



«Разработано»

Авторитетная коммерческая организация

«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

«Сертифицированная организация»

Директор

М.С. Шевченко

«Согласовано»
Директор образовательной организации



Основное (организованное)

МЕНЮ

Для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях
муниципального образования

Краснодар

2023

Горячие завтраки для обучающихся 7 - 11 лет



№ рецептуры	Понедельник				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
	Прием пищи, наименование блюда	Завтрак	Выход блюда			Б	Ж	У		
			Б	Ж						У
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом		200			8,23	298,00	42,20	298,00	
ТК	сливочным (пшеничная) (190/10)									
ТК	Кофейный напиток		200			3,17	2,78	15,95	100,60	
ТК	Фрукты свежие (яблоко)		100			0,40	47,00	9,80	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный		30			2,10	71,70	15,00	71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		20			1,20	42,00	9,00	42,00	
	Итого		550			15	14,51	91,95	559	

№ рецептуры	Вторник				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
	Прием пищи, наименование блюда	Завтрак	Выход блюда			Б	Ж	У		
			Б	Ж						У
ТК	Овощи по-сезону (перец сладкий)		70			0,56	0,07	1,75	18,90	
451-04	Шницель говяжий		100			15,90	14,40	16,00	278,67	
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное		160			3,41	5,55	21,12	148,69	
ТК	Чай с сахаром и лимоном		200			0,13	0,00	10,20	42,00	
ТК	Хлеб пшеничный		30			2,10	0,60	15,00	71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		20			1,20	0,20	9,00	42,00	
	Итого		580			23,30	20,82	73,07	601,96	

№ рецептуры	Среда				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Б		Ж		У	Энергетическая ценность (ккал)		
		Б	Ж					У	
	Завтрак								
015-17	Сыр порционно (Российский)			20	4,64	5,9	0	72	
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)			150	11,66	13,79	22,6	302,5	
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)			180	5,22	4,5	7,2	90	
ТК	Фрукты свежие (мандарин)			100	0,4	0,4	9,8	38	
ТК	Хлеб пшеничный			30	2,1	0,6	15	71,7	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный			20	1,2	0,2	9	42	
	Итого			500	25,22	25,39	63,6	616,2	

№ рецептуры	Четверг				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Б		Ж		У	Энергетическая ценность (ккал)		
		Б	Ж					У	
	Завтрак								
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)			90	1,17	0,09	6,21	39,38	
310-16	Вок "Курица с рисом овощами"			150	8,4	15,45	28,05	215	
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)			200	0,89	0,06	32,75	154,6	
ТК	Фрукты свежие (яблоко)			100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный			30	2,1	0,6	15	71,7	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный			20	1,2	0,2	9	42	
	Итого			590	14,16	16,8	100,81	569,68	

		Пятница				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Б	Ж	У	Б		Ж	У		
									Завтрак	
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	1,1	0,2	3,8	100				22	
ТК	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	14,58	13,59	3,96	95				225,6	
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	3,41	5,55	21,22	160				148,69	
ТК	Сок фруктовый	0,9	0	18,18	180				76,32	
ТК	Хлеб пшеничный	2,1	0,6	15	30				71,7	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1,2	0,2	9	20				42	
	ИТОГО	23,29	20,14	71,06	585				586,31	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ	101,1	97,66	400,49					2933,45	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ	20,21	19,53	80,10					586,69	

		Понедельник				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Б	Ж	У	Б		Ж	У		
									Завтрак	
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	1,1	0,2	3,8	100				43,75	
210	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	13,94	24,83	2,64	150				289,66	
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	5,22	4,5	7,2	180				90	
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	0,4	0,4	9,8	100				47	
ТК	Хлеб пшеничный	2,1	0,6	15	30				71,7	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1,2	0,2	9	20				42	
	Итого	23,96	30,73	47,44	580				584,11	

