с молоком	200	3,88	3,80	20,08	128,40	0,04	0,16	0,6	1,02	130,52	0,02	32,1	0,06	160,8	116,2	0	0	0,14
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			490	24,73	24,46	56,51	477,16	0,28	0,955	1,68	4,08	368,565	0,31	65,248	0,09	490,979	444,709	0,04	0,03	0,22
№97 2005	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	200/10	5,84	3,56	11,34	123,88	0,01	0,01	0,796	0,252	1,922	0,002	1,558	0	17,304	4,728	0	0	0,002
№143 2005	ОБЕД	Рагу из овощей	200	4,90	14,44	23,04	243,78	0,16	0,18	28	1,44	102,12	0,04	33,98	0,1	250,44	105,2	0	0	0,04
Акт прораб	ОБЕД	Котлета любительская из сердца говяжьего	100	14,02	13,54	11,55	216,43	0,32	0,6	6,35	4,11	50,72	0,02	25,15	0,01	273,36	196,6	0,01	0,02	0,05
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,8	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
гот. блюдо	ОБЕД	Кондитерское изделие	35	2,82	4,13	26,22	131,80	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	8,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,8	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			1005	39,26	43,59	132,33	1076,93	0,722	1,174	41,746	10,632	433,862	0,062	92,538	0,11	878,804	416,078	0,013	0,02	0,124
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1495	63,99	68,05	188,84	1664,09	1,002	2,129	43,426	14,612	802,427	0,372	167,786	0,2	1369,783	862,787	0,053	0,05	0,344
День 2																				
№312 2005	ЗАВТРАК	Картофельное пюре	200	4,42	8,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,88	1,82	60,72	0,02	43,98	0,02	482,36	128,32	0,02	0	0,06
№234 2005	ЗАВТРАК	Шницель рыбный из рыбы, трески	100	12,67	8,49	7,99	156,15	0,09	0,1	2,03	0,88	24,75	0,01	25,42	0	224,34	128,25	0,1	0	0,33
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Кондитерское изделие	35	2,82	4,13	26,22	131,80	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,8	9,5	0	6,5	0	48	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			615	26,44	20,43	119,59	746,57	0,473	0,367	25,01	7,16	126,47	0,03	102,63	0,02	1033,6	374,62	0,123	0	0,422
№92 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12	4,32	4,96	8,84	97,50	0,003	0,003	0,848	0,072	2,887	0	1,002	0	12,615	2,357	0	0	0,002
№265 2005	ОБЕД	Плов с курицей	200	15,62	18,92	51,26	443,38	0,06	0,04	4,1	0,84	15,88	0,02	26,86	0,06	66,58	83,38	0	0	0,02
№15 2005	ОБЕД	Сыр Российский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,016	0,016	0,054	0,11	12,498	0,004	4,333	0,011	10,548	16,691	0,002	0	0,009
гот. блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,80	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№389 2005	ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	200	0,16	0,08	22,20	88,70	0	0,02	85	0,2	12,4	0,04	2,8	0	2,9	0,8	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,8	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			938	36	33,18	136,08	665,36	0,305	0,31	127,602	2,852	233,243	0,084	84,795	0,071	343,843	293,128	0,016	0	0,263
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1553	61,44	53,61	255,67	1740,93	0,778	0,677	152,612	10,002	369,713	0,114	187,325	0,091	1377,443	667,748	0,138	0	0,686
День 3																				
№228 2005	ЗАВТРАК	Запеканка творожная с молоком сухим	150/40	28,44	21,15	30,15	420,28	0,002	0,012	0,018	0,023	6,203	0,004	0,91	0,002	4,749	8,332	0	0	0
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Булочка витаминная	40	1,93	1,28	24,80	48,40	0,12	0,12	0,18	0,38	1,22	0	0,088	0	0,144	0,224	0	0	0
№885 2004	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,78	0	0	0,1	0,88	15,12	0	6,58	0	25,24	8,24	0	0	0,32
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,80	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			540	39,87	22,43	84,97	581,46	0,212	0,177	57,298	1,413	75,043	0,004	24,038	0,002	75,133	42,296	0	0	0,32
№96 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,16	8,86	13,82	138,94	0,001	0,001	0,124	0,015	0,407	0	0,269	0	2,753	0,889	0	0	0
№306 2005	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,18	36,63	207,90	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,185	0	0,075	0,57	0	0	0
№268 2005	ОБЕД	Котлеты, шницели из говядины	80	9,75	10,68	8,28	185,30	0,04	0	1,8	0,424	11,216	0	2,416	0	28,072	9,88	0	0	0,008
261	ОБЕД	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	5,08	4,80	0,28	82,80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	8,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,8	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,8	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			740	36,77	34,34	98,97	851,94	0,316	0,382	4,324	3,159	286,538	0	22,15	0	97,1	84,739	0,003	0	0,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1280	67,64	56,77	183,64	1443,39	0,627	0,569	61,622	4,672	361,581	0,004	46,186	0,002	172,233	127,035	0,003	0	0,34

