

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Марсенов В.А.

«1» октября 2024 г.

Для документов



СОГЛАСОВАНО

Директор УБОУ ОМД по г. Подгорный

Лиликова Т.С.

«1» октября 2024 г.



Примерное десятидневное меню

и пищевая ценность приготавливаемых блюд,

для детей ОВЗ в т.ч. витаминизация.

Меню приготавливаемых блюд

Неделя: 1

День: понедельник

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО 1-4	Макаронные отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
	Сосиски молочные	50	5	10		113	101
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05
	Хлеб пшеничный 1	30	3		1	50	13 001.02
	Сок 0,2 л	200	1		24	84	83.01
Итого за завтрак СВО 1-4		685	17	18	88	558	
Завтрак СВО 5-11	Макаронные отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
	Сосиски молочные	50	5	10		113	101
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05
	Хлеб пшеничный 1	30	3		1	50	13 001.02
	Сок 0,2 л	200	1		24	84	83.01
Итого за завтрак СВО 5-11		685	17	18	88	558	
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ	Шир с говядиной со сметаной	250/50/5	11	14	10	210	10.01
	Орुцья свежые порционные 2	60			1	7	1 044.02
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389	14.05
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
	Хлеб пшеничный 1	30	3		9	50	13 001.02
Итого за завтрак СВО 5-11		850	26	30	95	742	10 015.05
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ	Макаронные отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
	Сосиски молочные	50	5	10		113	101
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05
	Хлеб пшеничный 1	30	3		1	50	13 001.02
	Сок 0,2 л	200	1		24	84	83.01
Итого за завтрак 1-4 класс, ОВЗ		685	17	18	88	558	
Комплекс СВО 1-4	Шир со сметаной на МКБ	250/5	2	11	11	151	10.06
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389	14.05
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
	Хлеб пшеничный 1	30	3		9	50	13 001.02
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05
Итого за Комплекс СВО 1-4		780	17	27	135	839	69

Обед 1										
	Шри из свежей капусты с говядиной со сметаной	250/25/5	7	8	10	135			10,02	
	Чай с сахаром 1	200	2		7	29			10 015 05	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57			13 003 02	
Итого за Обед 1										
	Обед 2	510	9	8	30	221				
Итого за Обед 2										
Комплекс ОВЗ										
	Огурцы свежие порционные 30	30			1	4			1 037 02	
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389			14,05	
	Чай с сахаром 1	200	7		29				10 015 05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50			13 001 02	
	Итого за Обед 2	485	13	16	72	472				
Комплекс ОВЗ										
	Шри со сметаной на МКС	250/5	2	11	11	151			10,06	
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389			14,05	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57			13 003 02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50			13 001 02	
	Чай с сахаром 1	200	7	29	7	29			10 015 05	
	Кондитерское изделие 1	40			40	163			69	
	Итого за Комплекс ОВЗ	780	17	27	135	839				
Комплекс 1										
	Шри из свежей капусты с говядиной со сметаной	250/25/5	7	8	10	135			10,02	
	Огурцы свежие порционные 2	60			1	7			1 044 02	
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389			14,05	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57			13 003 02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50			13 001 02	
	Чай с сахаром 1	200	7	29	7	29			10 015 05	
	Итого за Комплекс 1	825	22	24	95	667				
	Итого за День	6 285	155	186	826	5454				

