Согласовал

И о директора МОУ "СОШ № 7"

\_\_ Е.С. Андреева

с 01 сентября 2025 года

Утверждаю: Директор ООО "Рацион питания"

"Рацион **С. Копцева** питания

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

Рацион: Ш	Рацион: Школа 5-11 класс (ОВЗ)		1	100		первый	
Прием	Hannana Sana	D 6		Энерге-	1 112 1		
пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
_	Каша вязкая молочная с маслом сливочным (расчёт по рису)	260	8,7	11,1	34,7	213,2	174
Завтрак	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 З	<b>Итого за Завтрак</b>		21,9	22,2	88,36	599,5	
	Суп из овощей с мясом	265	6	11	28	179	99
	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	433
	Зразы Школьные	100	10,0	11	18	209,0	101
Обед	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,4	168,4	309
ООЕД	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 О	бед	815	27,45	28,66	122,93	808,85	
Итого за д	ень		49,35	50,9	211,29	1408,35	-

Рацион: Школа 5-11 класс (ОВЗ)		Неделя:	1	День: второй				
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые веще		ества	Энерге- тическая	Nº	
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	
Завтрак	Творожно-яблочная запеканка со сгущённым молоком	250	13,2	17,8	35,75	310	223	
Завірак	Чай с лимоном	200	0,53	0,0	9,87	41,6	377	
	Сдоба обыкновенная	100	7,8	4,72	47,1	262	421	
Итого за За	автрак	550	21,53	22,52	92,72	613,6		
	Суп картофельный с клецками, курой и сметаной	275	7,0	9	33,0	200,0	108	
	Биточки рыбные	100	12	9,0	16,1	298,3	324	
i e	Пюре картофельное	150	3,7	6	20,0	114	312	
Обед	Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному)	30	0,4	0,06	0,85	5,0	70	
	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 О	бед	815	28,03	24,8	124,77	862,2		
Итого за д	ень		49,56	47,27	217,49	1475,8		

Рацион: Школа 5-11 класс (ОВЗ)		Неделя:	1		День:	третий	
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Вес блюда	щевые вещ	ества	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
пищи	<u>"</u>		Белки	Жиры	Углеводы		
	Каша вязкая молочная с маслом сливочным	210	7,31	10,0	39,2	286.0	174
	(расчёт по ячневой крупе)	210	7,31	10,0	39,2	200,0	174
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	0,4	9,8	47,0	338
Итого за З	автрак	590	18,71	20,88	85,9	659	
	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	265	6,3	8,1	21	143,6	88
	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	433
	Биточки из мяса птицы	100	16,0	12,9	19,5	251	54-23м
Обед	Рис отварной	150	3,7	5,4	36,7	219,3	304
ООСД	Маринад овощной с томатом	30	0,6	2,73	3,0	37,68	463
	Напиток с витаминами "Витошка".	200	0	0	29,0	80,0	507
	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 О	бед	815	31,1	31,2	134,3	870,0	
Итого за д	ень		49,76	52,11	220,24	1529,03	

Рацион: Школа 5-11 класс (ОВЗ)