День 4																				
Акт прор.	ЗАВТРАК	Сложный гарнир № 1	150/50	4,20	5,07	24,72	162,17	0,003	0,003	0,285	0,024	0,905	0,001	0,66	0,002	6,967	1,956	0	0	0,001
Контр.прор	ЗАВТРАК	Филе куриное в панировке	100	24,87	10,04	0,47	191,63	0,01	0,04	0	0,26	6,6	0,03	1,27	0	14,03	19,42	0	0	0,01
№349 2005	ЗАВТРАК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	34,86	16,92	78,79	604,96	0,128	0,082	0,285	1,824	36,945	0,031	24,63	0,002	96,837	101,276	0,003	0	0,223
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№304 2005	ОБЕД	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
№229 2005	ОБЕД	Рыба тушеная с овощами	100/30	25,80	13,14	1,01	225,04	0,009	0,007	0,074	0,029	1,024	0,001	1,296	0,454	14,485	8,52	0,002	0,002	0,018
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	34,86	16,92	78,79	604,96	0,128	0,082	0,285	1,824	36,945	0,031	24,63	0,002	96,837	101,276	0,003	0	0,223
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			970	45,08	27,56	122,04	930,23	0,302	0,293	62,549	5,075	215,398	0,061	87,555	0,544	570,945	300,222	0,017	0,017	0,107
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500	60,94	44,47	200,83	1535,16	0,43	0,375	62,834	5,899	252,343	0,082	112,085	0,546	667,782	401,498	0,02	0,017	0,33
День 5																				
№171 2005	ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,94	5,96	40,21	250,72	0,3	0,15	0	4,755	17,16	0,015	0,135	0,06	1,545	1,875	0	0	0
№208 2005	ЗАВТРАК	Котлеты, шницели из говядины	100	12,19	13,35	10,33	208,62	0,05	0	2	0,53	14,02	0	3,02	0	35,09	12,35	0	0	0,01
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	27,35	21,12	106,46	724,96	0,165	0,089	6	3,585	65,18	0,015	31,765	0,06	352,035	108,125	0,003	0	0,042
№102 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	140,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,458	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
№112 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,45	130,18	0,22	0,13	18,58	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
Акт прор.	ОБЕД	Суфле из печени	100	13,77	7,42	10,31	164,51	0,23	1,44	21,52	4,65	53,8	5,05	17,67	0,74	227,73	240,62	0,01	0,03	0,15
№389 2005	ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	200	0,16	0,08	22,20	86,70	0	0,02	65	0,2	12,4	0,04	2,8	0	2,9	0,8	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			870	35,47	24,59	116,63	935,95	0,599	1,831	106,567	3,063	266,618	5,13	38,605	0,76	908,763	236,51	0,043	0,03	0,144
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1400	63,33	45,7	223,16	1550,53	1,084	3,04	112,567	17,658	331,698	5,145	130,36	0,82	1260,798	644,635	0,046	0,03	0,436
День 6																				
№175 2005	ЗАВТРАК	Каша вязкая, молочная из риса и пшена	200	0,06	3,66	33,68	194,34	0,14	0,16	0,6	0,8	133,04	0,02	37,64	0,06	121,08	156,02	0	0	0,1
№10 2004	ЗАВТРАК	Бутерброды горячие с сыром	50	6,62	10,31	13,08	173,19	0,05	0,03	0,11	0,73	182,92	0,08	15,6	0,255	53,15	123,6	0	0	0,005
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	12,54	20,77	76,37	588,53	0,36	0,585	60,34	1,83	608,46	0,1	69,74	0,315	219,84	305,12	0	0	0,105
№135 2004	ОБЕД	Суп овощной с говядиной и сметаной	200/12/5	4,62	7,76	9,22	128,26	0,001	0,001	0,177	0,011	0,502	0,001	0,257	0,001	2,391	0,763	0	0	0
№143 2005	ОБЕД	Рагу из овощей	200	4,60	14,44	23,04	241,78	0,16	0,18	26	1,44	102,12	0,04	33,98	0,1	250,44	105,2	0	0	0,04
№265 2005	ОБЕД	Котлеты, шницели из говядины	80	8,75	10,58	9,28	155,30	0,04	0	1,6	0,424	11,216	0	2,415	0	28,072	9,89	0	0	0,008
261	ОБЕД	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	5,08	4,80	0,28	62,80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			990	35,33	42,34	108,39	1245,08	0,355	1,367	34,377	6,155	264,938	0,061	77,993	0,101	727,103	284,243	0,013	0	0,1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1490	55,40	62,31	170,55	1175,11	0,715	1,972	94,717	3,035	673,398	0,161	147,693	0,416	946,943	339,363	0,013	0	0,235
День 7																				
№336 2005	ЗАВТРАК	Макароны изделия отварные	100	0,09	4,18	36,63	207,59	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,165	0	0,075	0,57	0	0	0
Акт прор	ЗАВТРАК	Мясо с овощами	100	10,22	16,14	5,37	206,05	0,06	0,06	13,6	0,89	20,47	0,01	7,01	0	93,1	19,3	0	0	0,01
№349 2005	ЗАВТРАК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	14,20	26,13	95,5	607,11	0,255	0,144	13,6	3,67	66,726	0,03	29,775	0	169,015	19,77	0,003	0	0,23
№96 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,06	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№112 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,45	130,18	0,22	0,13	18,58	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
№231 2005	ОБЕД	Шницель рыбный из минтая, трески	100	12,07	8,49	7,90	150,15	0,09	0,1	2,61	0,85	24,75	0,01	25,42	0	224,34	136,35	0,1	0	0,03
№340 № 341	ОБЕД	Компот ягодный	200	0,03	0,00	23,96	81,96	0	0	0	0,0									

