____И.Ю.Лебедева□

H.B. Петрова □ 01.09.2025г. □

01.09.2025г.□

Примерное десятидневное меню для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов 1-4 классов

		Масса	Энергет.	Пишев	зые вещест	пва (г)
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	ценн.	Б	Ж	y y
	ЗАВТРАК					
181/11	Каша жидкая молочная манная с маслом сл.	205	167,90	4,72	6,97	21,32
15/11	Сыр порциями	10	36,00	2,32	2,95	0,00
375,377/11	Чай с лимоном	200	41,60	0,60	0,03	9,87
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	45	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40
ПР	Кондитерские изделия	20	62,90	1,70	6,80	13,40
	Итого завтрак	504	464,81	14,66	17,52	76,70
	ОБЕД					
102/11	Суп картофельный с горохом	200	138,60	7,39	8,22	19,23
279/11	Тефтели 2-й вариант или полуфабрикат из мяса птицы с соусом (50/40)	90	274,10	7,46	9,49	10,70
	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая,					
302/11	перловая)	150	223,31	5,69	6,92	36,70
70,71/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02
375,376/11	Чай с сахаром	180	36,00	0,48	0,00	8,52
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	20	56,11	1,20	0,34	11,06
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	724	787,78	24,46	25,35	100,63
	полдник		,	,	,	,
385/11	Молоко кипяченое	200	107,00	5,80	5,00	9,60
HD	Хлебобулочное изделие (пирожок с картофелем	100	107.20	4.00	7.00	26.20
ПР	печеный)	100	187,30	4,80	7,00	26,30
	Итого за полдник 1 неделя втор	300	294,30	10,60	12,00	35,90
	т неделя втор	Масса	Энергет.	Пишев	зые вещест	пва (г)
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	ценн.	Б	Ж	V
	ЗАВТРАК					
279/11		90	274,10	7,46	9,49	10,70
279/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40)	90	274,10	7,46	9,49	10,70
279/11		90	274,10			
	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая)			7,46	9,49 5,60	10,70 39,87
	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая,					
171, 302/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром	150	245,09	7,92	5,60	39,87
171, 302/11 53/15	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком	150 60	245,09 33,41	7,92 0,55	5,60 3,80	39,87 1,07
171, 302/11 53/15 375,376/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный	150 60 200 30 16	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак	150 60 200 30	245,09 33,41 40,00 70,14	7,92 0,55 0,53 2,37	5,60 3,80 0,02 0,30	39,87 1,07 9,47 14,48
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД	150 60 200 30 16 546	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт.	150 60 200 30 16	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50)	150 60 200 30 16 546	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая,	150 60 200 30 16 546 200 100	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50
171, 302/11 53/15 375,376/11 ΠP ΠP 32/11 302/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая)	150 60 200 30 16 546 200 100	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11 ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир.	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180 45	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44 105,21	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54 3,56	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02 0,45	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88 21,71
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180 45 24	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44 105,21 51,20	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54 3,56 1,76	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02 0,45 0,32	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88 21,71 10,40
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11 ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180 45	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44 105,21	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54 3,56	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02 0,45	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88 21,71
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11 ПР ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180 45 24 759	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44 105,21 51,20 781,94	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54 3,56 1,76 26,98	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02 0,45 0,32 26,48	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88 21,71 10,40 113,26
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11 ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК Чай с сахаром	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180 45 24	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44 105,21 51,20	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54 3,56 1,76	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02 0,45 0,32	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88 21,71 10,40
171, 302/11 53/15 375,376/11 ПР ПР 82/11 234, 229/11 302/11 45,47/11 375,377/11 ПР ПР	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Свекла отварная с маслом растительным и зеленым горошком Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Борщ из св. капус с карт. Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами (50/50) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Салат из свежей или кваш капусты Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК	150 60 200 30 16 546 200 100 150 60 180 45 24 759	245,09 33,41 40,00 70,14 34,13 696,87 132,00 168,78 223,31 64,00 37,44 105,21 51,20 781,94	7,92 0,55 0,53 2,37 1,17 20,00 1,61 12,80 5,69 1,02 0,54 3,56 1,76 26,98	5,60 3,80 0,02 0,30 0,21 19,42 7,39 8,38 6,92 3,00 0,02 0,45 0,32 26,48	39,87 1,07 9,47 14,48 6,93 82,52 14,00 6,50 36,70 15,07 8,88 21,71 10,40 113,26

