



Утверждено
Директор _____



«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации

Основное (организованное)

Меню

Для организации питания обучающихся детей, ОВЗ и детей инвалидов 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования

Краснодар
2023



«РАЗРАБОТАНО»

Муниципальное унитарное предприятие
«Комбинат школьного питания №1»
Муниципальное образование город Краснояр

Генеральный директор *Худобин* Н. Худобин



2022 год

«СОГЛАСОВАНО»
Директор общеобразовательной
организации

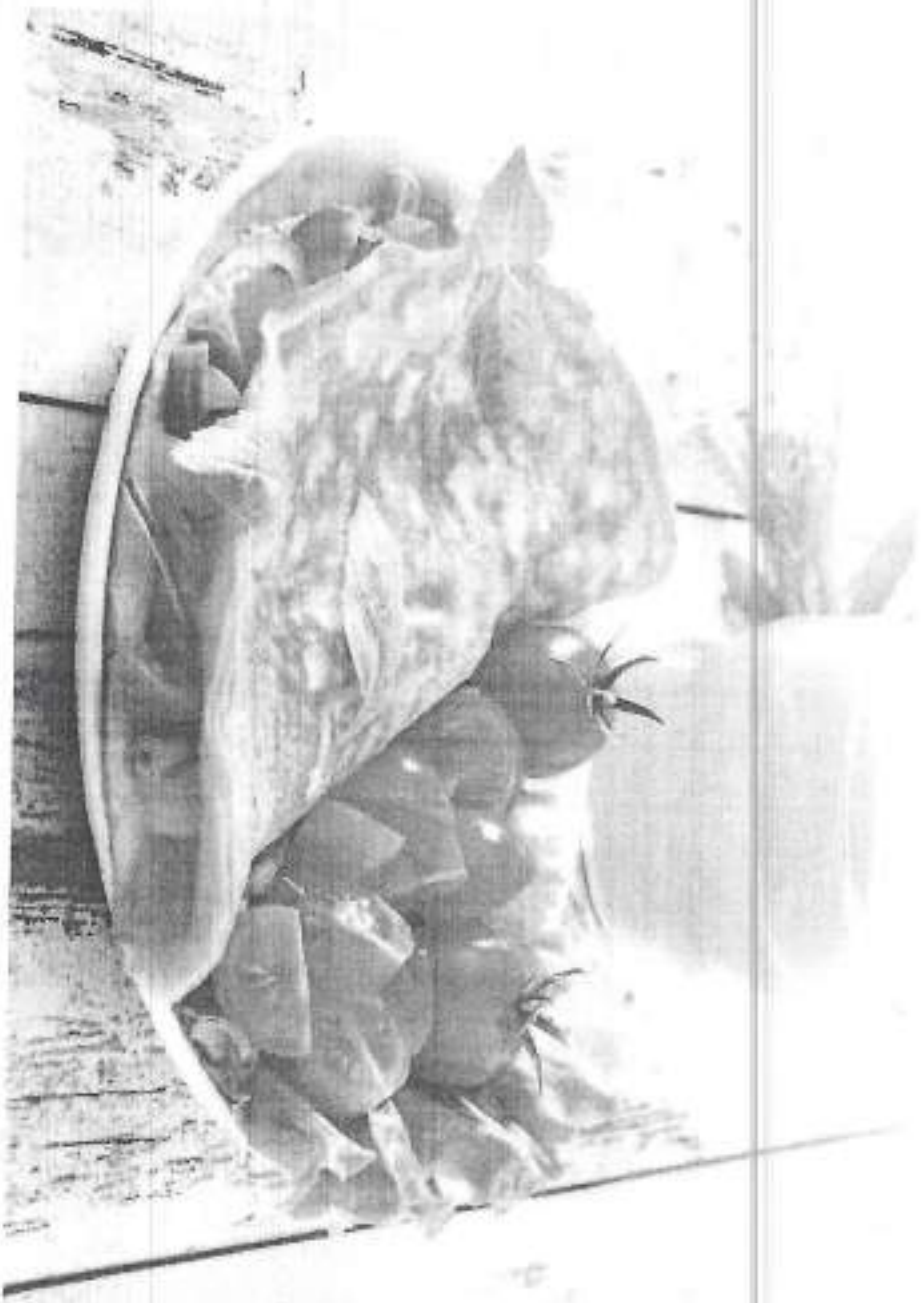
Основное [организованное] МЕНЮ

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

Краснодар
2022



Горячие завтраки для обучающихся 7 - 11 лет



		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	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	

		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	
54-11г-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	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Итого			
Среда						
Завтрак						
015-17	Сыр порционно (Росси́нский)	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	Кисло-молочный продукт (кефир)	180	5,32	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	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Итого			
Четверг						
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38
310-16	Бок "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						
№ 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
1К	Сок фруктовый	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	71,06	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						
№ 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
210	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