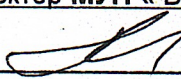
День 8																				
№259 2005	ЗАВТРАК	Картофель тушеный с филе куриным	200	21,52	8,42	24,00	258,48	0,18	0,1	19,28	1,48	22,3	0	31,86	0	350,64	84,12	0	0	0,04
№71 2005	ЗАВТРАК	Овощи сезонные	60	0,42	0,09	2,01	10,17	0,054	0,06	16,5	0,87	12,9	0,06	10,2	0	129,3	20,4	0	0	0,012
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			640	23,67	10,32	81,93	536,29	0,369	0,219	39,78	6,65	69,2	0,06	70,66	0	795,34	198,42	0,003	0	0,084
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,90	68,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№223 2005	СЪЕД	Запеканка творожная с яблоком сгущенным	150/40	28,44	21,15	30,15	420,29	0,002	0,012	0,018	0,023	6,203	0,004	0,91	0,002	4,749	8,332	0	0	0
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			870	43,94	30,13	108,81	884,57	0,23	0,248	58,493	1,739	207,317	0,024	53,974	0,002	265,549	202,454	0,015	0	0,239
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1410	72,61	40,45	190,74	1420,86	0,599	0,467	98,273	8,389	276,517	0,084	124,634	0,002	1060,889	400,874	0,018	0	0,323
День 9																				
№304 2005	ЗАВТРАК	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0	0,015
Акт прораб	ЗАВТРАК	Суфле рыбное	100	18,20	9,51	1,83	165,86	0,14	0,33	1,39	1,27	84,84	0,06	5,59	0,01	50,04	58,58	0,01	0,01	0,02
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
№396	ЗАВТРАК	Кисель ягодный	200	0,20	0,08	20,34	81,30	0	0	40	0,3	18,48	0	8,16	0	71,2	10,46	0	0	0,2
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			660	26,69	16,47	102,62	668,59	0,33	0,42	98,39	2,89	174	0,09	63,945	0,1	268,34	210,62	0,01	0,025	0,25
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной	200/12	4,20	4,46	8,64	91,56	0,003	0,003	0,847	0,07	2,492	0	1,002	0	12,615	2,357	0	0	0,002
Акт прораб	ОБЕД	Греча с курицей и овощами	200	19,50	22,34	48,08	477,86	0,28	0,16	5,74	4,32	39,52	0,02	4,92	0,08	60,4	22,08	0	0	0,02
№15 2005	ОБЕД	Сыр Российский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,018	0,016	0,054	0,11	12,496	0,004	4,333	0,011	10,548	16,691	0,002	0	0,009
№388 2005	ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	200	0,16	0,08	22,20	86,70	0	0,02	65	0,2	12,4	0,04	2,8	0	2,9	0,8	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			788	38,16	36,1	118	957,9	0,435	0,385	72,241	6,18	204,008	0,084	46,365	0,091	292,663	206,328	0,015	0	0,263
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1438	64,75	52,57	220,62	1626,49	0,765	0,805	170,631	9,07	378,008	0,174	110,3	0,191	561,003	416,948	0,025	0,025	0,513