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак СВО 1-4	Каша молочная манная вязкая	180/5	7	7	38	245	15	
	Бульброд с сыром на батоне	50	8	7	17	160	127	
	Творожная запеканка со ступенным молоком	50/15	12	5	17	165	76	
	Чай с сахаром 1	200	200	25	7	29	10 015 05	
Итого за Завтрак СВО 1-4		500	27	19	79	599		
Завтрак СВО 5-11	Каша молочная манная вязкая	180/5	7	7	38	245	15	
	Бульброд с сыром на батоне	50	8	7	17	160	127	
	Творожная запеканка со ступенным молоком	50/15	12	5	17	165	76	
	Чай с сахаром 1	200	200	29	7	29	10 015 05	
Итого за Завтрак СВО 5-11		500	27	19	79	599		
Комплекс СВО 5-11	Суп гороховый с хурццей	250/25	11	9	21	212	120	
	Винегрет овошной 1	60	1	1	4	31	1 039 02	
	Тертели тушеные в соусе	80/50	11	15	12	232	7 041 02	
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005 02	
Итого за Комплекс СВО 5-11	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001 02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003 02	
	Чай с сахаром витаминизированный	200	200	10	10	43	10 015 03	
	Итого за Комплекс СВО 5-11	910	32	32	98	811		
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ	Каша молочная манная вязкая	180/5	7	7	38	245	15	
	Бульброд с сыром на батоне	50	8	7	17	160	127	
	Творожная запеканка со ступенным молоком	50/15	12	5	17	165	76	
	Чай с сахаром 1	200	200	29	7	29	10 015 05	
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		500	27	19	79	599		
Комплекс СВО 1-4	Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160	57	
	Тертели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041 02	
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005 02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001 02	
Итого за Комплекс СВО 1-4	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003 02	
	Чай с сахаром витаминизированный	200	200	10	10	43	10 015 03	
	Итого за Комплекс СВО 1-4	825	26	28	94	728		

Обед 2									
Итого за Обед 1									
Суп гороховый с курицей	250/25	11	9	21	212	120			
Винегрет овощной 1	60	1	1	4	31	1 039 02			
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	5	13	57	13 003 02			
Чай с сахаром витаминизированный	200	2	10	10	43	10 015 03			
	565	14	10	48	343				
Итого за Обед 2									
Комплекс ОБЗ									
Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160	57			
Тфтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041 02			
Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005 02			
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001 02			
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	57	13 003 02			
Чай с сахаром витаминизированный	200	2	10	10	43	10 015 03			
	825	26	28	94	728				
Итого за Комплекс ОБЗ									
Комплекс 1									
Суп гороховый с курицей	250/25	11	9	21	212	120			
Винегрет овощной 1	60	1	1	4	31	1 039 02			
Тфтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041 02			
Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005 02			
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001 02			
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	57	13 003 02			
Чай с сахаром витаминизированный	200	2	10	10	43	10 015 03			
	910	32	32	98	811				
	6 080	229	209	729	5729				
Итого за Комплекс 1									
Итого за День									

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак СВО 1-4	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005.02	
	Лакомка (запеченое филе)	80	16	20	9	245	128	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	7	50	13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200	7	29	24	84	10 015.05	
	Сок 0,2 л	200	1	27	69	84	83.01	
	Сок 0,2 л	715	24	27	69	594		
Итого за Завтрак СВО 1-4								
Завтрак СВО 5-11								
Итого за Завтрак СВО 5-11	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005.02	
	Лакомка (запеченое филе)	80	16	20	9	245	128	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	7	50	13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200	7	29	24	84	10 015.05	
	Сок 0,2 л	200	1	27	69	84	83.01	
		Сок 0,2 л	715	24	27	69	594	
		Сок 0,2 л	825	23	27	111	772	
Итого за Комплекс СВО 5-11								
Итого за Комплекс СВО 5-11	Суп рисовый с курицей.	250/25	6	7	16	153	2 014.07	
	Салат Радужный	60	2	4	11	88	112	
	Сосиски Молочные	50	5	10	11	113	101	
	Макаронные отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	57	13 003.02	
	Чай с лимонном	200	7	32	7	32	10 015.02	
	Чай с лимонном	850	26	29	104	775		
Итого за Комплекс СВО 5-11								
Итого за Комплекс СВО 5-11	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005.02	
	Лакомка (запеченое филе)	80	16	20	9	245	128	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	7	50	13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200	7	29	24	84	10 015.05	
	Сок 0,2 л	200	1	27	69	84	83.01	
		Сок 0,2 л	715	24	27	69	594	
		Сок 0,2 л	825	23	27	111	772	
Итого за Комплекс СВО 1-4								
Итого за Комплекс СВО 1-4	Суп рисовый на МКБ	250	3	5	23	150	2 014.13	
	Салат Радужный	60	2	4	11	88	112	
	Сосиски Молочные	50	5	10	11	113	101	
	Макаронные отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	57	13 003.02	
	Чай с лимонном	200	7	32	7	32	10 015.02	
	Чай с лимонном	825	23	27	111	772		
Итого за Комплекс СВО 1-4								