		Вторник		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У		
ТК	Завтрак 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	

		Среда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У		
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай) Завтрак	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 натуральный (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	Макаронные 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

2

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			
ТК	Обед Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00		
		110-04	Ворст с калустом 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
		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			
ТК	Обед Овоши 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

		Среды				
№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овоши 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) натуральным 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	Принем 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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Понедельник			
	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 (150г/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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Понедельник			
	Обед					
ТК	Овоши по-сезону (отурец 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

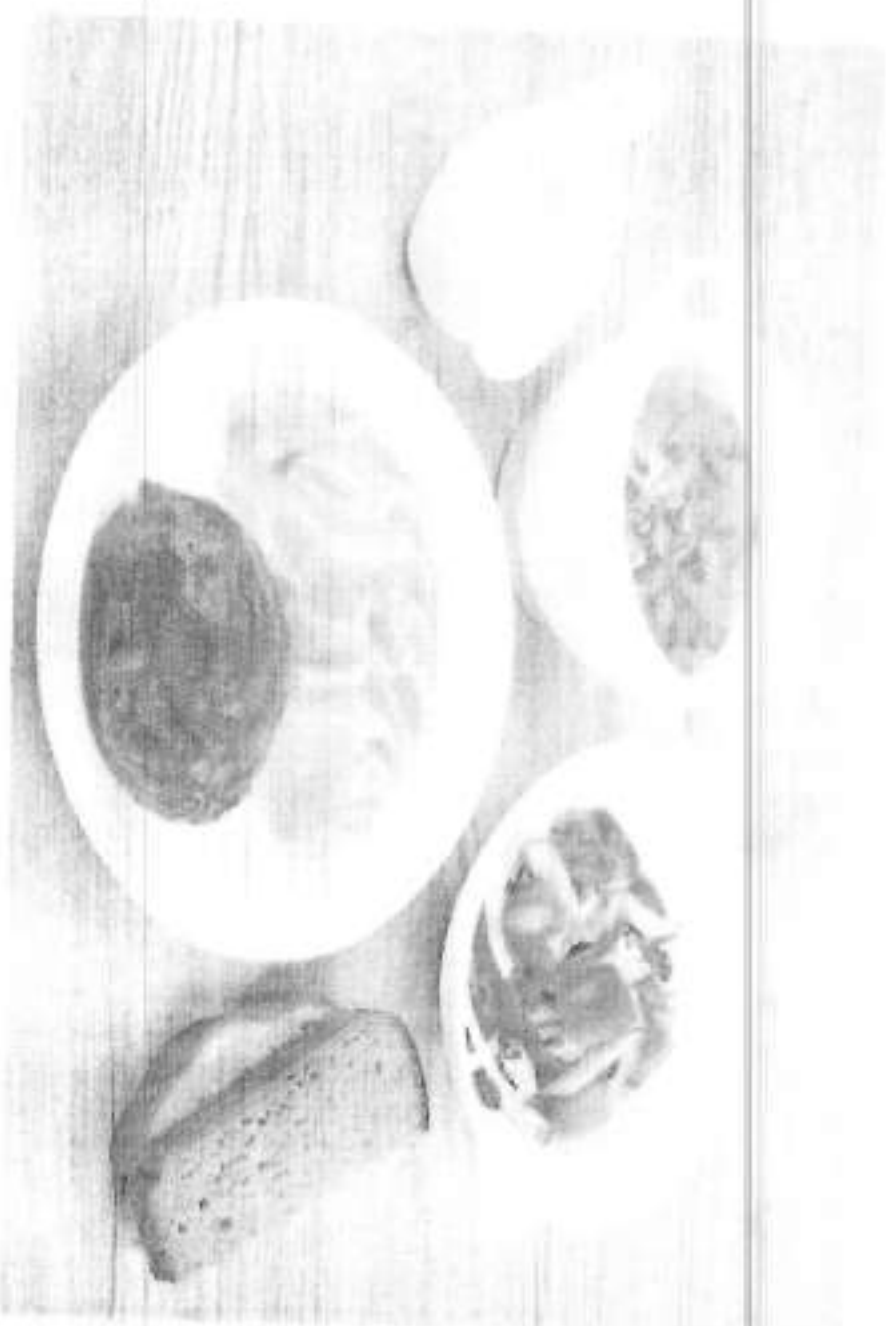
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Вторник						
Обед						
ТК	Овоши по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
93-18	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
443-04, ТК	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (желеобразный)	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	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Среда						
Обед						
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощей: 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
ТК	Филе трюфи, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша расыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75