День 10																				
Акт прораб	ЗАВТРАК	Сложный гарнир № 2	150	5,88	6,98	24,38	184,59	0,21	0,21	49,29	1,95	97,74	0,045	43,125	0,075	453,33	123,3	0,015	0	0,045
Акт прораб	ЗАВТРАК	Котлета любительская из сердца говяжьего	100	14,02	13,54	11,55	216,43	0,32	0,6	6,35	4,11	50,72	0,02	25,15	0,01	273,36	196,6	0,01	0,02	0,05
Гот.блюдо	ЗАВТРАК	Напиток кисло-молочный	250	1,00	0,02	12,50	130,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			580	26,63	22,35	84,15	714,22	0,645	0,849	55,64	7,56	168,46	0,065	88,875	0,085	802,09	399,8	0,028	0,02	0,107
№102- 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	148,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,498	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
Акт прораб	ОБЕД	Голубцы ленивые в сметане	200	18,06	17,82	12,52	284,56	0,1	0,24	29,04	3,08	89,9	0,02	23,54	0	67,82	63	0	0	0,02
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
№685 2004	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0	0	0,1	0,86	15,12	0	6,56	0	25,24	8,24	0	0	0,32
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			920	35,98	28,9	96,96	801,88	0,339	0,476	87,207	5,703	297,118	0,04	80,775	0	353,833	263,51	0,013	0	0,374
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500	62,61	51,25	181,11	1516,1	0,984	1,325	142,847	13,263	465,678	0,105	169,65	0,085	1155,923	663,31	0,041	0,02	0,481
День 11																				
№223 2005	ЗАВТРАК	Запеканка творожная с яблоком сгущенным	150/40	28,44	21,15	30,15	420,29	0,002	0,012	0,018	0,023	6,203	0,004	0,91	0,002	4,749	8,332	0	0	0
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Булочка Витаминная	40	1,63	1,28	24,80	46,40	0,12	0,12	0,18	0,38	1,22	0	0,088	0	0,144	0,224	0	0	0
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			490	36,07	25,63	83,65	638,13	0,172	0,302	4,798	3,303	140,423	0,024	22,978	0,002	384,893	113,556	0,01	0	0,04
№97 2005	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	200/10	5,94	3,56	11,34	123,68	0,01	0,01	0,796	0,252	1,922	0,002	1,558	0	17,304	4,728	0	0	0,002
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	60	0,42	0,09	2,01	10,17	0,054	0,06	16,5	0,87	12,9	0,06	10,2	0	129,3	20,4	0	0	0,012
№265 2005	ОБЕД	Плов с говядиной	200	15,36	14,00	40,42	349,54	0,06	0,04	4,1	0,84	15,88	0,02	26,86	0,06	66,58	83,38	0	0	0,02
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Кондитерское изделие	35	2,62	4,13	26,22	131,60	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
гот.блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40																	