№ рецептуры	Вторник				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Завтрак				Б	Ж	У	
		Прием пищи, наименование блюда							
ТК	Салат по-сезону (помидор соленый)			100	1,10	0,20	3,80	20,00	
210-03, ТК	Рагу из филе птицы			150	13,40	7,36	15,30	169,70	
ТК	Какао с молоком			180	3,67	3,19	15,82	107,00	
ТК	Кондитерское изделие (пряник)			25	3,50	4,50	18,00	176,00	
ТК	Хлеб пшеничный			30	2,10	0,60	15,00	71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный			20	1,20	0,20	9,00	42,00	
	Итого			505	24,97	16,05	76,92	586,40	

№ рецептуры	Среда				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Завтрак				Б	Ж	У	
		Прием пищи, наименование блюда							
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)			100	14,80	13,90	11,80	164,00	
518-04	Картофель отварной			150	3,00	7,65	23,85	181,50	
389-17, ТК	Сок натуральных (яблочный)			180	0,90	0,00	18,18	76,32	
ТК	Фрукты свежие (груша)			100	0,40	0,40	9,80	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный			30	2,10	0,60	15,00	71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный			20	1,20	0,20	9,00	42,00	
	Итого			580	22,40	22,75	87,63	582,52	

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	150	6,00	1,05	42,00	187,5
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	26,24	17,10	80,45	594,02
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		122,30	100,28	383,42	2944,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		24,46	20,06	76,68	588,89
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		223,37	197,94	783,91	5877,90
	СРЕДНЯЯ		22,34	19,79	78,39	587,79

Горячие завтраки и обеды для детей ОВЗ и детей-

инвалидов с 1 по 4 класс (1 смена)



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8
ТК	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	880	20,29	20,17	121,60	799,63

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	810	35,57	29,75	117,6	858,2

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	775	30,61	31,25	106,27	847,8

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		135,34	135,69	591,86	4106,77
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		27,07	27,14	118,37	821,35

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78
389-07, ТК	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	890	28,41	32,69	118,43	845,35

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
TK	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
93-18	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
443-04, TK	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
350-17, TK	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00
TK	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
TK	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00
	Итого	805	26,22	24	120,48	814,25

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
TK	Салат по-сезону (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
TK	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
TK	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
TK	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-07	Сыр порционно (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	780	37,21	32,57	83,96	843,05

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,9	3,8	56
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,8
ТК	Рыба (минтай), запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	225,6
204-04	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,4	26,1	181,25
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
ТК	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,3	13,5	63
	Итого	875	25,97	28,99	92,21	805,47
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		23484,05	133,76	510,25	4105,87
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		4696,81	26,75	102,05	821,17
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		23619,39	269,45	1102,11	8212,64
	СРЕДНЯЯ		2361,94	26,94	110,21	821,26

Горячие обеды для детей с 1 по 4 класс



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	10,53	42,20	298,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	15	15	92	559
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8
ТК	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
406-17	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	880	20,29	20,17	121,60	799,63

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (перец сладкий)	70	0,56	0,07	1,75	18,90
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-1Г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	23	21	73	602
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	810	35,57	29,75	117,6	858,2

Среда									
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Завтрак									
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72			
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5			
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90			
ТК	Фрукты (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38			
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42			
	Итого	500	25,22	25,39	63,6	616,2			
Среда									
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
Обед									
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2			
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6			
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230			
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5			
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107			
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63			
	Итого	775	30,61	31,25	106,27	847,8			

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38
310-16	Вок "Курица с овощами"	150	8,4	15,45	28,05	215
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,6
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	590	14,16	16,8	100,81	569,68

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	100	1,1	0,2	3,8	22
ТК	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,22	148,69
389-17, ТК	Сок фруктовый (яблоко)	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	585	23,29	20,14	71,16	586,31
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		101,07	97,66	400,49	2933,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		20,21	19,53	80,10	586,69

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		135,3	13,5,69	591,86	4106,77
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		27,07	27,14	118,37	821,35

		Понедельник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	100	1,1	0,2	3,8	43,75	
ТК	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66	
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90	
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	584,11	

		Понедельник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2	
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4	
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67	
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78	
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8	
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	Итого	890	28,41	32,69	118,43	845,35	

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Салат по-сезону (помидор соленый)	100	1,10	0,20	3,80	20,00
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	169,70
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие (пряник)	25	3,50	4,50	18,00	176,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	505,00	24,97	16,05	76,92	586,40
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
350-17, ТК	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00
	Итого	805	26,22	24	120,48	814,25

№ рецептуры	Среды			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)			
	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж					
	Завтрак							
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)	14,80	13,90	11,80			164,00	
518-04	Картофель отварной	3,00	7,65	23,85			181,50	
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	0,90	0,00	18,18			76,32	
ТК	Фрукты свежие (груша)	0,40	0,40	9,80			47,00	
ТК	Хлеб пшеничный	2,10	0,60	15,00			71,70	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1,20	0,20	9,00			42,00	
	Итого	22,40	22,75	87,63			582,52	

№ рецептуры	Среды			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)			
	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж					
	Обед							
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)	0,66	0,12	2,28			13,20	
147-04	Суп с макаронными изделиями	1,91	4,06	10,40			96,80	
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	14,69	5,57	3,10			219,50	
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	4,79	4,44	30,89			243,75	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	0,07	0,02	10,00			42,00	
ТК	Хлеб пшеничный	3,50	1,00	25,00			119,50	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1,80	0,30	13,50			63	
	Итого	27,42	15,51	95,17			797,75	

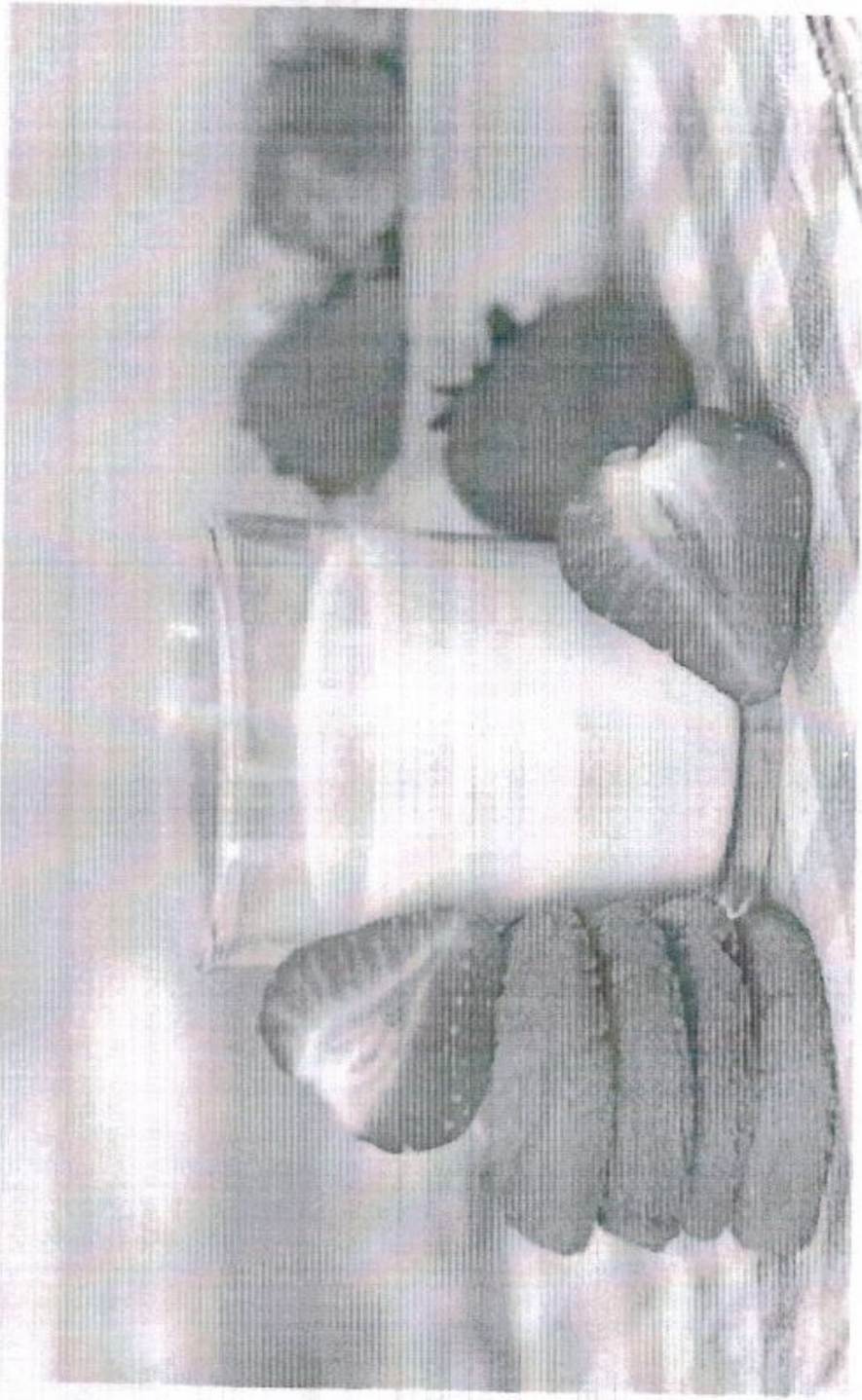
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	150	6,00	1,05	42,00	187,5
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-07	Сыр порционно (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	780	37,21	32,57	83,96	843,05

