

Рацион: безмолочное

Период: ОСЕНЬ-зима

День: понедельник

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |            |              | Энерге-<br>тическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|------------|--------------|-------------------------------------|
|                           |                                                                                                               |              | Б                    | Ж          | У            |                                     |
| 1                         | 2                                                                                                             | 3            | 4                    | 5          | 6            | 7                                   |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                               |              |                      |            |              |                                     |
| ТТк19/4                   | Каша гречневая с<br>маслом растительным                                                                       | 160          | 11,9                 | 11,20      | 25,00        | 248,00                              |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                                 | 200          | 0,00                 | 0,00       | 10,00        | 40,00                               |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 40           | 3,30                 | 0,40       | 20,00        | 100,00                              |
| ТТК                       | Фрукты( яблоко)                                                                                               | 100          | 0,40                 | 0,40       | 9,8          | 47,00                               |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                               | <b>500</b>   | <b>15,6</b>          | <b>12</b>  | <b>64,8</b>  | <b>435</b>                          |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                               | <b>76,96</b> |                      |            |              |                                     |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                               |              |                      |            |              |                                     |
| С6 1983 № 234             | Суп картофельный с<br>лапшой домашней                                                                         | 200          | 4,70                 | 2,10       | 16,40        | 94,80                               |
| тк24 сгр                  | Биточки куриные с<br>томатным соусом<br>60/30                                                                 | 90           | 12,80                | 2,60       | 13,60        | 131,80                              |
| 1996сб табл4              | Каша Артек пшеничная<br>вязкая с маслом<br>растительным                                                       | 150          | 4,1                  | 3,30       | 25,00        | 146,60                              |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                                         | 200          | 0,20                 | 0,00       | 14,50        | 58,50                               |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 35           | 2,90                 | 0,30       | 17,50        | 87,50                               |
| ТТК                       | Хлеб пшенично-ржаной<br>"На здоровье" с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30       | 13,40        | 68,10                               |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                               | <b>705</b>   | <b>27</b>            | <b>8,6</b> | <b>100,4</b> | <b>587,3</b>                        |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                               | <b>86,07</b> |                      |            |              |                                     |

Рацион: безмолочное

День: вторник

Неделя: 1

| №<br>реп.                   | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |            | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|------------|--------------------------------|
|                             |                                                                                                   |              | Б                    | Ж           | У          |                                |
| 1                           | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5           | 6          | 7                              |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>    |                                                                                                   |              |                      |             |            |                                |
| 184 Партнер 2013            | Каша "манная" с маслом растительным без молока 190/10                                             | 200          | 5,20                 | 6,60        | 26,30      | 186,90                         |
| ткк                         | Фрукты( яблоко)                                                                                   | 100          | 0,40                 | 0,40        | 9,8        | 47,00                          |
| 294 Партнер, 2013           | Кисель плодово-ягодный                                                                            | 200          | 0,00                 | 0,00        | 20,00      | 76,00                          |
| ткк                         | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 40           | 3,30                 | 0,40        | 20,00      | 100,00                         |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                                                                   | <b>540</b>   | <b>9</b>             | <b>7</b>    | <b>76</b>  | <b>410</b>                     |
| <b>Стоимость завтрака</b>   |                                                                                                   | <b>76,96</b> |                      |             |            |                                |
| <b>Обед (2 смена)</b>       |                                                                                                   |              |                      |             |            |                                |
| №6 партнер 2013             | Салат из свежей капусты с морковью                                                                | 80           | 1,8                  | 4,10        | 9,00       | 79,20                          |
| Партнер 2013 №61            | Суп картофельный с рисовой крупой                                                                 | 200          | 2,10                 | 2,00        | 15,5       | 90,70                          |
| 204 партнер, 54 сб Онищенко | Макароны отварные с соусом Болоньезе 130/70                                                       | 200          | 15,10                | 15,90       | 45,60      | 291,20                         |
| 271 Партнер, 2013           | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00      | 40,00                          |
| ТТК                         | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 35           | 2,90                 | 0,30        | 17,50      | 87,50                          |
| ткк                         | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30        | 13,40      | 68,10                          |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                                                                   | <b>745</b>   | <b>24,2</b>          | <b>22,6</b> | <b>111</b> | <b>656,7</b>                   |
| <b>Стоимость обеда</b>      |                                                                                                   | <b>86,07</b> |                      |             |            |                                |

Рацион: безмолочное

День: среда

Неделя: 1

| №<br>реп.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж            | У            |                                     |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                                   |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |              |              |                                     |
| Ттк25/2сгр                | Фрикадельки куриные с соусом томатным 40/50                                                       | 90           | 7,14                 | 3,13         | 7,9          | 88,60                               |
| 133 Партнер 2013          | Картофельное пюре без молока с маслом растительным                                                | 170          | 3,60                 | 6,00         | 24,70        | 167,50                              |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 40,00                               |
| ттк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 40           | 3,30                 | 0,40         | 20,00        | 100,00                              |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>500</b>   | <b>14,04</b>         | <b>9,53</b>  | <b>62,60</b> | <b>396,10</b>                       |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>76,96</b> |                      |              |              |                                     |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |              |              |                                     |
| №25 партнер2013           | Салат из свеклы с маслом растительным                                                             | 90           | 1,20                 | 7,20         | 5,9          | 92,70                               |
| 63 Партнер 2013           | Суп картофельный с горохом и гречками190/10                                                       | 200          | 5,8                  | 4,40         | 23,30        | 132,80                              |
| 164 партнер2021           | Гречка по- купечески                                                                              | 150          | 8,80                 | 7,90         | 13,30        | 176,60                              |
| 282 Партнер 2013          | Компот из свежих яблок                                                                            | 200          | 0,09                 | 0,09         | 12,30        | 50,60                               |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 35           | 2,90                 | 0,30         | 17,50        | 87,50                               |
| ттк                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30         | 13,40        | 68,10                               |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>705</b>   | <b>21,09</b>         | <b>20,19</b> | <b>85,7</b>  | <b>608,3</b>                        |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>86,07</b> |                      |              |              |                                     |

Рацион: безмолочное

День: четверг

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                           |                                                                                                               |              | Б                    | Ж            | У            |                                   |
| 1                         | 2                                                                                                             | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                               |              |                      |              |              |                                   |
| №6 партнер2013            | Салат из свежей<br>капусты с морковью                                                                         | 100          | 2,3                  | 5,10         | 11,30        | 99,00                             |
| 204 партнер2013           | Макароны отварные с<br>маслом растительным                                                                    | 160          | 5,90                 | 4,60         | 38,40        | 220,40                            |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                                 | 200          | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 40,00                             |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 40           | 3,30                 | 0,40         | 20,00        | 100,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                               | <b>500</b>   | <b>11,5</b>          | <b>10,1</b>  | <b>79,7</b>  | <b>459,4</b>                      |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                               | <b>76,96</b> |                      |              |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                               |              |                      |              |              |                                   |
| Партнер 2013 №54          | Борщ из свежей<br>капусты без сметаны                                                                         | 200          | 1,50                 | 4,70         | 10,1         | 88,70                             |
| Ттк20/3                   | Котлеты куриные<br>"Наплетсы" с соусом<br>томатным40/50                                                       | 90           | 11,30                | 5,70         | 9,7          | 137,20                            |
| №464 сб1996               | Каша перловая вязкая<br>с маслом<br>растительным                                                              | 150          | 3,10                 | 4,20         | 21,70        | 136,60                            |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                                         | 200          | 0,20                 | 0,00         | 14,50        | 58,50                             |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 35           | 2,90                 | 0,30         | 17,50        | 87,50                             |
| ТТК                       | Хлеб пшенично-ржаной<br>"На здоровье" с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30         | 13,40        | 68,10                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                               | <b>705</b>   | <b>21,30</b>         | <b>15,20</b> | <b>86,90</b> | <b>576,60</b>                     |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                               | <b>86,07</b> |                      |              |              |                                   |

Рацион: безмолочное

День: пятница

Неделя: 1

| №<br>рец.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энерге-<br>тическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
|                           |                                                                                                               |              | Б                    | Ж           | У            |                                     |
| 1                         | 2                                                                                                             | 3            | 4                    | 5           | 6            | 7                                   |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                               |              |                      |             |              |                                     |
| тк22                      | Голубцы ленивые<br>Детские с соусом<br>томатным 60/30                                                         | 90           | 5,3                  | 5,00        | 6,00         | 90,00                               |
| №465 сб 1983              | Рис отварной с маслом<br>растительным                                                                         | 170          | 4,3                  | 6,10        | 45,30        | 254,30                              |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                                 | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00        | 40,00                               |
| ткк                       | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 40           | 3,30                 | 0,40        | 20,00        | 100,00                              |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                               | <b>500</b>   | <b>12,9</b>          | <b>11,5</b> | <b>81,3</b>  | <b>484,3</b>                        |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                               | <b>76,96</b> |                      |             |              |                                     |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                               |              |                      |             |              |                                     |
| 56 Партнер 2013           | Рассольник домашний<br>без сметаны                                                                            | 200          | 1,80                 | 4,30        | 11,80        | 94,20                               |
| тк21ср                    | Котлеты из говядины<br>люля-кебаб с томатным<br>соусом 60/30                                                  | 90           | 9,60                 | 10,60       | 7,20         | 162,80                              |
| 204 партнер2013           | Вермишель отварная с<br>маслом растительным                                                                   | 150          | 5,50                 | 4,30        | 36,00        | 206,60                              |
| 294 Партнер,2013          | Кисель плодово-<br>ягодный                                                                                    | 200          | 0,00                 | 0,00        | 20,00        | 76,00                               |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 35           | 2,90                 | 0,30        | 17,50        | 87,50                               |
| ткк                       | Хлеб пшенично-ржаной<br>"На здоровье" с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30        | 13,40        | 68,10                               |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                               | <b>705</b>   | <b>22,1</b>          | <b>19,8</b> | <b>105,9</b> | <b>695,2</b>                        |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                               | <b>86,07</b> |                      |             |              |                                     |

Рацион: безмолочное

День: понедельник  
Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж            | У            |                                |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                              |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |              |              |                                |
| тк24 сгр                  | Биточки куриные с томатным соусом 60/30                                                           | 90           | 12,80                | 2,60         | 13,60        | 131,80                         |
| 464 С6 1996               | Каша гречневая вязкая с маслом растительным                                                       | 170          | 5,30                 | 5,60         | 23,50        | 166,10                         |
| 274 партнер 2013          | Чай витаминизированный Витошка                                                                    | 200          | 0,08                 | 0,00         | 11,80        | 45,20                          |
| ткк                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 40           | 3,30                 | 0,40         | 20,00        | 100,00                         |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>500</b>   | <b>21,48</b>         | <b>8,60</b>  | <b>68,90</b> | <b>443,10</b>                  |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>76,96</b> |                      |              |              |                                |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |              |              |                                |
| 52 Партнер 2013           | Щи из свежей капусты без сметаны 195/5                                                            | 200          | 1,30                 | 4,05         | 6,70         | 68,10                          |
| тк21сгр                   | Котлеты мясные с томатным соусом 60/30                                                            | 90           | 9,70                 | 11,00        | 13,00        | 193,10                         |
| 1996сб табл4              | Каша Артек пшеничная вязкая с маслом растительным                                                 | 150          | 4,1                  | 3,30         | 25,00        | 146,60                         |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                             | 200          | 0,20                 | 0,00         | 14,50        | 58,50                          |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 35           | 2,90                 | 0,30         | 17,50        | 87,50                          |
| ткк                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30         | 13,40        | 68,10                          |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>705</b>   | <b>20,5</b>          | <b>18,95</b> | <b>90,1</b>  | <b>621,9</b>                   |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>86,07</b> |                      |              |              |                                |

Рацион: безмолочное

День: вторник

Неделя: 2

| №<br>реп.                   | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------------------|
|                             |                                                                                                               |              | Б                    | Ж            | У            |                                     |
| 1                           | 2                                                                                                             | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                                   |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>    |                                                                                                               |              |                      |              |              |                                     |
| №200 партнер2013            | Каша "Дружба" без<br>молока, с маслом<br>растительным                                                         | 200          | 4,70                 | 6,40         | 8,50         | 176,40                              |
| 271 Партнер, 2013           | Чай с сахаром                                                                                                 | 200          | 0,00                 | 0,00         | 10,00        | 40,00                               |
| тк                          | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 40           | 3,30                 | 0,40         | 20,00        | 100,00                              |
| тк                          | Фрукты( яблоко)                                                                                               | 100          | 0,40                 | 0,40         | 9,8          | 47,00                               |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                                                                               | <b>540</b>   | <b>8</b>             | <b>7</b>     | <b>48</b>    | <b>363</b>                          |
| <b>Стоимость завтрака</b>   |                                                                                                               | <b>76,96</b> |                      |              |              |                                     |
| <b>Обед (2 смена)</b>       |                                                                                                               |              |                      |              |              |                                     |
| №67 партнер2013             | Свекольник без<br>сметаны                                                                                     | 200          | 1,50                 | 3,60         | 10,5         | 80,10                               |
| 204 партнер, 54 сб Онищенко | Макароны отварные с<br>соусом<br>Баланьезе 130/70                                                             | 200          | 15,10                | 15,90        | 45,60        | 291,20                              |
| пром                        | Печенье в<br>ассортименте                                                                                     | 40           | 3,00                 | 3,8          | 28,0         | 162,8                               |
| 282 Партнер 2013            | Компот из свежих яблок                                                                                        | 200          | 0,09                 | 0,09         | 12,30        | 50,60                               |
| ТК                          | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 35           | 2,90                 | 0,30         | 17,50        | 87,50                               |
| тк                          | Хлеб пшенично-ржаной<br>"На здоровье" с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30         | 13,40        | 68,10                               |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                                                                               | <b>705</b>   | <b>24,89</b>         | <b>23,99</b> | <b>127,3</b> | <b>740,3</b>                        |
| <b>Стоимость обеда</b>      |                                                                                                               | <b>86,07</b> |                      |              |              |                                     |