День 12																				
№143 2005	ЗАВТРАК	Рагу из овощей	200	4,90	14,44	23,04	243,78	0,16	0,18	28	1,44	102,12	0,04	33,98	0,1	250,44	105,2	0	0	0,04
№263 2005	ЗАВТРАК	Котлеты, шинцели из говядины	100	12,19	13,35	10,33	206,62	0,05	0	2	0,53	14,02	0	3,02	0	35,09	12,35	0	0	0,01
№687 2004	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	59,76	0	0	0,1	0,96	15,12	0	6,56	0	25,24	9,24	0	0	0,32
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			750	32,02	22,80	96,31	710,36	0,415	0,234	37,1	4,43	203,76	0,04	60,66	0,1	431,17	31,19	0,003	0	0,362
Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной																				
№96 2005	ОБЕД	сметаной	200/12/5	5,06	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№478 2004	ОБЕД	Запеканка картофельная с мясом	200	13,14	11,22	32,10	262,44	0,24	0,11	22,3	1,84	25,74	0,02	45,74	0,02	503,54	119,24	0	0	0,05
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	40	0,42	0,09	2,01	10,17	0,054	0,03	16,5	0,87	12,9	0,06	10,2	0	129,3	20,4	0	0	0,012
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
№15 2005	ОБЕД	Сыр Голландский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,018	0,016	0,054	0,11	12,496	0,004	4,333	0,011	10,548	16,691	0,002	0	0,009
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			648	31,92	27,15	107,09	614,13	0,467	0,423	43,578	7,115	202,696	0,104	101,842	0,031	1092,341	336,618	0,015	0	0,133
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1578	67,54	56,79	206,9	1572,49	0,882	0,657	130,678	11,595	406,356	0,144	182,502	0,131	1523,511	666,808	0,018	0	0,515
День 13																				
№309 2005	ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,18	36,63	207,90	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,165	0	0,075	0,57	0	0	0
Контр.порр.	ЗАВТРАК	Филе куриное в панировке	100	24,87	10,04	0,47	191,63	0,01	0,04	0	0,26	8,6	0,03	1,27	0	14,03	19,42	0	0	0,01
№349 2005	ЗАВТРАК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	40	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	36,66	16,03	90,7	650,69	0,215	0,124	0	2,94	52,855	0,03	24,035	0	89,945	99,89	0,003	0	0,222
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№312 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,98	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
№229 2005	ОБЕД	Рыба тушеная с овощами	100/30	25,80	13,14	1,01	225,04	0,009	0,007	0,074	0,029	1,024	0,001	1,296	0,454	14,485	8,52	0,002	0,002	0,018
№388 2005	ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	200	0,16	0,08	22,20	86,70	0	0,02	65	0,2	12,4	0,04	2,8	0	2,9	0,8	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			920	40,82	25	104,95	811,24	0,427	0,293	141,929	3,425	146,818	0,061	86,12	0,474	600,105	240,762	0,027	0,002	0,297
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1450	77,48	41,03	195,65	1461,93	0,642	0,417	141,929	6,365	199,673	0,091	109,155	0,474	690,05	340,652	0,03	0,002	0,519
День 14																				
Акт порр.	ЗАВТРАК	Сложный гарнир № 3	150	4,59	6,58	27,49	188,60	0,195	0,165	30,15	1,88	75,87	0,045	42,48	0,105	369,99	117,555	0,015	0	0,045
№272	ЗАВТРАК	Биточек Школьный	100	11,88	8,88	5,62	148,20	0,11	0,12	1,98	0,87	25,07	0,04	12,76	3,62	142,31	95,7	0,02	0,02	0,16
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	40	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	23,2	17,27	89,03	604,44	0,44	0,344	36,13	6,85	134,94	0,085	83,84	3,725	827,7	307,155	0,038	0,02	0,237
№102 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	148,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,498	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
№171 2005	ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,94	5,98	40,21	250,72	0,3	0,15	0	4,755	17,16	0,015	0,135	0,06	1,545	1,875	0	0	0
Акт порр.	ОБЕД	Гуляш из курицы	100	12,16	16,50	14,29	259,95	0,02	0,02	1,32	0,19	8,4	0	1,62	0	17,59	6,55	0	0	0
№396	ОБЕД	Кисель ягодный	200	0,20	0,08	20,34	81,30	0	0	40	0,3	18,46	0	8,16	0	71,2	10,46	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			970	39,02	33,62	144,26	1060,53	0,559	0,406	99,387	7,008	236,118	0,035	60,59	0,06	351,108	211,155	0,013	0	0,234
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1600	62,22	50,89	233,29	1654,97	0,999	0,75	135,517	13,858	371,058	0,12	144,43	3,785	1178,808	518,31	0,051	0,02	0,471