	Итого за полдник	300	258,67	7,53	7,02	37,07	
	1 неделя ср		Энергет.	<i>Π</i>			
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порц	унергет. ценн.	Б	ые вещес Ж	:тва (г) У	
ла рецептур	ЗАВТРАК	порц	ųcnn.		<i>/</i> //	3	
183/11	Каша жидкая молочная из гречневой круппы (200/5)	205	151,50	4,50	5,10	21,90	
	Чай с сахаром	200	40,00	0,53	0,02	9,47	
375,376/11	Хлеб пшеничный йодированный	50	116,9		0,50		
ПР	1	1	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	3,96	· ·	24,12	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	35	51,2	1,76	0,32	10,40	
14/11	Масло порциями	10	66,0	0,10	7,20	0,13	
	Итого завтрак	500	425,60	10,85	13,14	66,02	
	ОБЕД						
101/11	Суп картофельный с крупой	200	98,60	1,60	2,17	9,69	
289/11	Рагу из птицы	200	302,00	15,97	19,11	28,57	
70,71/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02	
349/11	Компот из смеси сухофруктов	180	146,69	1,04	0,27	25,00	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	45	105,21	3,56	0,45	21,71	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	709	712,16	24,41	22,38	99,39	
	ПОЛДНИК						
375,376/11	Чай с сахаром	200	40,00	0,53	0,02	9,47	
ПР	Хлебобулочное изделие (ватрушка)	100	208	7,50	7,00	37,93	
	Итого за полдник	300	248,00	8,03	7,02	47,40	
	1 неделя чет	верг				•	
		Масса	Энергет.		вые вещест		
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК	порц	ценн.	Б	Ж	y	
100/11		200	201.00	0.20	11.00	10.76	
120/11	Суп молочный с макаронными изд Чай с лимоном	200	201,00	9,38	11,00	19,76	
375,377/11 ПР	Хлеб пшеничный йодированный	30	41,60 70,14	0,60 2,37	0,03	9,87 14,48	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	16	34,13	1,17	0,30	6,93	
338/11	Фрукты свежие	100	66,60	0,60	0,60	16,74	
330/11	Итого завтрак	546	413,47	14,12	12,14	67,78	
	ОБЕД		- 7	,	,	- , -	
103/11	Суп картофельный с макарон. изд	200	94,60	4,95	6,27	23,95	
		90			·		
268/11	Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40)		204,00	7,26	12,96	7,80	
302/11 T. 5.22/12	Каша рассыпчатая (рисовая или гречневая)	150	245,09	8,92	5,60	39,87	
Таб.32/13 375,376/11	Свекла отварная с маслом растительным Чай с сахаром	60 180	11,70 36,00	0,72	0,03	1,56 8,52	
<u> </u>	Хлеб пшеничный йодир.	45	105,21	3,56	0,02	21,71	
	1	24			·		
ПР	Хлеб ржано-пшеничный		51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	749	747,80	27,65	25,65	113,81	
	ПОЛДНИК						
375,376/11	Чай с лимоном	200	41,6	0,60	0,03	9,87	
- , 0, 11	Хлебобулочное изделие (пирожок с картофелем		,-	,	, , · · ·	,	
ПР	печеный)	100	187,30	4,80	7,00	26,30	
	Итого	300	228,90	5,40	7,03	36,17	
	1 неделя пят						
».c		Масса	Энергет.		вые вещест		
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК	порц	ценн.	Б	Ж	У	
181/11	Каша жидкая молочная из манной круппы (200/5)	205	255,24	7,08	7,79	38,78	
		10	72,00	4,64	5,90	0,00	
15/11	Сыр порциями		·	ŕ			
375,376/11	Чай с сахаром	200	40,00	0,53	0,02	9,47	
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	50	116,9	3,96	0,50	24,12	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	51,2	1,76	0,32	10,40	
14/11	Масло порциями	10	66,0	0,10	7,20	0,13	
	Итого завтрак	500	601,34	18,07	21,73	82,90	
104/16	ОБЕД	200	167 /1	1 40	0.07	24.22	
134/16 291/11	Суп рыбный Плов из птицы	200	167,41 305,00	4,60 13,95	9,97 12,47	24,33 35,73	
4/1/11	тиов из штицы	L 200	303,00	13,93	14,41	33,13	