Рацион: безмолочное

День: среда

Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |            |             | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|------------|-------------|--------------------------------|
|                           |                                                                                                   |              | Б                    | Ж          | У           |                                |
| 1                         | 2                                                                                                 | 3            | 4                    | 5          | 6           | 7                              |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                   |              |                      |            |             |                                |
| №84 партнер2015           | Тефтели (фишболы)рыбные с томатным соусом 60/30                                                   | 90           | 7,90                 | 2,00       | 11,00       | 92,30                          |
| 133 Партнер 2013          | Картофельное пюре без молока с маслом растительным                                                | 170          | 3,60                 | 6,00       | 24,70       | 167,50                         |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00       | 10,00       | 40,00                          |
| тتك                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 40           | 3,30                 | 0,40       | 20,00       | 100,00                         |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                   | <b>500</b>   | <b>14,8</b>          | <b>8,4</b> | <b>65,7</b> | <b>399,8</b>                   |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                   | <b>76,96</b> |                      |            |             |                                |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                   |              |                      |            |             |                                |
| тк №16 партнер2013        | Салат из моркови с сахаром,м/р                                                                    | 90           | 0,90                 | 4,10       | 13,1        | 90,00                          |
| 63 Партнер 2013           | Суп картофельный с горохом и гречками190/10                                                       | 200          | 5,8                  | 4,40       | 23,30       | 132,80                         |
| 164 партнер2021           | Гречка по- купчески                                                                               | 150          | 8,80                 | 7,90       | 13,30       | 176,60                         |
| 271 Партнер,2013          | Чай с сахаром                                                                                     | 200          | 0,00                 | 0,00       | 10,00       | 40,00                          |
| ТТК                       | Хлеб пшеничный с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания                     | 35           | 2,90                 | 0,30       | 17,50       | 87,50                          |
| тتك                       | Хлеб пшенично-ржаной "На здоровье" с витаминноминеральной смесью «Валетек-8» для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30       | 13,40       | 68,10                          |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                   | <b>705</b>   | <b>20,7</b>          | <b>17</b>  | <b>90,6</b> | <b>595</b>                     |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                   | <b>86,07</b> |                      |            |             |                                |

Рацион: безмолочное

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>рец.                 | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |             | Энергетическая<br>ценность (кка. |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------------|-------------|----------------------------------|
|                           |                                                                                                               |              | Б                    | Ж           | У           |                                  |
| 1                         | 2                                                                                                             | 3            | 4                    | 5           | 6           | 7                                |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>  |                                                                                                               |              |                      |             |             |                                  |
| Партнер 2013 №54          | Борщ из свежей<br>капусты без сметаны                                                                         | 220          | 1,50                 | 2,50        | 11,0        | 97,20                            |
| 271 Партнер, 2013         | Чай с сахаром                                                                                                 | 200          | 0,00                 | 0,00        | 10,00       | 40,00                            |
| пром                      | Печенье в<br>ассортименте                                                                                     | 40           | 3,00                 | 4,5         | 28,3        | 164,5                            |
| тк                        | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 40           | 3,30                 | 0,40        | 20,00       | 100,00                           |
| тк                        | Сыр порционно                                                                                                 | 10           | 2,60                 | 2,70        | 0,0         | 38,20                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                               | <b>510</b>   | <b>10,4</b>          | <b>10,1</b> | <b>69,3</b> | <b>439,9</b>                     |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                                                               | <b>76,96</b> |                      |             |             |                                  |
| <b>Обед (2 смена)</b>     |                                                                                                               |              |                      |             |             |                                  |
| №59 партнер2013           | Суп картофельный с<br>вермишелью                                                                              | 200          | 2,10                 | 2,00        | 15,1        | 89,30                            |
| №159 партнер2021          | Картофель и овощи<br>тушеные с куриным<br>фаршем                                                              | 150          | 9,00                 | 9,50        | 15,00       | 182,00                           |
| 281 Партнер 2013          | Компот из сухофруктов                                                                                         | 200          | 0,20                 | 0,00        | 14,50       | 58,50                            |
| тк                        | Фрукты( яблоко)                                                                                               | 100          | 0,40                 | 0,40        | 9,8         | 47,00                            |
| ТК                        | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 35           | 2,90                 | 0,30        | 17,50       | 87,50                            |
| тк                        | Хлеб пшенично-ржаной<br>"На здоровье" с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30        | 13,40       | 68,10                            |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                               | <b>715</b>   | <b>16,9</b>          | <b>12,5</b> | <b>85,3</b> | <b>532,4</b>                     |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                                                               | <b>86,07</b> |                      |             |             |                                  |

