Согласовал:

И. о. директора МОУ "СОШ № 7"

MOY Е.С. Андреева с 01 сентября 2025 года

Утверждаю: Директор ООО "Рацион питания"

Т.Г. Копцева

Примерное рекомендованное меню, для организованного питания учащихся с ограниченными возможностями здоровья в школах.

Рацион: Школа 1-4 класс (ОВЗ)		Неделя:	1	День: первый				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº	
			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептурь	
Завтрак	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчёт по рису)	210	7,1	9	28	264,0	174	
	Какао с молоком и витвминами "Витошка"	200	3,9	3,1	25,16	145	502	
	Блинчики со сгущённым молоком	90	9,3	8	28,5	241,3	523	
Итого за Зав	того за Завтрак		20,3	20,1	81,66	650,3		
	Суп из овощей	200	5,3	9,5	22,9	148	99	
Обед	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	_ 433	
	Зразы Школьные	90	12,6	12,3	20,8	242,1	101	
	Макаронные изделия отварные (гарнир)	120	4,4	3,6	29,12	142,7	309	
	Свекла отварная	30	0,45	0,06	5,19	29,2	315_	
	Сок фруктовый(по яблочному)	200	1,00	0,00	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108	
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98_	0,36	10,02	52,2	109	
Итого за Обед		710	28,25	27,56	123,35	785,25		
Итого за день			48,55	47,66	205,01	1435,55		

Рацион: Школа 1-4 класс (ОВЗ) Неделя: 1 День: второй

Рацион. школа 1-4 класс (ОВЗ)		педеля.	1	день, втором				
_	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº	
Прием пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
Завтрак	Творожно-яблочная запеканка со сгущённым молоком	200	10,6	14,2	28,6	248,0	223	
	Чай с лимоном	200	0,53	0,0	9,87	41,6	377	
	Сдоба обыкновенная	100	7,8	4,72	47,1	262,0	421	
Итого за Завтрак		500	18,93	18,92	85,57	551,6		
Обед	Суп картофельный с клецками курой и сметаной	230	6,6	7,4	27,9	170,3	108	
	Биточки рыбные	90	11,2	8,1	14,5	268,5	324	
	Пюре картофельное	120	3,0	8,6	20,4	155,8	312	
	Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному)	30	0,24	0,03	0,51	3,0	70,71	
	Компот из изюма	200	0,70	0,09	30	122,2	348	
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108	
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109	
Итого за Обед		730	25,97	24,8	118,16	842,5		
Итого за день			33,77	29,54	165,26	1104,5		

Энерге-Пищевые вещества Nº тическая Прием пищи Наименование блюда Вес блюда рецептуры ценность Белки Жиры Углеводы Каша вязкая молочная с маслом сливочным 10,00 286,0 174 210 7,31 39,2 (расчёт по ячневой крупе) Завтрак Кофейный напиток с молоком 200 5,2 2,68 15,9 100,6 379 Бутерброд "Пикантный" на батоне 80 5,8 7,8 21 225,4 26 Яблоки свежие 100 0,4 9,8 47,0 338 0,4 Итого за Завтрак 1 590 18,71 20,88 85,9 659 92 15,0 Щи из свежей капусты с картофелем 200 6 9 111 1,5 0,32 15.75 433 Сметана к супу 0,24 10 10,71 17,6 225,9 54-23м Биточки из мяса птицы 90 14,4 Рис отварной 120 3,0 4,32 29,4 175,4 304 Обед 30 463 Маринад овощной с томатом 0,6 2,73 3 37,68 Напиток с витаминами "Витошка" 200 0 29 80 507 0 2,28 0,24 14,8 70,5 108 Хлеб пшеничный обогащенный 30 Хлеб ржаной обогащенный 30 1,98 0,36 10.02 52.2 109 710 28,46 28,86 119,05 768,47

Неделя: 1

Рацион: Школа 1-4 класс (ОВЗ)

Итого за Обед

Итого за день

Рацион: Школа 1-4 класс (ОВЗ)