70,71/11 375,376/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02
1 17 1/6/11	Чай с сахаром	180	36,00	0,48	0,00	8,52
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	45	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	709	673,28	24,83	23,29	104,71
385/11	ПОЛДНИК Молоко кипяченое	200	107,00	5,80	5,00	9,60
363/11	Хлебобулочное изделие (пирожок с повидлом	200	107,00	3,80	3,00	9,00
ПР	печеный)	100	196,50	5,00	5,60	31,50
1117	7	300	303,50	10,80	10,60	
	Итого за полдник 2 неделя поне		303,30	10,00	10,00	41,10
	2 nogen none	Масса	Энергет.	Пищев	вые вещест	пва (г)
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	ценн.	Б	Ж	y
	ЗАВТРАК					
181/11	Каша жидкая молочная манная с маслом сл.	205	167,90	4,72	6,97	21,32
15/11	Сыр порциями	10	36,00	2,32	2,95	0,00
375,377/11	Чай с лимоном	200	41,60	0,60	0,03	9,87
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	45	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	•	24	51,20	1,76	0,32	10,40
	Хлеб ржано-пшеничный			+		
ПР	Кондитерские изделия Итого завтрак	20 504	62,90	1,70	6,80 17,52	13,40
	ОБЕД	304	464,81	14,66	17,54	76,70
102/11		200	04.60	4.07	6 27	22.05
103/11	Суп картофельный с макарон. изд	200	94,60	4,95	6,27	23,95
268/11	Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40)	90	204,00	7,26	12,96	7,80
	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая,					
302/11	перловая)	150	223,31	5,69	6,92	36,70
70,71/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02
375,377/11	Чай с лимоном	180	37,44	0,54	0,02	8,88
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	45	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	749	724,22	24,24	27,00	113,46
	полдник					
385/11	Молоко кипяченое	200	107,00	5,80	5,00	9,60
	Хлебобулочное изделие (пирожок с картофелем					
ПР	печеный)	100	187,30	4,80	7,00	26,30
	Итого за полдник	300	294,30	10,60	12,00	35,90
						9
	2 неделя вто			10,00	12,00	
	2 неделя вт		Энергет.	1	вые вещест	
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	орник	Энергет. ценн.	1		пва (г) У
№ рецептур		орник <i>Масса</i>	_	Пищев	вые вещест	
№ рецептур 268/11	Прием пищи, наименование блюда	орник <i>Масса</i>	_	Пищев	вые вещест	
	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК	орник Масса порц	ценн.	Пищев Б	вые вещест Ж	У
268/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40)	ОРНИК <i>Масса порц</i> 90	ценн. 204,00	Пищев Б 7,26	вые вещест Ж 12,96	7,80
268/11 302/11 70,71/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая)	орник Масса порц 90 150 60	ценн. 204,00 255,19 8,46	Пищев Б 7,26 8,75 0,48	ж Ж 12,96 6,87 0,06	7,80 43,54 4,02
268/11 302/11 70,71/11 349/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов	Орник Macca порц 90 150 60 200	204,00 255,19 8,46 168,34	Пищев Б 7,26 8,75 0,48 1,16	ж 12,96 6,87 0,06 0,30	7,80 43,54 4,02 28,00
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный	орник Масса порц 90 150 60 200 20	204,00 255,19 8,46 168,34 49,00	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59	ж 12,96 6,87 0,06 0,30 0,26	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48
268/11 302/11 70,71/11 349/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный	орник Масса порц 90 150 60 200 20 16	<i>уенн.</i> 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17	ж 12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак	орник Масса порц 90 150 60 200 20	204,00 255,19 8,46 168,34 49,00	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59	ж 12,96 6,87 0,06 0,30 0,26	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ΠΡ	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД	Орник Масса порц 90 150 60 200 20 16 536	204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ΠΡ ΠΡ	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд	Орник Масса порц 90 150 60 200 16 536	