

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Н.И. Звягина

2025 год



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА
для детей обучающихся
по программам начального общего образования
«на период с 02.09.2024 по 28.11.2024 - 01.04.2025 по 31.05.2025
и 29.11.2024 по 31.03.2025 2024/2025 учебного года»

СОГЛАСОВАНО:

Исполняющий
обязанности директора
муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 47
города Ставрополя



Е.В. Ремаренко

Заместитель начальника
отдела санитарного
надзора
Управления
Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

**Меню для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на период с 02.09.2024г. по 28.11.2024г. – с 01.04.2025г. по 31.05.2025г.
2024-2025 уч. года (1 неделя)**

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/10 (№ рец. 174, сб.2015)	Омлет натуральный с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/135/13 (№ рец. 210, сб.2015)	Макаронные отварные с сыром с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/197/8/32 (№ рец. 204, сб.2015)	Запеканка из творога с морковью и молоком стуженым 1/200/80 (№ рец. 224, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)				
Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Икра кабачковая консервированная 1/80	Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Какао с молоком 1/200 (№ рец. 382, сб.2015)	Рagu из птицы 1/90/270 (№ рец. 289, сб.2015)	Рagu из птицы 1/90/270 (№ рец. 289, сб.2015)				
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)				
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50				
Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Бийогурт фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый) в индивидуальной упаковке 1/125	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)				
Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150				
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)				
Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с крупной рисовой 1/250 (№ рец. 101, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/250 (№ рец. 88, сб.2015)	Суп с макаронными изделиями и картофелем 1/250 (№ рец. 112, сб.2015)	Суп с макаронными изделиями и картофелем 1/250 (№ рец. 112, сб.2015)				
Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Рыба (минтай) припущенная с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 227, сб.2015)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/270 (№ рец. 291, сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/5 (№ рец. 274, сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/5 (№ рец. 274, сб.2015)				
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 309, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 310, сб.2015)	Котлеты из говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 268, 331 сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 312, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 312, сб.2015)				
Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Компот из свежих яблок 1/200 (№ рец. 342, сб.2015)	Кисель из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 354 сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)				
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50				
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150				

Меню для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на период с 02.09.2024г. по 28.11.2024г. – с 01.04.2025г. по 31.05.2025г.

2024-2025 уч. года (2 недели)

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/10 (№ рец. 173, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Пудинг из творога (запеченный) со стуженным молоком 1/200/80 (№ рец. 222, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Лапшеник с творогом, маслом сливочным «Крестьянским» и повидлом яблочным 1/200/780 (№ рец. 208, сб.2015)
Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Рагу из овощей 1/180 (№ рец. 143, сб.2015)	Какао с молоком 1/200 (№ 382, сб.2015)	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 295, 331 сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/7 (№ рец. 237, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Биойогурт фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый) в индивидуальной упаковке 1/125	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)
Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/60 (№ рец. 71, сб.2015)
Суп из овощей со сметаной 1/250/10 (№ рец. 99, сб.2015)	Рассольник Ленинградский 1/250 (№ рец. 96, сб.2015)	Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с клецками 1/250 (№ рец. 108, сб.2015)
Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 278, сб.2015, № рец. 331, сб.2015,)	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 239, 331 сб.2015)	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным «Крестьянским» 1/90/9 (№ рец. 295, сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 274,331 сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 312, сб.2015)	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 309, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 310, сб.2015)	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, б.2015)
Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
 на период с 02.09.2024 по 28.11.2024 – с 01.04.2025 по 31.05.2025
 2024/2025 учебного года

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛИ															
Завтрак															
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	5,7	6,8	41,7	252,6	№ 174.2015г.	0,0	1,3	0,0	35,2	61,8	108,3	0,5	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14.2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15.2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (пельсени 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	685	19,1	21,4	121,5	771,4		0,2	20,5	118,0	86,8	388,4	376,8	8,5	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71.2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102.2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268.2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,9	7,3	25,2	217,8	№ 309.2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349.2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1039	37,9	39,2	124,0	1 010,7		0,5	24,9	1,1	148,6	148,0	419,4	17,7	
	Всего за день:	1724	56,9	60,5	245,5	1 782,1		0,8	45,4	119,1	235,4	536,4	796,2	26,2	