День 15																				
№304 2005	ЗАВТРАК	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
Акт прор.	ЗАВТРАК	Тефтели с овощами в соусе	100	9,79	14,51	6,46	196,66	0,05	0,1	13,41	0,6	76,88	0,04	13,64	0,06	71,71	54,85	0	0	0,04
№71 2005	ЗАВТРАК	Овощи сезонные	60	0,42	0,09	2,01	10,17	0,054	0,06	16,5	0,87	12,9	0,06	10,2	0	129,3	20,4	0	0	0,012
2005	ЗАВТРАК	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	109,76	0,02	0	4	0,96	7,12	0	3,6	0	111,92	4,4	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			590	19,94	22	112,12	724,22	0,284	0,229	33,91	4,5	125,6	0,13	75,235	0,15	444,43	243,13	0,003	0,015	0,094
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12	4,32	4,96	8,84	97,50	0,003	0,003	0,848	0,072	2,867	0	1,002	0	12,615	2,357	0	0	0,002
№478 2004	ОБЕД	Запеканка картофельная с мясом	200	13,14	11,22	32,10	282,44	0,24	0,14	22,3	1,84	25,74	0,02	45,74	0,02	503,54	119,24	0	0	0,06
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
261	ОБЕД	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			710	28,62	22,3	92	684,18	0,367	0,199	27,148	6,092	60,707	0,02	74,042	0,02	822,355	208,997	0,003	0	0,094
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1300	48,46	44,3	204,12	1408,4	0,651	0,428	61,058	10,592	186,307	0,15	149,277	0,17	1266,785	452,127	0,006	0,015	0,188
День 16																				
№183 2005	ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	9,04	5,78	35,06	228,70	0,22	0,28	1,82	2,84	181,14	0,04	20,12	0,08	204,66	128,76	0,02	0	0,06
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Кондитерское изделие	35	2,82	4,13	28,22	131,60	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Булочка Витаминная	40	1,63	1,28	24,80	46,40	0,12	0,12	0,18	0,38	1,22	0	0,068	0	0,144	0,224	0	0	0
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			475	19,09	17,69	95,48	526,7	0,448	0,728	4,6	3,77	429,36	0,04	24,738	0,08	236,304	151,134	0,02	0	0,06
№135 2004	ОБЕД	Суп овощной с говядиной и сметаной	200/12/5	4,62	7,70	9,22	125,26	0,001	0,001	0,177	0,011	0,502	0,001	0,257	0,001	2,391	0,763	0	0	0
№143 2005	ОБЕД	Рагу из овощей	200	4,90	14,44	23,04	243,78	0,16	0,18	28	1,44	102,12	0,04	33,98	0,1	250,44	105,2	0	0	0,04
№323 2016	ОБЕД	Биточек куриный	80	10,08	14,50	16,50	237,97	0,04	0	1,6	0,424	11,216	0	2,416	0	28,072	9,88	0	0	0,008
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
гот.блюдо	ОБЕД	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,6	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0	0,02
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			850	29,64	41,36	105,72	918,97	0,335	0,367	30,377	3,395	260,378	0,061	71,953	0,101	487,543	280,243	0,013	0	0,28
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1325	48,73	58,95	201,2	1445,67	0,783	1,095	34,977	7,165	689,738	0,101	96,691	0,181	723,847	431,377	0,033	0	0,34
День 17																				
№312 2005	ЗАВТРАК	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,98	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
Акт прораб	ЗАВТРАК	Суфле рыбное	100	18,20	9,51	1,83	165,86	0,14	0,33	1,39	1,27	84,84	0,06	5,59	0,01	50,04	58,58	0,01	0,01	0,02
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			730	29,95	17,32	101,91	689,68	0,585	0,614	81,37	7,34	232,06	0,08	94,65	0,03	872,8	306,3	0,033	0,01	0,112
№96 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и со сметаной	200/12/5	5,06	6,66	13,70	135,30	0,001	0,001	0,124	0,015	0,36	0	0,269	0	2,753	0,887	0	0	0
№223 2005	ОБЕД	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/40	28,44	21,15	30,15	420,29	0,002	0,012	0,018	0,023	6,203	0,004	0,91	0,002	4,749	8,332	0	0	0
261	ОБЕД	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№685 2004	ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0	0	0,1	0,86	15,12	0	6,56	0	25,24	8,24	0	0	0,32
№15 2005	ОБЕД	Сыр Российский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,018	0,016	0,054	0,11	12,498	0,004	4,333	0,011	10,548	16,691	0,002	0	0,009
гот.блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			828	48,68	38,43	104,43	957,93	0,215	0,11	57,296	2,538	104,779	0,008	47,872	0,013	154,49	133,05	0,005	0	0,341
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1558	78,63	55,75	206,34	1647,61	0,8	0,724	138,666	9,878	336,839	0,088	142,522	0,043	1027,29	439,35	0,038	0,01	0,453
День 18																				
Акт прор.	ЗАВТРАК	Соте овощное с курицей	200	13,00	20,52	18,48	316,14	0,12	0,14	83,86	1,68	42,38	0,08	19,98	0	334,58	42,42	0	0	0
№349 2005	ЗАВТРАК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,96	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
гот.блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос,банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			630	19,39	22,33	86,78	633,3	0,325	0,224	140,86	3,37	124,32	0,08	59,08	0	455,42	147,82	0,003	0	0,212
№102 2005	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и говядиной	200/12	7,14	6,36	15,64	148,56	0,015	0,005	0,467	0,133	2,498	0	0,875	0	9,573	2,37	0	0	0,002
№312 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,98	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
№234 2005	ОБЕД	Шницель рыбный из пицхи,трески	100	12,67	8,49	7,99	156,15	0,09	0,1	2,03	0,88	24,75	0,01	25,42	0	224,34	128,25	0,1	0	0,33
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,4													