Четверг						
№ рецептуры	Применение 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	109,50
1К	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	Применение 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	
173-17, 174-17, 175-17	Завтрак 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	
ТК	Обед 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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
Вторник						
	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
54-11-20, ТК	Нюры картофельные	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
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. упаковке)	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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Пищевые вещества (г)			
Среда						
Обед						
015-17	Завтрак Сыр порционно (Росинский)	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 (манدارин)	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						
Обед						
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощей): 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	Овоши 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

		Питание		Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	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	
54-11-20, 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	Джео 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	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Сыр порционный (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 лимонном	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	

		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 (146/40)	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		
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	
54-11r-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 (манго)	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	

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Пищевые вещества (г)			
Б	Ж	У				
Вторник						
	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 (праник)	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						
	Обед					
93-18	Овоши 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

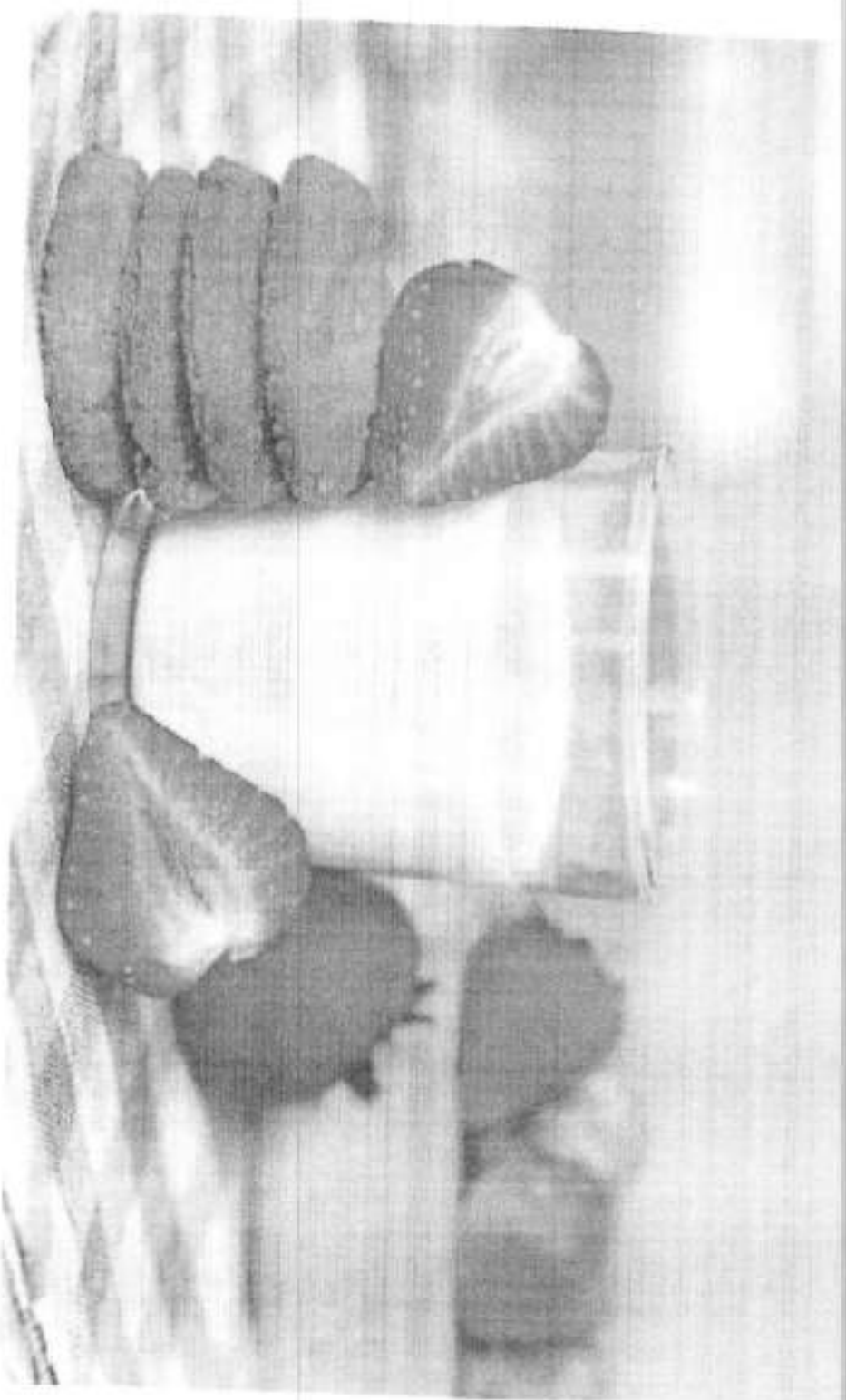
		Среда					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Завтрак						
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164,00	
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50	
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32	
ИК	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	
Среда							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
ТК	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	
ТК	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	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63	
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75	