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	13,8	24,5	2,6	285,8	№ 210 2015г.	0,1	0,0	0,2	15,9	101,7	222,7	2,6	
2	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	1/80	1,3	1,0	6,4	36,1		0,0	3,5	0,0	11,4	15,8	18,7	0,6	
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3	
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	668	27,0	37,9	86,4	806,8		0,3	19,8	40,2	79,1	228,2	399,4	8,4	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3	
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	15,3	8,2	0,9	131,4	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	41,2	15,5	176,1	0,9	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5	
5	Компот из свежих яблок	1/200	0,8	0,8	139,4	573,0	№ 342 2015г.	0,1	4,5	0,0	25,7	70,9	22,0	4,8	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1049	30,3	23,4	224,7	1 250,9		0,6	57,0	0,2	175,1	202,1	458,3	10,8	
	Всего за день:	1717	57,3	61,2	311,1	2 057,7		0,9	76,8	40,4	254,2	430,3	857,7	19,3	

СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/8/32	4,6	7,7	23,2	165,4	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	7,9	11,4	38,1	0,9	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мултифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порция)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	БИЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8	
	Итого за прием пищи:	665	18,3	20,3	94,8	656,9		0,4	16,5	40,0	98,9	65,8	174,1	6,5	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0	
3	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанном с томатом	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8	
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7	
5	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1080	37,7	40,6	142,4	1 068,0		0,6	31,8	0,7	295,7	139,1	576,3	12,1	
	Всего за день:	1745	56,0	60,9	237,2	1 724,9		0,9	48,3	0,4	394,6	204,9	750,4	18,6	

ЧЕТВЕРГ I НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г		Жиры, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
			4	5											
Завтрак															
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком ступенным	1/200/80	29,2	27,6	91,6	732,0	№ 224 2015г.	0,2	2,2	0,1	75,5	480,2	492,2	2,0	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	755	44,5	44,5	176,6	1301,4		0,4	18,5	118,1	133,1	913,8	836,7	8,2	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9	
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	238,2	2,8	
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблonya 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1010	36,2	23,2	128,0	870,1		0,4	47,0	0,2	147,2	168,0	403,3	6,1	
	Всего за день:	1765	80,6	67,6	304,6	2171,5		0,8	65,5	118,3	280,3	1081,8	1240,0	14,3	

ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4
2	РАГУ из пшны	1/90/270	20,60	16,5	23,1	320,6	№ 289 2015г.	0,20	6,50	29,00	67,10	63,00	190,20	3,20
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9
	Итого за прием пищи:	812	30,4	26,6	96,5	761,1		0,4	28,7	69,0	123,1	152,4	334,2	10,0
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	191,4	№ 312 2015г.	0,1	17,6	0,0	29,8	48,2	87,9	1,3
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9
	Итого за прием пищи:	1035	29,1	30,4	125,0	861,2		0,5	139,9	31,5	118,4	157,1	364,3	13,8
	Всего за день:	1847	59,5	57,0	221,5	1 622,3		0,9	168,6	100,5	241,5	309,5	698,5	23,8

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 173 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калибровальные (блок 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	685	20,2	24,7	105,4	731,2		0,3	20,9	118,0	105,4	486,8	459,7	10,9	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8	
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	12,8	14,3	16,8	288,0	№ 278, 331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	128,5	1,4	
4	КАША ТРЕХНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калибровальные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1110	35,4	32,4	148,8	1 061,6		0,5	20,1	0,2	269,7	158,4	546,3	11,2	
	Всего за день:	1795	55,5	57,1	254,2	1 792,8		0,8	41,0	118,2	375,1	645,2	1 006,0	22,1	

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	БРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленные (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	12,1	16,2	13,4	201,6	№ 237 2015г.	0,1	0,0	0,1	25,4	38,7	140,4	1,5	
3	РАГУ из овощей	1/180	2,5	15,7	0,5	202,0	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8	
4	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 349 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	767	24,2	35,0	102,6	839,7		0,3	38,7	65,8	97,8	166,0	334,5	8,5	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6	
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2	
3	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0	
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	191,4	№ 312 2015г.	0,1	17,6	0,0	29,8	48,2	87,9	1,3	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1080	29,0	32,2	126,3	905,9		0,5	151,7	29,3	138,6	231,0	458,5	6,7	
	Всего за день:	1847	53,1	67,2	228,9	1745,6		0,8	190,4	95,1	236,4	397,0	793,0	15,2	

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	Пудинг из творога (запеченный) со ступенным молоком	1/200/80	27,3	25,4	69,3	416,3	№ 222 2015г.	0,1	0,9	122,3	56,8	301,1	552,6	1,8	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мullифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (поршиями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	БИЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8	
	Итого за прием пищи:	715	43,9	40,5	165,7	1 041,8		0,4	18,4	162,3	161,8	476,5	778,6	8,4	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,9	7,3	25,2	217,8	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 349 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (пельсени I шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1039	35,5	33,6	132,4	942,6		0,6	18,9	0,8	123,3	124,7	389,3	17,6	
	Всего за день:	1754	79,4	74,0	298,1	1 984,4		1,0	37,3	163,1	285,1	601,2	1 167,9	26,0	

ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛИ														
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4
2	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом	1/90/50	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295, 331 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/2000/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9
	Итого за прием пищи:	862	34,6	39,9	136,9	1 018,2		0,5	23,6	40,2	253,0	130,5	542,3	14,5
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/2500/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3
3	БРАУНЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274, 331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5
4	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9
	Итого за прием пищи:	1110	26,6	28,1	119,7	863,1		0,5	163,3	31,5	130,6	163,9	371,8	14,4
	Всего за день:	1972	61,2	68,0	256,6	1 881,3		1,0	186,9	71,7	383,6	294,4	914,1	28,9

ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г		Жиры, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
			3	4											
Завтрак															
1	ЛАШЕВНИК С ТВОРОГОМ, маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/200/780	17,7	17,3	40,3	388,6	№ 208 2015г.	0,1	0,3	94,0	26,5	136,7	211,2	1,2	
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	1/200	2,9	1,9	20,9	113,4	№ 379 2015г.	0,0	0,2	1,0	1,3	128,7	86,5	0,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	4,0	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	762	33,0	33,6	121,5	937,4		0,3	15,8	213,0	71,4	578,0	552,2	6,4	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6	
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	11,46	8,12	51,52	325,00	№ 302 «6.2015г.	0,2	0	0	181,1	19,7	271,9	6	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1039	42,3	39,4	142,3	1116,8		0,5	5,1	6,3	299,8	132,5	625,3	11,8	
	Всего за день:	1801	75,3	72,9	263,8	2054,2		0,8	20,8	219,3	371,2	710,5	1177,5	18,2	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	
Итого за весь период	634,9	646,3	18 816,8
Среднее значение за период	63,5	64,6	1 881,7

Итого	Витамины			Минеральные вещества		
	В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	Fe, мг
Итого за весь период	8,7	881,2	1 046,4	3 057,4	5 211,3	9 401,4
Среднее значение за период	0,87	88,12	104,64	305,74	521,13	940,14

*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице

**Меню для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на осенне-зимний период с 29.11.2024г. до 31.03.2025г.
2024-2025 уч. года (1 неделя)**

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/135/13 (№ рец. 210, сб.2015)	ЗАВТРАК Омлет натуральный с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/135/13 (№ рец. 210, сб.2015)	ЗАВТРАК Макаронные отварные с сыром с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/1197/8/32 (№ рец. 204, сб.2015)	ЗАВТРАК Запеканка из творога с морковью и молоком ступенным 1/200/80 (№ рец. 224, сб.2015)	ЗАВТРАК Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)
Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Икра кабачковая консервированная 1/80	Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Какао с молоком 1/200 (№ рец. 382, сб.2015)	Рагу из птицы 1/90/270 (№ рец. 289, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Кофейный напиток с молоком 1/180 (№ рец. 379, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Бийогурт фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый) в индивидуальной упаковке 1/125	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)
Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с крупной рисовой 1/250 (№ рец. 101, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/250 (№ рец. 88, сб.2015)	Суп с макаронными изделиями и картофелем 1/250 (№ рец. 112, сб.2015)
Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Рыба (минтай) припущенная с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 227, сб.2015)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/270 (№ рец. 291, сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/5 (№ рец. 274, сб.2015)
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 309, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 310, сб.2015)	Котлеты из говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 268, 331 сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 349, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 312, сб.2015)
Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Кисель из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 354, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (манدارины 2 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150

**Меню для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на осенне-зимний период с 29.11.2024г. до 31.03.2025г.
2024-2025 уч. года (2 недели)**