Неделя: 1

47,17

День: четвёртый

1427,47

204.95

49.74

День: третий

Памам амим	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
Прием пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецелтуры
2	Фрикадельки из бройлеров-цыплят. Москва	90	9,8	8	10,62	219,3	297
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	5	10,3	25,6	241	204
Завтрак	Чай с лимоном	200	0,53	0,0	9,87	41,6	377
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Итого за Завт	грак	500	19,59	18,9	70,9	624,6	
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,2	4,0	23,12	117,1	102
	Гренки для супа	20	2,0	2,52	15	75	170
	Запеканка картофельная с мясом	200	12	17,9	35,74	358,3	226
Обед	Икра свекольная	30	0,6	0,2	4,2	33,6	75
	Компот из смеси плодово-ягодной с/з	200	0,1	0,1	10,9	65	492
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14.8	70.5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Итого за Обе	<u> </u>	710	24,16	25,32	113,78	771.7	
Итого за дені	<u> </u>		43.75	44,22	184,65	1396,3	
	ла 1-4 класс (ОВЗ)	Неделя:			День:		
						_	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	жиры Жиры	ества Углеводы	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
	Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену)	210	7,51	9	37,05	285	182
	(расчет по пшену) Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	10,1	35	54-5ги
Зартрак	Батон	35	3	1,16	20,6	104,4	576
Завтрак	Масло сливочное	10	0,8	7,25	0,13	66,1	79
		10					15
	Сыр порциями Яблоки свежие	100	5,5 0.4	3,42 0.4	8,0 9,8	54,0 47,0	338
			- 1	· · · -			330_
Итого за Завт		565	17,51	21,83	85,68	591,5	
	Борщ из свежей капусты с картофелем и мясом	210	4,0	5,7	9,33	101,4	82
	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	433
	Гуляш из мяса свинины	100	13,0	15,6	27,0	262,0	260
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	120	7,2	5,67_	29,6	195,2	302
-	Морковь отварная	30	0,0	0,78	2,0	15,0	315
	Напиток лимонный	200	0,00	0,0	25,0	94,0	303
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Итого за Обе,	Д	730	28,7	29,9	118,1	806,1	
Итого за дені	b		46,21	51,68	203,75	1397,56	
						первый	
	ла 1-4 класс (ОВЗ)	Неделя:	2		день:	HEABOIN	
	ла 1-4 класс (ОВЗ)	Неделя:		IERLIE REIII		,	
	ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда	Неделя: Вес блюда		жиры		Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
Рацион: Шко Прием пищи	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным		Пиц	· · · · ·	ества	Энерге- тическая	1
Рацион: Шко	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену)	Вес блюда	Пиц Белки 7,51	Жи ры 9	Углеводы 37,05	Энерге- тическая ценность	рецептуры
Рацион: Шко Прием пищи	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка"	Вес блюда 210 200	Пиц Белки 7,51 3,9	Жиры 9 3,1	Углеводы 37,05 25,16	Энерге- тическая ценность 285 145	рецептуры 182 502
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком	Вес блюда 210 200 90	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3	Жиры 9 3,1 8	Углеводы 37,05 25,16 28,5	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3	рецептуры 182
Рацион: Шко Прием пищи	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком	Вес блюда 210 200 90 500	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71	Жиры 9 3,1 8 20,1	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3	рецептуры 182 502 523
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой	Вес блюда 210 200 90 500 200	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0	рецептуры 182 502 523 288
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу	Вес блюда 210 200 90 500 200 10	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75	182 502 523 288 433
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7	182 502 523 288 433 280
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0	182 502 523 288 433 280 302 315
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка".	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0	182 502 523 288 433 280 302 315 507
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5	182 502 523 288 433 280 302 315 507 108
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 30 30	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2	182 502 523 288 433 280 302 315 507
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35	182 502 523 288 433 280 302 315 507 108
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65	182 502 523 288 433 280 302 315 507 108
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 30 30	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35	182 502 523 288 433 280 302 315 507 108
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День:	Энерге- тическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за дені Рацион: Шко	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д ь ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя:	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День:	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д ь ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден Рацион: Шко	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д ь ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д в ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры Жиры 8 1,6 0,00	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден Рацион: Шко	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Д В раз 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном Батон	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200 35	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53 3	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры 8 1,6 0,00 1,16	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87 20,6	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6 104,4	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377 576
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден Рацион: Шко	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д в ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200 35 125	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры 8 1,6 0,00 1,16 6	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87 20,6 20,8	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6 104,4 116	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д в ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном Батон Иогурт грак	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200 35	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53 3	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры 8 1,6 0,00 1,16	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87 20,6	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6 104,4 116 484,8	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377 576
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за дені Рацион: Шко	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Д В Ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном Батон Иогурт	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200 35 125	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53 3 7	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры 8 1,6 0,00 1,16 6	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87 20,6 20,8	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6 104,4 116	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377 576
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за ден Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д в ла 1-4 класс (ОВЗ) Наименование блюда Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном Батон Иогурт грак	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200 35 125 510	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53 3 7 16,63	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры 8 1,6 0,00 1,16 6 16,76	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87 20,6 20,8 82,27	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6 104,4 116 484,8	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377 576 Пр
Рацион: Шко Прием пищи Завтрак Итого за Завт Обед Итого за Обе Итого за дені Рацион: Шко Прием пищи Завтрак	Наименование блюда Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком грак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе Каша гречневая рассыпчатая Свекла отварная Напиток с витаминами "Витошка". Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный д ь ла 1-4 класс (ОВЗ) Макароны, запечённые с сыром Маринад овощной с томатом Чай с лимоном Батон Иогурт трак Уха с крупой	Вес блюда 210 200 90 500 200 10 140 120 30 200 30 760 Неделя: Вес блюда 100 50 200 35 125 510 200	Пиц Белки 7,51 3,9 9,3 20,71 4,8 0,24 11,4 7,2 0 0 2,28 1,98 27,9 48,6 2 Пиц Белки 5,1 1 0,53 3 7 16,63 5,9	Жиры 9 3,1 8 20,1 6,64 1,5 12,9 5,67 0,6 0 0,24 0,36 27,91 48,01 Жиры 8 1,6 0,00 1,16 6 16,76 4	Углеводы 37,05 25,16 28,5 90,71 6,4 0,32 29,1 29,6 5,0 20,5 14,8 10,02 115,76 206,47 День: ества Углеводы 26 5 9,87 20,6 20,8 82,27 8	Энергетическая ценность 285 145 241,3 671,3 164,0 15,75 239,7 195,2 29,0 80,0 70,5 52,2 846,35 1517,65 второй Энергетическая ценность 160 62,8 41,6 104,4 116 484,8 73	рецептуры 182 502 523 288 433 280 302 315 507 108 109 № рецептуры 261 463 377 576 Пр