Обед 1

Суп рисовый с курицей	250/25	6	7	16	153	2 014.07
Салат Радужный	60	2	4	11	88	112
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
Чай с сахаром 1	200	7		7	29	10 015.05
Итого за Обед 1	565	10	11	47	327	

Обед 2

Макароньы отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
Сосиски молочные	50	5	10	113	113	101
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02
Чай с сахаром 1	200	7		7	29	10 015.05
Итого за Обед 2	485	16	18	64	474	

Комплекс ОБЗ

Суп рисовый на МКБ	250	3	5	23	150	2 014.13
Салат Радужный	60	2	4	11	88	112
Сосиски молочные	50	3	10	113	113	101
Макароньы отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
Чай с лимоном	200	7		7	32	10 015.02
Итого за Комплекс ОБЗ	825	23	27	111	772	

Итого за Комплекс ОБЗ

Суп рисовый с курицей	250/25	6	7	16	153	2 014.07
Салат Радужный 1	80	3	4	15	109	46
Макароньы отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
Чай с лимоном	200	7		7	32	10 015.02
Итого за Комплекс 1	820	22	19	108	683	
Итого за День	6 515	192	212	752	5585	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО 1-4	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01
	Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	17
	Чай с сахаром витаминизированный	200	30	1	10	43	10.015.03
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02
Итого за Завтрак СВО 1-4		515	38	20	77	632	
Завтрак СВО 5-11	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01
	Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	17
	Чай с сахаром витаминизированный	200	30	1	10	43	10.015.03
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02
Итого за Завтрак СВО 5-11		515	38	20	77	632	
Комплекс СВО 5-11	Борщ с говядиной и со сметаной	250/25/5	7	8	13	150	9
	Рагу из овощей с курицей	200/25	8	17	19	262	16.03
	Нарезка из помидор и огурца	80	1	3	3	15	1.015
	Чай с сахаром 1	200	30	1	7	29	10.015.05
Итого за Комплекс СВО 5-11	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57	57	13.003.02
		845	21	26	64	563	
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01
	Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	17
	Чай с сахаром витаминизированный	200	30	1	10	43	10.015.03
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		515	38	20	77	632	
Комплекс СВО 1-4	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158	47
	Рагу из овощей с курицей	200/25	8	17	19	262	16.03
	Нарезка из помидор и огурца	80	1	3	7	15	1.015
	Чай с сахаром 1	200	30	1	9	29	10.015.05
Итого за Комплекс СВО 1-4	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	13	50	13.001.02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	29	64	57	13.003.02
		820	16	29	64	571	

Точка учета	Наименование блюд	Вес блюда	Питательная ценность				Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белок	Жиры	Углеводы	ккал		
Завтрак СВО 1-4	Омлет натуральный с мясом	200/5	17	23	4	294	119	
	Бульбурда с колбасой лив	90	3		14	68	12,012,08	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10,015,05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	90	13,001,02	
	Сол 0,2 л	200	1		24	84	83,01	
Итого за Завтрак СВО 1-4	685	24	24	59	525			
Итого за Завтрак СВО 2-11	Омлет натуральный с мясом	200/5	17	23	4	294	119	
	Бульбурда с колбасой лив	90	3		14	68	12,012,08	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10,015,05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	90	13,001,02	
	Сол 0,2 л	200	1		24	84	83,01	
Итого за Завтрак СВО 2-11	685	24	24	59	525			
Итого за Комбинат СВО 2-11	Омлет натуральный с мясом	260/25	6	7	11	135	121	
	Мороженое по-домашнему с нугами 200/25	200/25	8	16	29	296	7,010,07	
	Сырники свежие подрубочные 1	80	1		2	11	1,344,01	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	90	13,001,02	
	Хлеб дражированный пшеничный 1	30	2		13	57	13,003,02	
Итого за Комбинат СВО 2-11	840	20	24	71	578	10,015,05		
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОБС	Омлет натуральный с мясом	200/5	17	23	4	294	119	
	Бульбурда с колбасой лив	90	3		14	68	12,012,08	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10,015,05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	90	13,001,02	
	Сол 0,2 л	200	1		24	84	83,01	
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОБС	685	24	24	59	525			
Итого за Завтрак СВО 1-4 Комбинат	Омлет натуральный с мясом	250	2	4	15	112	85,01	
	Мороженое по-домашнему с нугами 200/25	200/25	8	16	29	296	7,010,07	
	Сырники свежие подрубочные 1	80	1		2	11	1,344,01	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	90	13,001,02	
	Хлеб дражированный пшеничный 1	30	2		13	57	13,003,02	
Итого за Комбинат СВО 1-4	815	16	21	78	589	10,015,03		