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/10 (№ рец. 173, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Пудинг из творога (запеченный) со стуженным молоком 1/200/80 (№ рец. 222, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Лапшевник с творогом, маслом сливочным «Крестьянским» и повидлом яблочным 1/200/7/80 (№ рец. 208, сб.2015)	Лапшевник с творогом, маслом сливочным «Крестьянским» и повидлом яблочным 1/200/7/80 (№ рец. 208, сб.2015)	Лапшевник с творогом, маслом сливочным «Крестьянским» и повидлом яблочным 1/200/7/80 (№ рец. 208, сб.2015)	Лапшевник с творогом, маслом сливочным «Крестьянским» и повидлом яблочным 1/200/7/80 (№ рец. 208, сб.2015)
Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Рагу из овощей 1/180 (№ рец. 143, сб.2015)	Какао с молоком 1/200 (№ рец. 382, сб.2015)	Рагу из овощей 1/180 (№ рец. 143, сб.2015)	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 295, 331 сб.2015)	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 295, 331 сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/7 (№ рец. 237, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/7 (№ рец. 237, сб.2015)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)
Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Биоюгурт фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый) в индивидуальной упаковке 1/125	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (помидоры) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные соленые (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)
Суп из овощей со сметаной 1/250/10 (№ рец. 99, сб.2015)	Рассольник Ленинградский 1/250 (№ рец. 96, сб.2015)	Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с клёцками 1/250 (№ рец. 108, сб.2015)	Суп картофельный с клёцками 1/250 (№ рец. 108, сб.2015)	Суп картофельный с клёцками 1/250 (№ рец. 108, сб.2015)	Суп картофельный с клёцками 1/250 (№ рец. 108, сб.2015)
Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 278, сб.2015, № рец. 331, сб.2015,)	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 239, 331 сб.2015)	Тефтели рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным «Крестьянским» 1/90/9 (№ рец. 295, сб.2015)	Тефтели рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным «Крестьянским» 1/90/9 (№ рец. 295, сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 274,331 сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/50 (№ рец. 274,331 сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 312, сб.2015)	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 309, сб.2015)	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 309, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 310, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 310, сб.2015)	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, б.2015)	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, б.2015)	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, б.2015)	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180 (№ рец. 302, б.2015)
Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (манدارины 2 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (апельсин 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко 1 шт) 1/150

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
на период с 29.11.2024 по 31.03.2025
2024/2025 учебного года**

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	5,7	6,8	41,7	252,6	№ 174 2015г.	0,0	1,3	0,0	35,2	61,8	108,3	0,5	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (аблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	685	19,1	21,4	121,5	771,4		0,2	20,5	118,0	86,8	388,4	376,8	8,5	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленные (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,9	7,3	25,2	217,8	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1039	37,8	39,1	123,9	1 008,7		0,5	16,2	1,0	145,6	145,6	419,4	17,7	
	Всего за день:	1724	56,8	60,4	245,4	1 780,1		0,8	36,7	119,0	232,4	534,0	796,2	26,2	

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	13,8	24,5	2,6	283,8	№ 210 2015г.	0,1	0,0	0,2	15,9	101,7	222,7	2,6	
2	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	1/80	1,3	1,0	6,4	36,1		0,0	3,5	0,0	11,4	15,8	18,7	0,6	
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/180	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3	
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	668	27,0	37,9	86,4	806,8		0,3	19,8	40,2	79,1	228,2	399,4	8,4	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3	
3	РЫБА МИНГАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	15,3	8,2	0,9	131,4	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	41,2	15,5	176,1	0,9	
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1049	30,2	22,7	105,6	762,5		0,5	150,7	0,2	150,0	147,3	430,1	6,7	
	Всего за день:	1717	57,2	60,6	192,0	1 569,3		0,8	170,5	40,4	229,1	375,5	829,5	15,1	

СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
			Завтрак												
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/8,32	4,6	7,7	23,2	165,4	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	7,9	11,4	38,1	0,9	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порция)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	БИЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8	
	Итого за прием пищи:	665	18,3	20,3	94,8	656,9		0,4	16,5	40,0	98,9	65,8	174,1	6,5	
			Обед												
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0	
3	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268, 331 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8	
4	КАША ГРЕНЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7	
5	Кисель из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (магларина 2 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1080	37,6	40,5	142,3	1 066,0		0,6	23,1	0,6	292,7	136,7	576,3	12,1	
	Всего за день:	1745	55,9	60,8	237,1	1 722,9		0,9	39,6	0,4	391,6	202,5	750,4	18,6	

ЧЕТВЕРТ I НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г		Жир, г			Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
			4	5											
Завтрак															
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сушеным	1/200/80	29,2	27,6	91,6	732,0	№ 224 2015г.	0,2	2,2	0,1	75,5	480,2	492,2	2,0	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блоком 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	755	44,5	44,5	176,6	1 301,4		0,4	18,5	118,1	133,1	913,8	836,7	8,2	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9	
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8	
4	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0	
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1010	36,2	23,1	127,5	866,5		0,4	45,2	0,2	144,4	162,8	393,7	6,1	
	Всего за день:	1765	80,6	67,5	304,1	2 167,9		0,8	63,7	118,3	277,5	1 076,6	1 230,4	14,3	