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	26,24	17,10	80,45	594,02
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		122,3	100,28	383,42	2944,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		24,46	20,06	76,68	588,89
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		223,4	197,94	783,91	5877,90
	СРЕДНЯЯ		22,34	19,79	78,39	587,79

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,9	3,8	56
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,8
ТК	Рыба (минтай), запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	225,6
204-04	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,4	26,1	181,25
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
ТК	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,3	13,5	63
	Итого	875	25,97	28,99	92,21	805,47
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		23484	133,76	510,25	4105,87
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		4696,8	26,75	102,05	821,17
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		23619,4	269,45	1102,11	8212,64
	СРЕДНЯЯ		2361,9	26,94	110,21	821,26

Горячие обеды и полдники для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (III смена)



№ рецептуры	Понедельник		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Обед		Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)		60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем		200	1,6	4,16	4,16	84,8
ТК	Нагетсы куриные		100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макаронны отварные с овощами		150	5,17	5,99	28,52	188,4
ТК	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	10	40
406-17	Фрукты свежие (апельсин)		100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный		40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого		880	20,29	20,17	121,60	799,63
Понедельник							
№ рецептуры	Понедельник		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Полдник		Б	Ж	У	
742-04	Кулебяка с капустой		100	6,03	5,83	31,23	202,86
ТК	Кофейный напиток с молоком		200	3,16	2,70	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие (груша)		100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого		400	9,59	8,93	56,98	350,46

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
	Итого					
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
ТК	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00
	Итого	300	13,15	6,08	58,68	342,00

№ рецептуры	Среда				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Обед	Пищевые вещества (г)						
			Б	Ж		У			
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)		0,66	0,12	2,28			13,2	
139-04	Суп картофельный с бобовыми		4,96	4,48	17,84			133,6	
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)		13,02	14,51	7,98			230	
518-04	Картофель отварной		3	7,65	23,85			181,5	
ТК	Какао с молоком		3,67	3,19	15,82			107	
ТК	Хлеб пшеничный		3,5	1	25			119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		1,8	0,3	13,5			63	
	Итого		30,61	31,25	106,27			847,8	
Среда									
№ рецептуры	Среда				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Полдник	Пищевые вещества (г)						
			Б	Ж		У			
410-17	Ватрушка с творогом		12,30	7,31	38,90			269,33	
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)		5,80	5,00	8,00			100,00	
	Итого		18,10	12,31	46,90			369,33	

		Четверг			Энергетическая ценность (ккал)		
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42	
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	Итого	820	30,77	38,37	84,44	784,99	