Итого за Обед 1	Суп с клецками куриный	250/25	6	7	11	135	121
	Огурцы свежие порционные 2	60			1	7	1 044.02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015.03
Обед 2		565	8	7	35	242	
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296	7 010.07
	Огурцы свежие порционные 30	30			1	4	1 037.02
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02
Итого за Обед 2	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05
		485	11	17	46	379	
	Суп с клецками на МКС	250	2	4	15	112	65.01
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296	7 010.07
Комплекс ОВ3	Огурцы свежие порционные 1	80	1		2	11	1 044.01
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015.03
Итого за Комплекс ОВ3		815	16	21	78	569	
	Суп с клецками куриный	250/25	6	7	11	135	121
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296	7 010.07
	Огурцы свежие порционные 1	80	1		2	11	1 044.01
Итого за Комплекс 1	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05
		840	20	24	71	578	
Итого за День		6 415	163	186	553	4490	

Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур							
			Белки	Жиры	Углеводы										
Завтрак СВО 1.4				5	8	30	214	4 001.01							
									Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5	12	5	17	185	79
									Творожная запеканка со спеленым молоком	50/15	8	7	17	190	127
									Бутерброд с сыром на батоне	50	200	10	24	43	10 015.03
									Чай с сахаром витаминизированный	200	200	24	94	24	83.01
Сок 0,2 л	200	200	26	20	98	966									
Итого за Завтрак СВО 1.4															
Завтрак СВО 5-11				5	8	30	214	4 001.01							
									Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5	12	5	17	185	79
									Творожная запеканка со спеленым молоком	50/15	8	7	17	190	127
									Бутерброд с сыром на батоне	50	200	10	24	43	10 015.03
									Чай с сахаром витаминизированный	200	200	24	94	24	83.01
Сок 0,2 л	200	200	26	20	98	966									
Итого за Завтрак СВО 5-11															
Комплекс СВО 5-11				7	8	13	150	9							
									Борщ с говядиной и со сметаной	250/29/5	1	6	3	70	20.01
									Салат из свежих помидор и огурцов 80	80	4	6	29	186	3 005.02
									Пюре картофельное 200/5	200/5	11	15	12	232	7.041.02
									Едтели тушеные в соусе	80/30	3	1	9	50	13 001.02
Хлеб пшеничный 1	30	2	13	7	29	10 015.05									
Хлеб ржано-пшеничный 1	200	200	28	36	86	774									
Чай с сахаром 1	200	200	7	7	7	29	10 015.05								
Итого за Комплекс СВО 5-11															
Завтрак 1.4 класс, ОБЗ				5	8	30	214	4 001.01							
									Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5	12	5	17	185	79
									Творожная запеканка со спеленым молоком	50/15	8	7	17	190	127
									Бутерброд с сыром на батоне	50	200	10	24	43	10 015.03
									Чай с сахаром витаминизированный	200	200	24	94	24	83.01
Сок 0,2 л	200	200	26	20	98	966									
Итого за Завтрак 1.4 класс, ОБЗ															
Комплекс СВО 1.4				2	11	13	158	47							
									Борщ на МКС со сметаной	250/5	4	6	29	186	3 005.02
									Пюре картофельное 200/5	200/5	11	15	12	232	7.041.02
									Едтели тушеные в соусе	80/30	3	1	9	50	13 001.02
									Хлеб пшеничный 1	30	2	13	7	29	10 015.05
Хлеб ржано-пшеничный 1	200	200	22	33	83	712									
Чай с сахаром 1	200	200	7	7	7	29	10 015.05								
Итого за Комплекс СВО 1.4															