Неделя: 1

День: четвёртый

Прием			Пиц	цевые вещ	ества	Энерге-	Nº
пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
	Фрикадельки в соусе	140	11	12	29	240	280
	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 За	т <u> </u>	550	20,79	22,9	89,25	645,3	
	Суп картофельный с бобовыми и мясом	265	6,4	8,0	28,5	144,3	102
	Гренки для супа	20	2	2,52	15	75	170
	Запеканка картофельная с мясом	230	17	21	42	421	226
Обед	Икра свекольная	50	1	0,3	7	56	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 О	бед	825	30,76	32,52	128,22	884	
Итого за де			51,55	55,42	217,47	1529,3	
Рацион: Ш	кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя:	1		День:	пятый	
Прием	Неименование быста	Pag Salara	Пиц	цевые вещ	ества	Энерге-	Nº
пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептурь
	Каша молочная вязкая с маслом сливочным					ценность	
	(расчет по пшену)	210	7,51	9	37,05	285	182
	Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	10,1	35	54-5ги
Завтрак	Батон	35	3	1,16	20,6	104,4	576
	Масло сливочное	10	0,5	4,8	0,09	44,1	79
	Сыр порциями	10	5,5	3,42	8,0	54,0	15
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за За	<del></del>	565	17,21	19,38	85,64	569,5	
	Борщ из свежей капусты с картофелем и мясом	265	_ 5	7	11,5	125	82
	Сметана к супу	10	0,24	1,5	0,32	15,75	433
	Гуляш из мяса свинины	100	13	15,6	27	262	260
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7,09	37	244	302
	Морковь отварная Напиток лимонный	30 200	0	0,78 0	2 25	15 94	315 303
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	14,8	70,5	108
	Хлеб ржаной обогащенный	30	1,98	0,24	10,02	52,2	109
							103
Итого за О	бел	1 800 I	31.5	I 32.6	I 127.6	1 878.5	
Итого за О		800	31,5 48.71	32,6 52,0	127,6 213.3	878,5 1448.0	
Итого за де		800 Неделя:	48,71	32,6 52,0	213,3	878,5 1448,0 шестой	
Итого за де Рацион: Ш	ень	Неделя:	48,71 1	52,0	213,3 День:	1448,0	No
Итого за де Рацион: Ш Прием	ень		48,71 1 Пи	52,0 цевые вещ	213,3 <b>День</b> : ества	1448,0 шестой	Nº
Итого за де Рацион: Ш	ень кола 5-11 класс (ОВЗ) Наименование блюда	<b>Неделя:</b> Вес блюда	48,71 1 Пиц Белки	52,0 цевые вещ Жиры	213,3 <b>День</b> : ества Углеводы	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность	рецептурь
Итого за де Рацион: Ш Прием	ень кола 5-11 класс (ОВЗ) Наименование блюда Суп молочный с макаронными изделиями	<b>Неделя:</b> Вес блюда 250	48,71 1 Пиц Белки 7,5	52,0 цевые вещ Жиры 3,75	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0	рецептурь 120
Итого за де Рацион: Ш Прием	ень кола 5-11 класс (ОВЗ) Наименование блюда Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном	Неделя: Вес блюда 250 200	48,71 1 Пиц Белки 7,5 0,53	52,0 цевые вещ Жиры 3,75 0,0	213,3 День: ества Углеводы 29,0 9,87	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6	рецептурь 120 377
Итого за де Рацион: Ш Прием	ень кола 5-11 класс (ОВЗ) Наименование блюда Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон	Неделя: Вес блюда 250 200 35	48,71 1 Пиц Белки 7,5 0,53 3,0	52,0 щевые вещ Жиры 3,75 0,0 1,16	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4	рецептурь 120 377 576
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи	ень кола 5-11 класс (ОВЗ) Наименование блюда Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями	Неделя: Вес блюда 250 200 35 10	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5	52,0 щевые вещ Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54	рецептурь 120 377 576 15
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи	ень кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное	Неделя: Вес блюда 250 200 35 10 20	48,71 1 Пиц Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24	52,0 щевые вещ Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3	рецептуры 120 377 576 15 79
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Нь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт	Неделя: Вес блюда 250 200 35 10 20 100	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1	52,0 щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9	рецептурь 120 377 576 15
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи	Нь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9	52,0 щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Нь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт автрак Суп-лапша домашняя с курой	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1	52,0	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6 29,6	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За	Нь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт автрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4	52,0 Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6 29,6 39	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт ввтрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли)	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50	48,71 1 Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37	52,0 щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74	213,3 <b>День:</b> ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6 29,6 39 6,22	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт ввтрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37	52,0 жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28	213,3 <b>День</b> : ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6 29,6 39 6,22 21	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт ввтрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли)	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28	52,0 жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24	213,3 <b>День</b> : ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6 29,6 39 6,22 21 14,8	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98	52,0 жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28	213,3 <b>День</b> : ества Углеводы 29,0 9,87 20,56 8,00 0,38 20,8 88,6 29,6 39 6,22 21	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Йогурт ввтрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28	52,0 жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36	213,3	1448,0 шестой Энерге- тическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9	52,0 Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Йогурт ввтрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9	52,0 Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед внь кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя:	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9	52,0 Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Обед Итого за де Итого за де	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об Итого за де Рацион: Ш Прием	Наименование блюда  Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед внь  кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя:	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки	52,0  щевые вещи  Жиры  3,75  0,0  1,16  3,42  12,74  1,9  23,0  12,3  14,7  3,74  0,28  0,24  0,36  31,62  54,6   Щевые вещи  Жиры	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Обед Итого за де Итого за де Рацион: Ш Прием пищи	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед внь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя:	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об Итого за де Рацион: Ш Прием	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт Ватрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед внь  кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену)	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя:	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109  № рецептуры 182
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Обед Итого за де Итого за де Рацион: Ш Прием пищи	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт Ватрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед внь  кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка"	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109  № рецептуры 182 502
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед ЕНЬ  Кола 5-11 класс (ОВЗ)  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда  260 200 90	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9 9,3	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1 8	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353 145 241,3	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109  № рецептуры 182
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Обед Итого за де Итого за де Рацион: Ш Прием пищи	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт автрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед ЕНЬ  Кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда  260 200 90 550	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9 9,3 22,2	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1 8 22,1	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353 145 241,3 739,3	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109  № рецептуры 182 502 523
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт ввтрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Бед внь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком ввтрак Солянка домашняя с курой	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда  260 200 90 550 250	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9 9,3 22,2 6	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1 8 22,1 8,3	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353 145 241,3 739,3 205	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Кора Винь  кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком вътрак Солянка домашняя с курой Сметана к супу	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда  260 200 90 550 250 10	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9 9,3 22,2 6 0,24	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1 8 22,1 8,3 1,5	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353 145 241,3 739,3 205 15,75	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи  Завтрак  Итого за За Обед  Итого за де Итого за де Рацион: Ш Прием пищи  Завтрак  Итого за За	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт автрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный бед энь кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком автрак Солянка домашняя с курой Сметана к супу Фрикадельки в соусе	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда  260 200 90 550 250 10 150	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9 9,3 22,2 6 0,24 12,2	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1 8 22,1 8,3 1,5 13,8	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353 145 241,3 739,3 205 15,75 256,8	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109  N  рецептуры 182 502 523 288 433 280
Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за об Итого за де Рацион: Ш Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Батон Сыр порциями Масло сливочное Иогурт вътрак Суп-лапша домашняя с курой Жаркое по домашнему из свинины Смесь овощная отварная (расчет по фасоли) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Кора Винь  кола 5-11 класс (ОВЗ)  Наименование блюда  Каша молочная вязкая с маслом сливочным (расчет по пшену) Какао с молоком и витвминами "Витошка" Блинчики со сгущённым молоком вътрак Солянка домашняя с курой Сметана к супу	Неделя: Вес блюда  250 200 35 10 20 100 615 270 230 50 200 30 30 810  Неделя: Вес блюда  260 200 90 550 250 10	48,71 1 Пип Белки 7,5 0,53 3,0 5,5 0,24 5,1 21,9 8,4 12 3,37 1 2,28 1,98 29,03 50,9 2 Пип Белки 9 3,9 9,3 22,2 6 0,24	52,0  щевые вещи Жиры 3,75 0,0 1,16 3,42 12,74 1,9 23,0 12,3 14,7 3,74 0,28 0,24 0,36 31,62 54,6  щевые вещи Жиры 11 3,1 8 22,1 8,3 1,5	213,3	1448,0 шестой Энергетическая ценность 150,0 41,6 104,4 54 198,3 86,9 635,2 228,3 370 72 88 70,5 52,2 881 1516,2 первый Энергетическая ценность 353 145 241,3 739,3 205 15,75	рецептуры 120 377 576 15 79 Пр 156 259 132 388 108 109  N  рецептуры 182 502 523 288 433