		Четверг			Энергетическая ценность (ккал)		
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Полдник						
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	
ТК	Сок фруктовый	200	1	0,00	20,20	84,80	
	Итого	300	12,99	10,41	53,37	358,8	

		Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72	
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4	
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42	
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		135,3	135,69	591,86	4106,77	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		27,07	27,14	118,37	821,35	
		Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Полдник						
	Пирожок печеный с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240,00	
	Компот из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,16	0,16	27,81	105,00	
	Итого	300	6,19	7,76	64,71	345,00	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		62,84	59,40	289,18	1765,59	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		12,57	11,88	57,84	353,12	

№ рецептуры	Понедельник				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)							
		Б	Ж	У					
	Обед								
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	0,66	0,12	2,28				7,2	
108-17	Суп картофельный с клецками	2,85	3,67	14,83				115,4	
268-17	Шницель говяжий	15	22	13,02				278,67	
54-11г-20	Пюре картофельное	3,2	5,2	19,8				138,78	
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	1	0	20,2				84,8	
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	0,4	0,4	9,8				38	
ТК	Хлеб пшеничный	3,5	1	25				119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1,8	0,3	13,5				63	
	Итого	28,41	32,69	118,43				845,35	
Понедельник									
№ рецептуры	Понедельник				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)							
		Б	Ж	У					
	Полдник								
471-03	Булочка бриошь с изюмом	4,38	7,30	35,00				243,00	
382-17	Молоко	5,80	5,00	9,60				107,00	
	Итого	10,18	12,30	44,60				350,00	

№ рецептуры	Вторник		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Обед		Б	Ж	У	
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)		60	0,78	0,06	4,14	26,35
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты		200	1,26	3,5	5	56,60
350-17, ТК	Плов из говядины		150	16,2	15,9	28,3	262,50
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)		200	0,18	0,14	23,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли)		15	2,1	2,7	10,8	122,40
ТК	Фрукты свежие (слива)		100	0,4	0,4	9,8	47,00
ТК	Хлеб пшеничный		50	3,5	1	25	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		30	1,8	0,3	13,5	63,00
	Итого		805	26,22	24	120,48	814,25

№ рецептуры	Вторник		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Полдник		Б	Ж	У	
ТК	Котлета куриная, запеченная в тесте		100	11,99	10,41	33,17	233,88
ТК	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	20,00	40,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упаковке)		15	0,98	4,20	9,30	91,00
	Итого		315	13,04	14,63	62,47	364,88

№ рецептуры	Среда				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Обед				Б	Ж	У	
		Салаг по-сезону (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)	Суп с макаронными изделиями	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)					
ТК				60	0,66	0,12	2,28	13,30	
147-04				200	1,91	4,06	10,40	96,80	
ТК				95	14,69	5,57	3,10	219,50	
302-17				150	4,79	4,44	30,89	243,75	
ТК				200	0,07	0,02	10,00	42,00	
ТК				50	3,50	1,00	25,00	119,50	
ТК				30	1,80	0,30	13,50	63	
				785	27,42	15,51	95,17	797,75	
Среда									
№ рецептуры	Среда				Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Полдник				Б	Ж	У	
		Расстегай с мясом (говядина)	Сок натуральный	Итого					
743-04				100	15,57	10,72	29,97	266,97	
389-07, ТК				200	0,90	0,00	18,18	84,80	
				300	16,47	10,72	48,15	351,77	

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-07	Сыр порционно (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	780	37,21	32,57	83,96	843,05

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00
342-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	77,00
	Итого	300	15,70	35,22	30,01	357,00

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	26,24	17,10	80,45	594,02
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		122,3	100,28	383,42	2944,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		24,46	20,06	76,68	588,89
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		223,4	197,94	783,91	5877,90
	СРЕДНЯЯ		22,34	19,79	78,39	587,79

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
ТК	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183,00
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	340	15,97	19,99	67,22	337,00
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		68,54	78,95	243,91	1760,58
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		131,38	138,35	533,09	3526,17
	СРЕДНЯЯ ЗА 10 ДНЕЙ		13,14	13,84	53,91	352,62