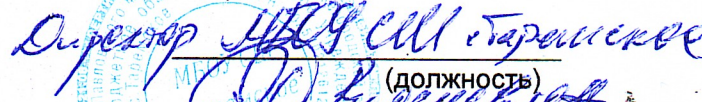
День 19																				
№304 2005	ЗАВТРАК	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
№268 2005	ЗАВТРАК	Котлеты, шницели из говядины	100	12,19	13,35	10,33	206,62	0,05	0	2	0,53	14,02	0	3,02	0	35,09	12,35	0	0	0,01
№396	ЗАВТРАК	Кисель ягодный	200	0,20	0,08	20,34	81,30	0	0	40	0,3	18,46	0	8,16	0	71,2	10,46	0	0	0,2
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	21,96	20,67	106,44	695,55	0,21	0,069	42	2,9	61,18	0,03	56,975	0,09	237,79	186,29	0,003	0,015	0,252
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	200/12	4,32	4,96	8,84	97,50	0,003	0,003	0,848	0,072	2,867	0	1,002	0	12,615	2,357	0	0	0,002
Акт прор.	ОБЕД	Голубцы ленивые в сметане	200	18,06	17,82	12,52	284,56	0,1	0,24	29,04	3,08	89,9	0,02	23,54	0	67,82	63	0	0	0,02
гот. блюдо	ОБЕД	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,6	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
гот. блюдо	ОБЕД	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			820	33,76	30,7	76,04	725,06	0,377	0,624	89,488	4,882	403,367	0,02	60,342	0	191,635	164,257	0,003	0	0,034
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1350	55,72	51,37	182,48	1420,61	0,587	0,693	131,488	7,782	464,547	0,05	119,317	0,09	429,425	350,547	0,006	0,015	0,286
День 20																				
№312 2005	ЗАВТРАК	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,98	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,06
Акт прор.	ЗАВТРАК	АЗУ из сердца говяжьего	100	13,56	7,84	6,25	144,78	0,32	0,62	7,94	4,19	17,43	0,02	22,98	0	258,46	179,98	0,01	0,02	0,04
Гот. блюдо	ЗАВТРАК	Напиток кисло-молочный	250	1,00	0,02	12,50	130,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,055	0,015	0	0,6	9,5	0	6,5	0	46	32,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			780	25,31	15,67	98,63	714,16	0,745	0,884	83,92	7,46	150,65	0,04	104,04	0,02	841,22	413,7	0,033	0,02	0,112
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	4,86	4,26	7,00	86,32	0,004	0,005	0,875	0,046	2,074	0	1,264	0	9,16	4,222	0,002	0	0,007
№309 2005	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,18	36,63	207,90	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,165	0	0,075	0,57	0	0	0
Акт прор.	ОБЕД	Тефтели с овощами в соусе	100	9,79	14,51	6,46	196,66	0,05	0,1	13,41	0,6	76,88	0,04	13,64	0,06	71,71	54,85	0	0	0,04
№15 2005	ОБЕД	Сыр Российский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,018	0,016	0,054	0,11	12,496	0,004	4,333	0,011	10,548	16,691	0,002	0	0,009
№342. № 343	ОБЕД	Компот ягодный	200	0,00	0,00	23,96	90,96	0	0	0	0,08	8,46	0	1,72	0	0,72	0	0	0	0,18
484	ОБЕД	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,044	0,012	0	0,48	7,6	0	5,2	0	36,8	26	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			738	29,95	28,97	104,63	796,62	0,266	0,202	14,339	3,356	134,825	0,044	40,422	0,071	158,413	149,733	0,007	0	0,248
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1518	55,26	44,64	203,26	1510,78	1,011	1,086	98,259	10,816	285,475	0,084	144,462	0,091	999,633	563,433	0,04	0,02	0,36
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			29100	958,61	977,83	4078,13	28426,96	15,311	17,481	965,166	155,824	12805,424	7,365	2652,902	0,642	13715,644	13008,203	0,854	0,224	33,85
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1455	47,9305	48,8915	203,9565	1421,348	0,76555	0,87405	48,2583	7,7912	640,2712	0,36825	132,6451	0,0271	685,7822	650,41015	0,0427	0,0112	1,6925
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				16,44	30,44	53,38	30568,96	0,2	0,23	26,76	2,56	108,21	0,1	34,71	0,1	256,88	128	0,01	0	0,11