ПЯТНИЦА I НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	РАГУ из птицы	1/90/2/70	20,60	16,5	23,1	320,6	№ 289 2011г.	0,20	6,50	29,00	67,10	63,00	190,20	3,20	
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/1/5/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5	
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	812	30,4	26,5	96,0	757,5		0,4	26,9	69,0	120,3	147,2	324,6	10,0	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9	
3	БРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4	
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	191,4	№ 312 2015г.	0,1	17,6	0,0	29,8	48,2	87,9	1,3	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1035	29,0	30,3	124,9	859,2		0,5	131,2	31,4	115,4	154,7	364,3	13,8	
	Всего за день:	1847	59,4	56,8	220,9	1 616,7		0,9	158,1	100,4	235,7	301,9	688,9	23,8	

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 173 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	34,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	685	20,2	24,7	105,4	731,2		0,3	20,9	118,0	105,4	486,8	459,7	10,9	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8	
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	12,8	14,3	16,8	268,0	№ 278, 331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	128,5	1,4	
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 302 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблочки 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1110	35,4	32,3	148,3	1 058,0		0,5	18,3	0,2	266,9	153,2	536,7	11,2	
	Всего за день:	1795	55,5	57,0	253,7	1 789,2		0,8	39,2	118,2	372,3	640,0	996,4	22,1	

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	12,1	16,2	13,4	201,6	№ 237 2015г.	0,1	0,0	0,1	25,4	38,7	140,4	1,5	
3	РАГУ из овощей	1/180	2,5	15,7	0,5	202,0	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8	
4	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 349 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоки 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	767	24,2	34,9	102,1	836,1		0,3	36,9	65,8	95,0	160,8	324,9	8,5	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2	
3	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0	
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	191,4	№ 312 2015г.	0,1	17,6	0,0	29,8	48,2	87,9	1,3	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1080	28,9	32,1	126,2	903,9		0,5	143,0	29,2	135,6	228,6	458,5	6,7	
	Всего за день:	1847	53,0	67,0	228,3	1 740,0		0,8	179,9	95,0	230,6	389,4	783,4	15,2	

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	Пудинг из творога (запеченный) со стуженым молоком	1/200/80	27,3	25,4	69,3	416,3	№ 222 2015г.	0,1	0,9	122,3	56,8	301,1	552,6	1,8	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8	
7	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
	Итого за прием пищи:	715	43,9	40,5	165,7	1 041,8		0,4	18,4	162,3	161,8	476,5	778,6	8,4	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,9	7,3	25,2	217,8	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2	
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
8	ФРУКТЫ соевые калиброванные (манго, 2 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9	
	Итого за прием пищи:	1039	35,5	33,5	131,9	939,0		0,6	17,1	0,8	120,5	119,5	379,7	17,6	
	Всего за день:	1754	79,4	73,9	297,6	1 980,8		1,0	35,5	163,1	282,3	596,0	1 158,3	26,0	

ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г		Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
			4	5										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1	ДАШЕВНИК С ТВОРОГОМ, маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/2000/7180	17,7	17,3	40,3	388,6	№ 208 2015г.	0,1	0,3	94,0	26,5	136,7	211,2	1,2
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	1/200	2,9	1,9	20,9	113,4	№ 379 2015г.	0,0	0,2	1,0	1,3	128,7	86,5	0,0
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	4,0	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (апельсин 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9
	Итого за прием пищи:	762	33,0	33,6	121,5	937,4		0,3	15,8	213,0	71,4	578,0	552,2	6,4
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ раскатаная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	11,46	8,12	51,52	325,00	№ 302 сб.2015г.	0,2	0	0	181,1	19,7	271,9	6
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	0,6	0,6	14,7	69,5		0,0	15,0	0,0	0,1	23,2	17,5	2,9
	Итого за прием пищи:	1039	42,3	39,3	141,8	1113,2		0,5	3,2	6,3	297,0	127,3	615,7	11,8
	Всего за день:	1801	75,3	72,8	263,2	2050,6		0,8	19,0	219,3	368,4	705,3	1167,9	18,2

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	
Итого за весь период	634,3	644,5	18 293,2
Среднее значение за период	63,4	64,5	1 829,3

Итого	Витамины			Минеральные вещества		
	В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	Fe, мг
Итого за весь период	8,6	918,6	1 046,0	2 997,8	5 108,2	208,4
Среднее значение за период	0,86	91,86	104,60	299,78	510,82	20,84

*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице