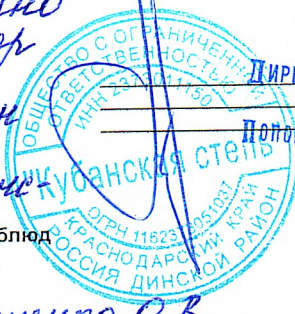


Министерство здравоохранения Российской Федерации  
 Министерство здравоохранения Краснодарского края  
 Детская поликлиника  
 ФБУЗ «Динская центральная  
 Детская поликлиника»  
 353200, Краснодарский край, Динский район, пос. Динское, 35  
 тел. факс: (8-863-22) 6-25-54

СОГЛАСОВАНО  
 (Ф.И.О.)  
 (дата)

Составлено  
 Директор  
 МБОУ ДПО  
 Детской р-н  
 СОШ № 6  
 им. К.В. Россина  
 кого

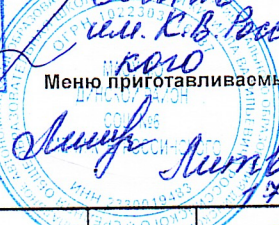


УТВЕРЖДАЮ  
 (должность)  
 (Ф.И.О.)  
 (дата)

ДИРЕКТОР  
 Попов С.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет завтрак б/лакт



Миниф Липвиченко С.В.  
 17.11.2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой) б/лактоз.	250	9,62	1,15	61,00	299,25	182
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338
	Кофейный напиток с молоком б/лактоз.	200	2,14	3,12	4,50	50	379
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>600</b>	<b>15,47</b>	<b>5,11</b>	<b>99,75</b>	<b>503,13</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>600</b>	<b>15,47</b>	<b>5,11</b>	<b>99,75</b>	<b>503,13</b>	
<b>День 2</b>							
ЗАВТРАК	Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	60	1,16	2,47	5,63	49,57	45
	Мясо отварное (говядина)	90	17,01	14,59	0,34	200,73	241
	Макаронные изделия отварные б/масла	100	3,85	0,46	24,40	119,7	202
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	0,20	3	377
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>26,26</b>	<b>18,06</b>	<b>59,85</b>	<b>501,24</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>510</b>	<b>26,26</b>	<b>18,06</b>	<b>59,85</b>	<b>501,24</b>	
<b>День 3</b>							
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры) 80гр	80	0,48	0,16	3,36	15,92	71/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	209
	Чай б/сахара	200	0,14	0,00	0,02	1,34	376
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>11,14</b>	<b>5,84</b>	<b>52,70</b>	<b>298,1</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>500</b>	<b>11,14</b>	<b>5,84</b>	<b>52,70</b>	<b>298,1</b>	
<b>День 4</b>							
ЗАВТРАК	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак)	100/40	8,02	8,45	4,54	125,93	229
	Рис отварной б/масла	150	3,78	0,54	39,96	179,82	304
	Какао с молоком б/лактоз.	200	3,88	3,10	5,10	71,56	382
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>600</b>	<b>19,39</b>	<b>12,93</b>	<b>83,85</b>	<b>531,19</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>600</b>	<b>19,39</b>	<b>12,93</b>	<b>83,85</b>	<b>531,19</b>	
<b>День 5</b>							
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)**	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249
	Картофель отварной	100	2,00	0,40	16,30	77	310
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>610</b>	<b>19,66</b>	<b>14,41</b>	<b>84,19</b>	<b>541,52</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>610</b>	<b>19,66</b>	<b>14,41</b>	<b>84,19</b>	<b>541,52</b>	
<b>День 6</b>							
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой б/лактоз.	220	8,43	4,86	40,66	232,8	173
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	0,20	3	377
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>13,61</b>	<b>5,54</b>	<b>80,10</b>	<b>406,84</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>500</b>	<b>13,61</b>	<b>5,54</b>	<b>80,10</b>	<b>406,84</b>	
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52
	Гренок из свинины	200	19,14	15,38	54,06	478,2	265
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>620</b>	<b>25,50</b>	<b>19,29</b>	<b>119,96</b>	<b>792,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>620</b>	<b>25,50</b>	<b>19,29</b>	<b>119,96</b>	<b>792,39</b>	

День 8							
ЗАВТРАК	Птица отварная	100	30,95	2,50	0,83	149,48	288
	Рагу из овощей б/лактоз,	150	1,89	2,97	11,31	80,34	143
	Какао с молоком б/лактоз,	200	3,88	3,10	5,10	71,56	382
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	41,29	9,18	51,50	451,02	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		520	41,29	9,18	51,50	451,02	
День 9							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный б/лактоз,	150	15,14	17,29	2,79	224,66	210
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	0,20	3	377
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H
	Фрукты св, (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	18,09	17,89	56,74	458,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		520	18,09	17,89	56,74	458,74	
День 10							
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	71/1
	Котлеты домашние (свин/говяж) б/масла	100	15,56	16,25	13,03	256,07	271
	Каша рассыпчатая (пшеничная)	100	5,03	0,44	27,96	128,7	171
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	0,20	3	377
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	25,66	17,42	77,97	549,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		530	25,66	17,42	77,97	549,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		5510	216,07	125,67	766,61	5033,52	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		551	21,61	12,57	76,66	503,35	