	Напиток лимонный	200	0	0	25,00	94,00	303
/	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108
/	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Итого за Обед		700	23,91	23,3	104,47	692,75	
Итого за день			40,54	40,06	186,74	1177,55	
Рацион: Шко	ла 1-4 класс (ОВЗ)	Неделя:	2		День:	третий	
·-				цевые веще	CTRO	Энерге-	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	№ рецептуры
	Омлет натуральный	100	12	13	16	223	210
	Цветная капуста отварная	50	0.7	2,7	3,7	40	463
Завтрак	Чай с облепихой и сахаром	200		0.6	10.1	35	54-5ги
	<u> </u>		0,3	<u> </u>			
	Батон	35	3	1,16	20,6	104,4	576
	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338
Итого за Завт		535	16,6	18,1	65,1	472,9	000
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	6	9	15,0	111	92
	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	433
	Плов	200	14,4	16,4	39	386	265
Обед	Икра свекольная	30	0,7	0,03	6,86	55,6_	75
	Компот из изюма	200	0,70	0,09	30,0	122,2	348
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Итого за Обе,		700	26,3_	27,62	116	813,25	_
Итого за день		_	42,9	45,68	181,1	1286,2	
Рацион: Шко	ла 1-4 класс (ОВЗ)	Неделя:	2		День:	четвёртый	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пиц	тевне веще		Энерге- тическая	№ рецептуры
1			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	родонтуры
	Котлета Детская	90	7,5	9,5	12,9	203	50
	Пюре картофельное	130	3,06	5,8	20,42	137,4	312
	Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт	00				2.0	70
Завтрак	по огурцу солёному)	20	0,16	0,024	0,34	2,0	70
•	Чай с лимоном	200	0,53	0,00	9,87	41,6	377
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	109
Итого за Завт		500	15,51	15,92	68,31	506,7	
	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	2	3,12	8,8	92,0	82
	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	433
	Тефтели "Ёжики" в соусе	140	10	13	26,0	221,0	390
	Макаронные изделия отварные (гарнир)	120	5	3,6	21,12	134,72	309
Обед	Маринад овощной с томатом	30	1	2,73	2,69	37,68	463
	Сок фруктовый(по яблочному)	200	1,00	0,00	20,2	84,8	389
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,36	10.02	52,2	109
Итого за Обе		760	23,5	24,55	103,95	708,66	103_
		700	39,01	40,474	172,26	1215,36	
Итого за дені	рла 1-4 класс (OB3)	Непепа:		40,474		пятый	
гацион. шко	ma 14 mace (OBS)	Неделя:				Энерге-	Nº
		1	I LIND	цевые вещ			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	щевые вещі Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Прием пищи	Каша вязкая молочная с маслом сливочным	Вес блюда 210		· ·	Углеводы 28,0		рецептуры 174
Прием пищи	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису)		Белки 7,1	Жиры	28,0	ценность	
	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком	210	Белки	Жиры 9 2,7	-	ценность 264,0	174
	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом	210	Белки 7,1 5,2 3	Жиры 9 2,7 4,8	28,0 15,9 25	ценность 264,0 100,6 162	174 379
Завтрак	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее	210 200 60 100	5,2 3 0,4	Жиры 9 2,7 4,8 0,4	28,0 15,9 25 9,8	264,0 100,6 162 47,0	174 379 410
	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее	210 200 60 100 570	5,2 3 0,4 15,7	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9	28,0 15,9 25 9,8 78,7	264,0 100,6 162 47,0 573,6	174 379 410
Завтрак	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми	210 200 60 100	5,2 3 0,4 15,7 5,2	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0	28,0 15,9 25 9,8	264,0 100,6 162 47,0	174 379 410 338
Завтрак	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа	210 200 60 100 570 200	7,1 5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12	264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1	174 379 410 338