Обед 1										
Итого за Обед 1										
Борщ с говядиной и со сметаной	250/25/5	7	8	13	13	150	9	1 007,01		
Салат из свежих помидор и огурцов	60	1	5	2	2	57		13 003,02		
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	7	57		10 015,05		
Чай с сахаром 1	200				29	29				
Обед 2	570	10	13	35	293					
Итого за Обед 2										
Комплекс ОВ3										
Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02				
Тертые тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	11	7 041,02			
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02				
Чай с сахаром 1	200			7	29	29		10 015,05		
	545	18	22	57	497					
Итого за Обед 2										
Комплекс ОВ3										
Борщ со сметаной на МКБ	250/5	3	6	17	135	2 002				
Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02				
Тертые тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02				
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02				
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003,02				
Чай с сахаром 1	200			7	29	29		10 015,05		
	830	23	28	87	689					
Итого за Комплекс ОВ3										
Комплекс 1										
Борщ с говядиной и со сметаной	250/25/5	7	8	13	13	150	9			
Салат из свежих помидор и огурцов	60	1	5	2	2	57		1 007,01		
Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02				
Тертые тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02				
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02				
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003,02				
Чай с сахаром 1	200			7	29	29		10 015,05		
	915	28	35	85	761					
	6 785	207	227	727	5724					
Итого за Комплекс 1										
Итого за день										

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак ОВО 1-4	Макаронь, запеченные с сыром 1	200	13	13	49	362	4.007.01	
	Бульбород с колбасой п/к на батоне	50	2	2	17	92	12.012.03	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10.015.05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
Итого за Завтрак ОВО 1-4		480	18	16	82	533		
Завтрак ОВО 5-11	Макаронь, запеченные с сыром 1	200	13	13	49	362	4.007.01	
	Бульбород с колбасой п/к на батоне	50	2	2	17	92	12.012.03	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10.015.05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
Итого за Завтрак ОВО 5-11		480	18	16	82	533		
Комплекс ОВО 5-11	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	3	5	21	146	2.014.05	
	Промисор в нарезке 60	60	1		2	14	2.024	
	Горошкица 200/5	200/5	23	6	48	338	17	
	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01	
Итого за Комплекс ОВО 5-11	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
	Хлеб ржанко-пшеничный 1	30	2		13	57	13.003.02	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10.015.05	
	Итого за Комплекс ОВО 5-11	880	44	25	110	604		
Завтрак 1-4 класс ОВО3	Макаронь, запеченные с сыром 1	200	13	13	49	362	4.007.01	
	Бульбород с колбасой п/к на батоне	50	2	2	17	92	12.012.03	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10.015.05	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
Итого за Завтрак 1-4 класс ОВО3		480	18	16	82	533		
Комплекс ОВО 1-4	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	3	5	21	146	2.014.05	
	Горошкица 200/5	200/5	23	6	48	338	17	
	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01	
	Пшеница в нарезке 4/0	40			2	10	1.30	
Итого за Комплекс ОВО 1-4	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
	Хлеб ржанко-пшеничный 1	30	2		13	57	13.003.02	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10.015.05	
	Итого за Комплекс ОВО 1-4	880	43	25	110	630		

Обед 1									
Комплекс 1									
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	3	5	21	145	2 014,05			
Помидор в нарезке 50	60	1		2	14	2 024			
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003,02			
Чай с сахаром 1	200	29		7	29	10 015,05			
Итого за Обед 1	565	6	5	43	245				
Обед 2									
Комплекс 2									
Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	17			
Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22,01			
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02			
Чай с сахаром 1	200	29		7	29	10 015,05			
Итого за Обед 2	515	38	20	74	618				
Комплекс 3									
Комплекс 1									
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	3	5	21	145	2 014,05			
Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	17			
Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22,01			
Помидор в нарезке 40	40			2	10	130			
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02			
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003,02			
Чай с сахаром 1	200	29		7	29	10 015,05			
Итого за Комплекс 3	860	43	25	110	830				
Комплекс 1									
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	3	5	21	145	2 014,05			
Горошница 200/5	200/5	23	6	48	336	17			
Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22,01			
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02			
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003,02			
Чай с сахаром 1	200	29		7	29	10 015,05			
Итого за Комплекс 1	820	43	25	108	820				
Итого за День									
	5 940	271	173	801	5776				

Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак СВО 1-4	Каша гречневая с маслом	200/5	12	7	53	321	8 001.03	
	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05	
	Сок 0,2 л	200	1		24	84	83.01	
Итого за Завтрак СВО 1-4		715	28	21	103	687		
Завтрак СВО 5-11	Каша гречневая с маслом	200/5	12	7	53	321	8 001.03	
	Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05	
	Сок 0,2 л	200	1		24	84	83.01	
	Итого за Завтрак СВО 5-11		715	28	21	103	687	
	Комплекс СВО 5-11	Рассольник с мясом и сметаной	250/25/5	7	6	15	143	2 026.06
		Салат из свежих помидор и огурцов	60	1	5	2	57	1 007.01
		Макароны отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02
		Сосиски молочные	50	5	10		113	101
Хлеб пшеничный 1		30	3	1	9	50	13 001.02	
Хлеб ржано-пшеничный 1		30	2		13	57	13 003.02	
Чай с сахаром 1		200			7	29	10 015.05	
Итого за Комплекс СВО 5-11			855	26	29	94	731	
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		Каша гречневая с маслом	200/5	12	7	53	321	8 001.03
		Котлеты куриные 1	80	12	13	10	203	22.01
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200			7	29	10 015.05	
	Сок 0,2 л	200	1		24	84	83.01	
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		715	28	21	103	687		
Комплекс СВО 1-4	Рассольник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5	2	6	18	136	2 008	
	Макароны отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004.02	
	Сосиски молочные	50	5	10		113	101	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57	13 003.02	
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015.03	
	Итого за Комплекс СВО 1-4		770	20	24	98	681	

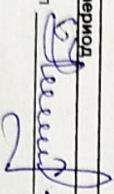
Обед 1												
Расходник с мясом и сметаной												
Салат из свежих помидор и огурцов	250/25/5	7	6	15	143	2 026,06						
Хлеб ржано-пшеничный 1	60	1	5	2	57	1 007,01						
Чай с сахаром 1	30	2	13	7	29	13 003,02						
Итого за Обед 1												
Обед 2	570	10	11	37	286	10 015,05						
Итого за Обед 2												
Комплекс ОВЗ												
Салат из свежих помидор и огурцов	60	1	5	2	57	1 007,01						
Макаронны отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004,02						
Сосиски молочные	50	5	10	9	113	101						
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02						
Чай с сахаром витаминизированный	200	2	13	10	43	10 015,03						
Итого за Обед 2												
Комплекс ОВЗ												
Расходник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5	2	6	18	136	2 008						
Макаронны отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004,02						
Сосиски молочные	50	5	10	9	113	101						
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02						
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	10	57	13 003,02						
Чай с сахаром витаминизированный	200	2	13	10	43	10 015,03						
Итого за Комплекс ОВЗ												
Комплекс 1												
Расходник с мясом и сметаной	250/25/5	7	6	15	143	2 026,06						
Салат из свежих помидор и огурцов	60	1	5	2	57	1 007,01						
Макаронны отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004,02						
Сосиски молочные	50	5	10	9	113	101						
Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02						
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	10	57	13 003,02						
Чай с сахаром 1	200	2	13	10	43	10 015,05						
Итого за Комплекс 1												
Итого за день												
	6 510	203	203	799	5716							

Прем лица	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО 1-4	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220	36,03
	Пудинг из творога запеченный со ступеным молоком	50/15	10	5	22	175	6,002,01
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13,001,02
	Кисель	200	27	27	109	109	55
Итого за Завтрак СВО 1-4		500	19	14	89	554	
Завтрак СВО 5-11	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220	36,03
	Пудинг из творога запеченный со ступеным молоком	50/15	10	5	22	175	6,002,01
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13,001,02
	Кисель	200	27	27	109	109	55
Итого за Завтрак СВО 5-11		500	19	14	89	554	
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ	Суп лапша с курицей	250/25	7	9	18	184	2,020,06
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296	7,010,07
	Салат из помидоров с растительным маслом	80	1	3	4	48	1,026
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13,001,02
Итого за Комплекс СВО 5-11	Чай с сахаром 1	200	2	7	29	29	10,015,05
	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220	36,03
	Пудинг из творога запеченный со ступеным молоком	50/15	10	5	22	175	6,002,01
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13,001,02
Комплекс СВО 1-4	Кисель	200	27	27	109	109	55
	Суп лапша на МКС	250	4	6	29	184	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296	7,010,07
	Салат из помидоров с растительным маслом	80	1	3	4	48	1,026
Итого за Комплекс СВО 1-4	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13,001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	57	13,003,02
	Чай с сахаром 1	200	7	7	29	29	10,015,05
	Кисель	815	18	26	91	664	

Обед 1									
	Суп лапша с курицей	250/25	7	9	18	184		2 020.06	
	Салат из помидоров с растительным маслом 1	60	1	4	3	51		1 026.01	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57		13 003.02	
	Чай с сахаром 1	200	7		29	29		10 015.05	
	Обед 2	565	10	13	41	321			
	Итого за Обед 1								
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296		7 010.07	
	Салат из помидоров с растительным маслом 1	60	1	4	3	51		1 026.01	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50		13 001.02	
	Чай с сахаром 1	200	7		29	29		10 015.05	
	Итого за Обед 2	515	12	21	48	426			
	Комплекс ОВЗ								
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	184		61	
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296		7 010.07	
	Салат из помидоров с растительным маслом	80	1	3	4	48		1 026	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50		13 001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57		13 003.02	
	Чай с сахаром 1	200	7		29	29		10 015.05	
	Итого за Комплекс ОВЗ	815	18	26	91	664			
	Комплекс 1								
	Суп лапша с курицей	250/25	7	9	18	184		2 020.06	
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	296		7 010.07	
	Салат из помидоров с растительным маслом 1	60	1	4	3	51		1 026.01	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50		13 001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	57		13 003.02	
	Чай с сахаром 1	200	7		29	29		10 015.05	
	Итого за Комплекс 1	820	21	30	79	667			
	Итого за день	5 870	157	187	697	5068			