Утверждаю:

Директор МУП «База общепита»

(должность)
Баринаова П.М.
(ФИО)
(дата)



Согласованно:

Директор МБОУ СШ «Тарасское»

(должность)
Киселев А.В.
(ФИО)
(дата)



Согласовании о питании

Организатор питания МУП «База общепита» разработало примерное 20 ти-дневное меню (завтрак,обед) для учащихся коррекционных классов с 7-11 лет для МБОУ СШ,МАОУ СШ, МБОУ ОШ г.Павлово и Павловского муниципального округа на основании СанПиН 2.3./2.4.3590-20 от 27.10.2020 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, издательство 2004г.,2005г., для возрастных групп с 1-4 класс с учетом выполнения норм питания на 60%.

Содержание (г.) белков 47,9 жиров 48,8 углеводов 203,9;Б :Ж:У1:1:4, энергетическая ценность(ккал) 1421,3.

Обеспечивает на 60,5 % от суточных физиологических потребностей детского организма.

Выхода порций,соответствуют рекомендуемым нормам.

Проведение витаминизации не предусмотрено.

В меню используется витаминизированный напиток,напиток из шиповника, витаминизированная булочка,свежие фрукты,йогурты обогащенные кальцием и витамином Д.

Предусмотрено исползование йодированной соли.

Рациональность,сбалансированность питания обеспечена.

Технологические карты по приготовлению блюд имеются.

Не содержит запрещенных блюд и продуктов;одноименных блюд,гарниров за 2 дня.

СООБЩАЕТ СанПиН 2.3./2.4.35.90-20 от 27.10.2020 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».