204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12	Пищев Б 7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ΠΡ	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40)	Орник Масса порц 90 150 60 200 20 16 536	204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ΠP ΠP 103/11 268/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая,	Орник Масса порц 90 150 60 200 16 536 200 90	204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая)	Орник Масса порц 90 150 60 200 16 536	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ΠP ΠP 103/11 268/11 302/11 70,71/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие	ОРНИК Масса порц 90 150 60 200 20 16 536 200 90 150	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 20 16 536 200 90 150 60	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир.	ОРНИК Масса порц 90 150 60 200 16 536 200 90 150 60 180	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ΠP ΠP 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 20 16 536 200 90 150 60 180 45 24	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21 51,20	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56 1,76	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45 0,32	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71 10,40
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб ржано-пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 16 536 200 90 150 60 180 45	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71 10,40
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 16 536 200 90 150 60 180 45 24 749	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21 51,20 724,22	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56 1,76 24,24	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45 0,32 27,00	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71 10,40 113,46
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК Кисломолочный продукт (кефир)	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 20 16 536 200 90 150 60 180 45 24	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21 51,20	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56 1,76	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45 0,32	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71 10,40
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11 ПР ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК Кисломолочный продукт (кефир) Хлебобулочное изделие (пирожок с повидлом	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 20 16 536 200 90 150 60 180 45 24 749	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21 51,20 724,22	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56 1,76 24,24	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45 0,32 27,00	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71 10,40 113,46
268/11 302/11 70,71/11 349/11 ПР ПР 103/11 268/11 302/11 70,71/11 375,377/11 ПР	Прием пищи, наименование блюда ЗАВТРАК Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (гречневая или рисовая) Овощи соленые/свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржано-пшеничный Итого завтрак ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом (50/40) Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая) Овощи соленые/свежие Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодир. Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед ПОЛДНИК Кисломолочный продукт (кефир)	ОРНИК Macca порц 90 150 60 200 16 536 200 90 150 60 180 45 24 749	уенн. 204,00 255,19 8,46 168,34 49,00 34,13 719,12 94,60 204,00 223,31 8,46 37,44 105,21 51,20 724,22	7,26 8,75 0,48 1,16 1,59 1,17 20,41 4,95 7,26 5,69 0,48 0,54 3,56 1,76 24,24	12,96 6,87 0,06 0,30 0,26 0,21 20,66 6,27 12,96 6,92 0,06 0,02 0,45 0,32 27,00	7,80 43,54 4,02 28,00 11,48 6,93 101,77 23,95 7,80 36,70 4,02 8,88 21,71 10,40 113,46

Ī.,		Масса	Энергет.	Пищевые	вещества	ı (z)
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	ценн.	Б	Ж	\overline{y}
	ЗАВТРАК					
	Каша жидкая молочная (гречневая или рисовая) с					
183/11	маслом сл.	200	215,00	11,00	11,01	34,20
375,376/11	Чай с сахаром	200	40,00	0,53	0,02	9,47
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	30	70,14	2,37	0,30	14,48
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	16	34,13	1,17	0,21	6,93
338/11	Фрукты свежие	100	66,60	0,78	0,60	11,74
	Итого завтрак	556	425,87	15,85	12,14	76,82
	ОБЕД	200	20.10	- 10		10.10
101/11	Суп картофельный с крупой	200	98,60	2,60	6,87	19,69
290/11	Птица, тушенная в соусе (50/40)	90	160,00	11,50	13,26	3,51
202,309/11	Макаронные изд.отварные	150	205,41	5,53	6,02	36,02
Таб.32/13	Свекла отварная с маслом растительным	60	46,90	0,72	0,40	1,56
375,376/11	Чай с сахаром У-об	180	36,00	0,48	0,02	8,52
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	45 24	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед	749	51,20 703,32	1,76 26,15	0,32 27,34	10,40 101,41
	ПОЛДНИК	749	103,32	20,13	21,34	101,41
349/11	Компот из смеси сухофруктов	180	176,74	1,04	0,27	42,53
J+J/11	Хлебобулочное изделие (пирожок с картофелем	100	1/0,/4	1,04	0,41	74,33
ПР	печеный)	100	187,30	4,80	7,00	26,30
	Итого за полдник	280	364,04	5,84	7,27	68,83
	2 неделя четі	верг	·		,	,
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Энергет.	_ ′	вещества	(s)
1 11	ЗАВТРАК	порц	ценн.	Б	Ж	J
	Котлета или биточек рыбные с тушенными овощами в					
234/11	томате	100	168,70	8,80	8,64	6,50
171, 302/11	Каша рассыпчатая(гречневая или рисовая)	150	245,09	6,35	5,90	42,80
Таб.32/13	Икра кабачковая	60	57,00	1,20	2,80	4,20
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	168,34	1,16	0,30	28,00
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	24	68,12	1,03	0,30	13,32
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	16	34,13	1,17	0,21	6,93
	Итого завтрак	550	741,38	19,70	18,20	101,75
	ОБЕД		,		,	
96/11	Рассольник "Ленинградский"	200	116,44	2,61	4,07	13,80
279/11	Тефтели 2-й вариант с соусом (50/40)	90	274,10	7,46	9,49	10,70
302/11	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая,	150	223,31	5,69	6,92	36,70
Таб.32/13	Икра кабачковая	60	57,00	1,60	2,20	4,20
349/11	Компот из смеси сухофруктов	180	146,69	1,04	0,27	25,00
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	45	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	749	973,95	23,72	23,72	122,51
275 276/11	ПОЛДНИК	200	40.00	0.52	0.02	0.47
375,376/11	Чай с сахаром Упебобущовное изделие (ватрушка)	200	40,00	0,53	7,00	9,47
ПР	Хлебобулочное изделие (ватрушка) Итого за полдник	300	248,00	7,50 8,03	7,00 7,02	37,93 47,40
	иттого за полдник 2 неделя пяті		440,00	1 0,03	1,04	 1 /, 1 U
№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Энергет.	Пище	зые вещест	тва (г)
№ рецептур		порц	ценн.	Б	Ж	У
	ЗАВТРАК					
404/4	16	205	255.24	7.00	7.70	20.70
181/11	Каша жидкая молочная из манной круппы (200/5)	205	255,24	7,08	7,79	38,78
15/11	Сыр порциями	10	72,00	4,64	5,90	0,00
375,376/11 ПР	Чай с сахаром Хлеб пшеничный йодированный	200 50	40,00	0,53	0,02	9,47 24,12
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	35	34,00	3,96	0,30	6,58
1117	Итого завтрак	500	518,14	17,32	14,43	78,95
	ОБЕД		210,17	11,52	17,73	10,75
82/11	Борщ из св. капус с карт.	200	132,00	3,61	7,39	14,00
291/11	Плов из птицы	200	305,00	13,95	12,47	35,73
	<u>,</u>				, · /	,,,

45,47/11	Салат из свежей или кваш капусты	60	64,00	1,02	3,00	15,07
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	168,34	1,16	0,30	28,00
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	20	62,34	1,89	0,23	9,65
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	23	51,00	1,74	0,30	9,99
	Итого за обед	703	782,68	23,37	23,69	112,44
	полдник					
375,376/11	Чай с сахаром	200	40,00	0,53	0,02	9,47
	Хлебобулочное изделие (пирожок с капустой					
ПР	печеный)	100	218,67	7,00	7,00	27,60
	Итого за полдник	300	258,67	7,53	7,02	37,07

Примечание: Котлета или биточек рыбные могут быть заменены на рыбу, тушенную в томате с овощами

Меню составлено согласно:

- -СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
- -Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях 2011г. под ред. Могильный М.П.,Тутельян В.А.
- -Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предриятий общественного питания 2013г. под редакцией Здобнов А.И., Цыганенко В.А.
- -Методические рекомендации MP 2.4 0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций" Утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ А.Ю.Поповой 18 мая 2020г.