Рацион: безмолочное

День: пятница

Неделя: 2

| №<br>рец.                      | Прием пищи,<br>наименование блюда                                                                             | Масса порции | Пищевые вещества (г) |               |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------|-----------------------------------|
|                                |                                                                                                               |              | Б                    | Ж             | У            |                                   |
| 1                              | 2                                                                                                             | 3            | 4                    | 5             | 6            | 7                                 |
| <b>Завтрак (1 смена)</b>       |                                                                                                               |              |                      |               |              |                                   |
| тк21ср                         | Котлеты из говядины<br>люля-кебаб с томатным<br>соусом 60/30                                                  | 90           | 9,60                 | 10,60         | 7,20         | 162,80                            |
| 204 партнер2013                | Вермишель отварная с<br>маслом растительным                                                                   | 170          | 5,50                 | 4,90          | 40,80        | 234,10                            |
| №273 партнер 2013              | Чай с лимоном,<br>сахаром                                                                                     | 200          | 0,20                 | 0,04          | 10,20        | 41,00                             |
| ткк                            | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 40           | 3,30                 | 0,40          | 20,00        | 100,00                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>        |                                                                                                               | <b>500</b>   | <b>18,6</b>          | <b>19,1</b>   | <b>76,7</b>  | <b>536,6</b>                      |
| <b>Стоимость завтрака</b>      |                                                                                                               | <b>76,96</b> |                      |               |              |                                   |
| <b>Обед (2 смена)</b>          |                                                                                                               |              |                      |               |              |                                   |
| 56 Партнер 2013                | Рассольник по<br>Ленинградски без<br>сметаны                                                                  | 200          | 1,60                 | 3,40          | 10,6         | 83,20                             |
| №22 ср                         | Биточки рыбные с<br>соусом томатным 60/30                                                                     | 90           | 9,60                 | 2,30          | 17,7         | 134,00                            |
| №465 сб 1983                   | Рис отварной с маслом<br>растительным                                                                         | 150          | 3,8                  | 5,40          | 40,00        | 224,40                            |
| 281 Партнер 2013               | Компот из сухофруктов                                                                                         | 200          | 0,20                 | 0,00          | 14,50        | 58,50                             |
| ТТК                            | Хлеб пшеничный с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания                        | 35           | 2,90                 | 0,30          | 17,50        | 87,50                             |
| ткк                            | Хлеб пшенично-ржаной<br>"На здоровье" с<br>витаминноминеральной<br>смесью «Валетек-8»<br>для детского питания | 30           | 2,30                 | 0,30          | 13,40        | 68,10                             |
| <b>Итого за Обед</b>           |                                                                                                               | <b>705</b>   | <b>20,4</b>          | <b>11,7</b>   | <b>113,7</b> | <b>655,7</b>                      |
| <b>Стоимость обеда</b>         |                                                                                                               | <b>86,07</b> |                      |               |              |                                   |
| <b>Итого за период завтрак</b> |                                                                                                               | <b>509</b>   | <b>13,662</b>        | <b>10,393</b> | <b>69,34</b> | <b>436,75</b>                     |
| <b>Итого за период обед</b>    |                                                                                                               | <b>710</b>   | <b>21,908</b>        | <b>17,053</b> | <b>99,69</b> | <b>626,94</b>                     |

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

*Важикова О.А.*



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Общепит-3»

«Общепит-3»

*Шорохова Е.Н.* Шорохова Е.Н.

**Примерное двухнедельное меню питания на весенний период  
для обучающихся (сахарный диабет)  
2025-2026 учебный год**