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак СВО 1-4								
	Каша молочная манная вязкая 1	200/5	7	8	41	263	15.03	
	Яйцо куриное, сваренное вкрутую	40	5	5	63	63	5.003	
	Чай с сахаром 1	200	2	14	7	29	10.015.05	
	Бутерброд с маслом на батоне	45	2	14	17	204	12.012.06	
	Сок 0,2 л	200	1	24	24	84	83.01	
	Сок 0,2 л	200	1	27	24	89	84.3	
Итого за Завтрак СВО 1-4								
Завтрак СВО 5-11								
	Каша молочная манная вязкая 1	200/5	7	8	41	263	15.03	
	Яйцо куриное, сваренное вкрутую	40	5	5	7	63	5.003	
	Чай с сахаром 1	200	2	14	7	29	10.015.05	
	Бутерброд с маслом на батоне	45	2	14	17	204	12.012.06	
	Сок 0,2 л	200	1	24	24	84	83.01	
	Сок 0,2 л	200	1	27	24	89	84.3	
Итого за Завтрак СВО 5-11								
Комплекс СВО 5-11								
	Суп с клецками куриный	250/25	6	7	11	135	121	
	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	67.01	
	Тедтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7.007	
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8.005.02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	13	57	13.003.02	
	Чай с сахаром 1	200	2	29	7	29	10.015.05	
	Чай с сахаром 1	200	2	27	7	29	10.015.05	
Итого за Комплекс СВО 5-11								
Завтрак 1-4 класс, ОВЗ								
	Каша молочная манная вязкая 1	200/5	7	8	41	263	15.03	
	Яйцо куриное, сваренное вкрутую	40	5	5	7	63	5.003	
	Чай с сахаром 1	200	2	14	7	29	10.015.05	
	Бутерброд с маслом на батоне	45	2	14	17	204	12.012.06	
	Сок 0,2 л	200	1	24	24	84	83.01	
	Сок 0,2 л	200	1	27	24	89	84.3	
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ								
Комплекс СВО 1-4								
	Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112	65.01	
	Тедтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7.007	
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8.005.02	
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02	
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	13	57	13.003.02	
	Чай с сахаром 1	200	2	29	7	29	10.015.05	
	Чай с сахаром 1	200	2	27	7	29	10.015.05	
Итого за Комплекс СВО 1-4								

Обед 1												
	Суп с клецками курдючий	250/25	6	7	7	11	135	121				
	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	67.01					
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	7	57	13.003.02					
	Чай с сахаром 1	200	9	10	33	29	10.015.05					
Итого за Обед 1												
		565										
Обед 2												
	Тедтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7.007					
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8.005.02					
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02					
	Чай с сахаром 1	200	7	14	7	29	10.015.05					
Итого за Обед 2												
		515	18	14	55	435						
Комплекс ОБЗ												
	Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112	65.01					
	Тедтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7.007					
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8.005.02					
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02					
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	7	57	13.003.02					
	Чай с сахаром 1	200	7	18	7	29	10.015.05					
Итого за Комплекс ОБЗ												
		795	22	18	83	604						
Комплекс 1												
	Суп с клецками курдючий	250/50	7	8	12	148	121					
	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	67.01					
	Тедтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7.007					
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8.005.02					
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13.001.02					
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	7	57	13.003.02					
	Чай с сахаром 1	200	7	18	7	29	10.015.05					
Итого за Комплекс 1												
		905	28	25	82	681						
Итого за день												
		6.525	171	190	864	5183						
Итого за период												
		62.825	1958	1994	8732	53468						
Среднее значение за период												
			195,8	199,4	873,2	5346,8						

Составил  Администратор



Обед 1												
	Суп с клецками куриный	250/25	6	7	7	11	135	121				
	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	67,01					
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57	13 003,02						
	Чай с сахаром 1	200	7	29	10 015,05							
Итого за Обед 1												
		565	9	10	33	262						
Обед 2												
	Тефтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7 007					
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02					
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02					
	Чай с сахаром 1	200	7	29	10 015,05							
Итого за Обед 2												
		515	18	14	55	435						
Комплекс ОВЗ												
	Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112	65,01					
	Тефтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7 007					
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02					
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02					
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57	13 003,02						
	Чай с сахаром 1	200	7	29	10 015,05							
Итого за Комплекс ОВЗ												
		795	22	18	83	604						
Комплекс 1												
	Суп с клецками куриный	250/50	7	8	12	148	121					
	Салат из сырых овощей 1	60	1	3	2	41	67,01					
	Тефтели рыбные из филе минтая	80	11	7	10	170	7 007					
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02					
	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50	13 001,02					
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	13	57	13 003,02						
	Чай с сахаром 1	200	7	29	10 015,05							
Итого за Комплекс 1												
		905	28	25	82	681						
Итого за День												
		6 525	171	190	884	5 183						
Итого за период												
		62 825	1 958	1 964	1 782	53 468						
Среднее значение за период												
		195,8	195,8	195,8	195,8	53 468						

Составил

[Подпись]

Администратор