Завтрак Итого за Зав	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе)	210 200 60 100 570 200 20 90	5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0	ценность 264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181	174 379 410 338 102 170
Завтрак	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное	210 200 60 100 570 200 20 90 120	5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9	ценность 264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8	174 379 410 338 102 170 45 312
Завтрак Итого за Зав	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное Салат из квашеной капусты	210 200 60 100 570 200 20 90 120 30	5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0 1,00	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6 3,9	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9 20,4 3,0	264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8 28,0	174 379 410 338 102 170 45 312 45
Завтрак Итого за Зав	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное Салат из квашеной капусты Напиток из плодов шиповника	210 200 60 100 570 200 20 90 120 30 200	5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0 1,00	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6 3,9 0,28	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9 20,4 3,0 21,0	264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8 28,0 88,0	174 379 410 338 102 170 45 312 45 388
Завтрак Итого за Зав	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное Салат из квашеной капусты Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный	210 200 60 100 570 200 20 90 120 30 200 30	Белки 7,1 5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0 1,00 1,00 2,28	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6 3,9 0,28 0,24	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9 20,4 3,0 21,0 14,8	264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8 28,0 88,0 70,5	174 379 410 338 102 170 45 312 45 388 108
Завтрак Итого за Зав Обед	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное Салат из квашеной капусты Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный	210 200 60 100 570 200 20 90 120 30 200 30 30	Белки 7,1 5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0 1,00 1,00 2,28 1,98	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6 3,9 0,28 0,24 0,36	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9 20,4 3,0 21,0 14,8 10,02	264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8 28,0 88,0 70,5 52,2	174 379 410 338 102 170 45 312 45 388
Завтрак Итого за Зав Обед Итого за Обе	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное Салат из квашеной капусты Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный	210 200 60 100 570 200 20 90 120 30 200 30	Белки 7,1 5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0 1,00 1,00 2,28 1,98 23,7	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6 3,9 0,28 0,24 0,36 24,9	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9 20,4 3,0 21,0 14,8 10,02 116,3	ценность 264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8 28,0 88,0 70,5 52,2 767,6	174 379 410 338 102 170 45 312 45 388 108
Завтрак Итого за Зав Обед	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчет по рису) Кофейный напиток с молоком Ватрушка с творогом Яблоко свежее трак Суп картофельный с бобовыми Гренки для супа Котлета рыбная (расчет по Дружбе) Пюре картофельное Салат из квашеной капусты Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	210 200 60 100 570 200 20 90 120 30 200 30 30	Белки 7,1 5,2 3 0,4 15,7 5,2 2,00 7,2 3,0 1,00 1,00 2,28 1,98	Жиры 9 2,7 4,8 0,4 16,9 4,0 2,52 5 8,6 3,9 0,28 0,24 0,36	28,0 15,9 25 9,8 78,7 23,12 15,0 9 20,4 3,0 21,0 14,8 10,02	264,0 100,6 162 47,0 573,6 117,1 75,0 181 155,8 28,0 88,0 70,5 52,2	174 379 410 338 102 170 45 312 45 388 108

Составил технолог ООО "Рацион питания" ______ Е.В. Толстых