82

Четверг						
№ рецептуры	Применение пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овоши 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	Применение 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

		Пятица				
№ 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	Гречен из пшена	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макаронн 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	7,10	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					
	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Обед		Б	Ж	У	
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 (II смена)



Понедельник						
№ рецептуры	Применение 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	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	26,52	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	Применение пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Подлник					
742-04	Кулешка 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	Применение 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	Гречен из пшена	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Разогрев-ф-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	Применение 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 лимонном	200	0,07	0,02	20,00	42,00
	Итого	300	13,15	6,08	58,68	342,00

Среды						
№ рецептуры	Принем 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), жареный 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
Среды						
№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
	Итого	300	18,10	12,31	46,90	369,33

Четверг						
№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
015-17	Обед 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						
№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
420-17	Поддник 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

		Пятидневка				
№ рецептуры	Принем 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 (150г/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимонном	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
Пятидневка						
№ рецептуры	Принем 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

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота
Неделя: 1

Возрастная категория: Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Овощи по сезону (перец сладкий)	70	0,91	0,07	3,71	18,9	ТК
	Шиндель из говядины	100	15	22	13,02	278,67	451-04
	Картофель по-деревенски	130	3,09	5,83	23,71	160	ТК
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15,0	71,7	ТК
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,2	0,2	9,0	42	ТК
	Итого	560	22,37	28,72	74,44	611,27	
	Салат «Светафор»	60	0,55	2,69	1,97	34	ТК
	Суп картофельный с горохом	200	6,2	5,6	22,3	167	ТК
	Паста сливочная с куррицей	220	24,41	25,84	42,82	489	ТК
Обед	Сок фруктовый (инд.уп)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	Хлеб пшеничный	45	3,15	0,9	22,5	107,7	ТК
	Хлеб ржаной	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	Итого	753	36,99	35,31	122,39	941,3	
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТК
	Молоко (инд.упак)	200	5,8	5,0	9,6	107	ТК
Подливка	Кондитерские изделия (печенье)	35	2,8	3,6	14,4	92,5	ТК
	Итого	355	9,08	9,08	35,76	255,9	
	Итого за 1 день	1668	68,44	73,11	232,59	1808,47	

№ рецептуры	Понедельник Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Пищевые вещества (г)			
Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)			
	Понедельник					
	Обед					
ТК	Овоши 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	136,78
289-0/1К	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Фрукты свежие (маншарин)	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
	Понедельник					
	Прием пищи, наименование блюда					
	Подлинк					
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00
382-17	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Итого	300	10,18	12,30	44,60	350,00

		Вторник				
№ рецептуры	Примечание блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
93-18	Овоши 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	16,7	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
Вторник						
№ рецептуры	Примечание блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Полдник						
ТК	Колбаса куринная, 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. утпак)	15	0,98	4,20	9,30	91,00
	Итого	315	13,04	14,63	62,47	364,88

		Среды							
№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Обед								
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощей: 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			
ТК	Фиге птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50			
302-17	Каша раскатчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75			
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00			
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63			
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75			
Среды									
№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Полдник								
743-04	Расстегай с мясом (говядина)	100	15,57	10,72	29,97	266,97			
389-07, ТК	Сок натуральный	200	0,90	0,00	18,18	84,80			
	Итого	300	16,47	10,72	48,15	351,77			

Четверг							
№ рецептуры	Пример 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	17,44	14,71	24,11	222,95	
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	Пример 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 (клюоника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	77,00	
	Итого	300	15,70	35,22	30,01	357,00	

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота

Неделя: 2

Возрастная категория:

Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Присем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Салат из моркови с сухофруктами	60	0,82	2,68	6,94	55	362-04
	Пудинг из творога со сметаной	160	11,66	13,79	19,79	302,77	ТК
	Чай сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	ТК
	Итого	470	15,85	16,75	60,73	511,47	
	Салат из огурцов и помидоров	60	1,15	0,9	3,8	56	ТК
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,64	10,4	96,8	ТК
	Жаркое по-домашнему	240	20,6	23,72	23,25	389	ТК
	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117	350-17,ТК
Обед	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	38	ТК
	Хлеб пшеничный	28	1,96	0,18	14	66,9	ТКА
	Хлеб ржаной-пшеничный	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	Итого	856	28,38	30,06	96,09	822,5	
	Фрукты свежие (банан)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ТК
Подливка	Рулет фруктовый (покупной)	35	-	-	-	-	
	Сок фруктовый (инд.уток.)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	Итого	385	1,6	1,6	34,9	115,3	
Итого за 1 день		1711	45,83	48,41	191,72	1449,27	