1							
	Напиток с витаминами "Витошка".	200	0	0	20,5	80	507
/	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 Об	бед	850	31,7	31,89	126,84	953,25	
Итого за де	Энь		53,9	54,0	226,5	1692,6	
Рацион: Ш	кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя:	2		День:	второй	
Приом	, , ,			HORLIO BOLLI		Энерге-	No
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	LINL	цевые веще	ества	тическая	Nº
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептурь
	Макароны, запечённые с сыром	150	7,7	12	39	240	261
	Маринад овощной с томатом	50	1	1,6	5	62,8	463
Завтрак	Чай с лимоном	200	0,53	0,00	9,87	41,6	377
	Батон	35	_ 3	1,16	20,6	104,4	576
	Йогурт	125	7	6	20,8	116	Пр
Итого за За	автрак	560	19,23	20,76	95,27	564,8	
	Уха с крупой	250	7,4	5	10	91	121
	Котлета мясная рубленая	100	10	11	26	213	268
	Пюре картофельное	100	2,5	4	13,3	76	312
Обед	Капуста тушеная свежая	80	2	3	10	62	380
	Напиток лимонный	200	0	0	25	94	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 Об	бед	790	26,16	23,6	109,12	658,7	i
Итого за де	ень — — — — — — — — — — — — — — — — — — —		45,39	44,36	204,39	1223,5	
Рацион: Ш	кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя:	2		День.	третий	
	(-2-)					Энерге-	
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пис	цевые веще	ества	тическая	Nº
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептурь
	Омлет натуральный	120	14,4	15,6	19,2	241,2	210
	-	50	0.7	2,7	3,7	37,7	463
	Цветная капуста отварная		· '				
Завтрак	Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	10,1	35	54-5ги
	Батон	35	3	1,2	20,6	104,4	576
	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	70.5	338
			,				- 555
Итого за За	автрак	555	19	20,7	68,3	488,8	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,5	11,3	18,8	138,8	88
	Сметана к сулу	10	0,24	1,5	0,32	15,8	433
	Плов	250	18	20,5	54	523	265
Обед	Икра свекольная	30	0.7	0,03	6,86	55,6	75
Обед	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 Об	бед	800	31,4	33,97	134,75	978	
			50,4	54,7	203,1	1466.8	
Итого за де	ЭНЬ		30,4	54,7	203,1	1400,0	6
B							
Рацион: ш.	кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя:	2		День:	четвёртый	
	кола 5-11 класс (ОВЗ)	Неделя:	I	UODUO DOUI		четвёртый Энерге-	
Прием	кола 5-11 класс (ОВЗ) Наименование блюда	Неделя: Вес блюда	I	цевые вещ		четвёртый Энерге- тическая	Nº
			I	цевые вещ Жиры		Энерге-	
Прием	Наименование блюда		Пи <b>.</b> Белки	Жиры	ества Углеводы	Энерге- тическая ценность	рецептурь
Прием	Наименование блюда Котлета Детская	Вес блюда 100	Пиц Белки 8,3	Жиры 10,5	ества Углеводы 14,3	Энерге- тическая ценность 225,5	рецептурь 50
Прием	Наименование блюда Котлета Детская Пюре картофельное	Вес блюда 100 150	Пиц Белки 8,3 3,5	Жиры 10,5 6,7	Углеводы 14,3 23,6	Энерге- тическая ценность 225,5 158,5	рецептурь 50 312
Прием	Наименование блюда  Котлета Детская  Пюре картофельное  Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт	Вес блюда 100	Пиц Белки 8,3	Жиры 10,5	ества Углеводы 14,3	Энерге- тическая ценность 225,5	рецептурь 50
Прием пищи	Наименование блюда Котлета Детская Пюре картофельное	Вес блюда 100 150 40	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32	Жиры 10,5 6,7 0,05	Углеводы 14,3 23,6	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0	рецептурь 50 312 70
Прием пищи	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном	Вес блюда 100 150 40 200	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53	Жиры 10,5 6,7 0,05	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87	Энерге- тическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6	рецептурь 50 312 70 377
Прием пищи	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный	Вес блюда 100 150 40 200 30	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5	50 312 70 377 108
Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2	рецептуры 50 312 70 377
Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3	50 312 70 377 108 109
Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115	50 312 70 377 108 109
Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75	50 312 70 377 108 109 82 433
Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8	50 312 70 377 108 109 82 433 390
Прием пищи Завтрак	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный автрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309
Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный автрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463
Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный втрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному)	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389
Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный втрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200 30	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108
Прием пищи Завтрак Итого за За Обед	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный втрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200 30 30 30	ПиL Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389
Прием пищи Завтрак Итого за За	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный втрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200 30	ПиL Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98 22,9	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36 27,13	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02 107,93	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2 781,13	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108
Прием пищи  Завтрак  Итого за За  Обед  Итого за Обед  Итого за Де	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200 30 30 850	ПиL Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98 22,9 39,81	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02 107,93 182,08	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2 781,13 1333,43	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108
Прием пищи Завтрак  Итого за За  Итого за Обед  Итого за де	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный втрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200 30 30 30	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98 22,9 39,81	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36 27,13 44,98	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02 107,93 182,08 День:	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2 781,13 1333,43	рецептуры 50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108 109
Прием пищи  Завтрак  Итого за За  Обед  Итого за Обед  Итого за де	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный бед	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 30 200 30 30 850  Неделя:	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98 22,9 39,81	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36 27,13	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02 107,93 182,08 День:	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2 781,13 1333,43 пятый Энерге-	50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108
Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за Обед Итого за де	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 150 30 200 30 30 850	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98 22,9 39,81 2	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36 27,13 44,98	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02 107,93 182,08 День:	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2 781,13 1333,43 пятый Энергетическая	рецептурь 50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108 109
Прием пищи Завтрак Итого за За Итого за Обед Итого за де Рацион: Ш	Наименование блюда  Котлета Детская Пюре картофельное Овощи натуральные солёные или свежие (расчёт по огурцу солёному) Чай с лимоном Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный Ввтрак Борщ из свежей капусты с картофелем Сметана к супу Тефтели "Ежики" в соусе Макаронные изделия отварные Маринад овощной с томатом Сок фруктовый(по яблочному) Хлеб пшеничный обогащенный Хлеб ржаной обогащенный бед	Вес блюда  100 150 40 200 30 30 550 250 10 150 30 200 30 30 850  Неделя:	Пиц Белки 8,3 3,5 0,32 0,53 2,28 1,98 16,91 2 0,24 9,3 5,5 0,6 1,0 2,28 1,98 22,9 39,81	Жиры 10,5 6,7 0,05 0,00 0,24 0,36 17,85 3,9 1,5 13,9 4,5 2,73 0,0 0,24 0,36 27,13 44,98	Углеводы 14,3 23,6 1,6 9,87 14,76 10,02 74,15 11 0,32 22,5 26,4 2,69 20,2 14,8 10,02 107,93 182,08 День:	Энергетическая ценность 225,5 158,5 4,0 41,6 70,5 52,2 552,3 115 15,75 236,8 168,4 37,68 84,8 70,5 52,2 781,13 1333,43 пятый Энерге-	рецептурь 50 312 70 377 108 109 82 433 390 309 463 389 108 109

Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	5,2	2,7	15,9	100,6	379
-	Ватрушка с творогом	60	7	4,8	25	162	410
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
<b>Итого за Завтрак</b>		570	19,7	16,9	78,7	573,6	
	Суп картофельный с бобовыми	250	5	6,3	22,5	167,5	102
	Гренки для супа	20	2	2,52	15	75	170
	Котлета рыбная (расчет по Дружбе)	100	8	9	10	201	45
Обед	Пюре картофельное	150	3,7	6	20,0	114	312
Обед	Салат из квашеной капусты	30	1	3,9	3	28	45
	Напиток из плодов шиповника	200	1	0,28	21	88	388
	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 О	бед	810	24,9	28,6	116,3	796,2	
Итого за д	ень		44,6	45,5	195,0	1369,8	
5 44 (000)		11.	_				

Рацион: Школа 5-11 класс (ОВЗ)		Неделя:	2	День: шестой  ———————————————————————————————————				
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пиг	Пищевые вещества			Nº	
пищи	· · ·	Ι Γ	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	210	10	12,2	28,48	260	175	
Завтрак	Какао с молоком и витвминами "Витошка"	200	3,9	3,1	25,16	145	502	
Завтрак	Батон	35	3,0	1,2	20,6	104, <u>4</u>	576	
	Пицца "Школьная"	105	5,02	6,8	19,2	203	73	
Итого за З	Итого за Завтрак		21,92	23,3	93,4	712,4		
	Суп крестьянский с крупой, курой и сметаной	275	6,7	8,4	42,0	282,0	118	
	Запеканка картофельная с мясом или субпродуктами.	230	17	21	42	421	284	
Обед	Соус томатный	50	0,47	1,64	2,3	25,95	419	
	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 о	бед	815	28,5	31,8	122,0	916,7		
Итого за п	ериод		562,5	587,5	2422,1	16909,4		
Среднее значение за период			46,87	48,96	201,84	1409,11		
	Составил технолог ООО "Рацион питан	ния"	Those	4-	Е.В. Толсты	κ		