

**УТВЕРЖЕНО**

Руководитель ООО «Негоциант»

Исхаимов Е.А.

Документ № \_\_\_\_\_

«1» января 2025 г.



**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГБОУ ООШ пос. Подгорный

Ямщикова Т.С.

«1» января 2025 г.

**Примерное десятидневное меню**

**и пищевая ценность приготовляемых блюд,**

**учащимся с 1-4 класс у которых один из родителей относится к категории лиц,**

**принимających участие в СВО**

## Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи                             | Наименование блюда                           | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |  |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Макароны 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    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |  | 485       | 16               | 18   | 64       | 474                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Макароны 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    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |  | 485       | 16               | 18   | 64       | 474                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Щи 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 витаминизированный             | 200       |                  |      | 10       | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |  | 825       | 22               | 24   | 98       | 681                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>                  |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Макароны 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    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОБЗ</b> |  | 485       | 16               | 18   | 64       | 474                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Щи 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                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                              | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |  | 740       | 17               | 27   | 95       | 676                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Щи из свежей капусты с говядиной со сметаной | 250/25/5  | 7                | 8    | 10       | 135                     | 10,02       |
|  | Чай с сахаром 1                              | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Хлеб ржано-пшеничный 1                       | 30        | 2                |      | 13       | 57                      | 13 003,02   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |  | 510       | 9                | 8    | 30       | 221                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |  | 485       | 13               | 16   | 72       | 472                     |             |
| <b>Комплекс ОБ</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Щи 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                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                              | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс ОБЗ</b>           |  | 740       | 17               | 27   | 95       | 676                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Щи 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |  | 825       | 22               | 24   | 95       | 667                     |             |
| <b>Итого за день</b>                   |  | 5 580     | 148              | 180  | 677      | 4815                    |             |

(лист 2)

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи         | Наименование блюда          | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                             |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b> |                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша молочная манная вязкая | 180/5     | 7                | 7    | 38       | 245                     | 15          |
|                    | Бутерброд с сыром на батоне | 50        | 8                | 7    | 17       | 160                     | 127         |

|  |  |        |     |     |     |      |           |
|--|--|--------|-----|-----|-----|------|-----------|
|  | Творожная запеканка со сгущенным молоком | 50/15  | 12  | 5   | 17  | 165  | 76        |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200    |     |     | 7   | 29   | 10 015,05 |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |  | 500    | 27  | 19  | 79  | 599  |           |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Каша молочная манная вязкая              | 180/5  | 7   | 7   | 38  | 245  | 15        |
|  | Бутерброд с сыром на батоне              | 50     | 8   | 7   | 17  | 160  | 127       |
|  | Творожная запеканка со сгущенным молоком | 50/15  | 12  | 5   | 17  | 165  | 76        |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200    |     |     | 7   | 29   | 10 015,05 |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |  | 500    | 27  | 19  | 79  | 599  |           |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Суп гороховый с курицей.                 | 250/25 | 11  | 9   | 21  | 212  | 120       |
|  | Винегрет овощной 1                       | 60     | 1   | 1   | 4   | 31   | 1 039,02  |
|  | Тефтели 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   |     | 13  | 57   | 13 003,02 |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200    |     |     | 10  | 43   | 10 015,03 |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |  | 910    | 32  | 32  | 98  | 811  |           |
| <b>Завтрак 1-4 к</b>                   |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Каша молочная манная вязкая              | 180/5  | 7   | 7   | 38  | 245  | 15        |
|  | Бутерброд с сыром на батоне              | 50     | 8   | 7   | 17  | 160  | 127       |
|  | Творожная запеканка со сгущенным молоком | 50/15  | 12  | 5   | 17  | 165  | 76        |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200    |     |     | 7   | 29   | 10 015,05 |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |  | 500    | 27  | 19  | 79  | 599  |           |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Суп гороховый на МКБ                     | 250    | 6   | 6   | 21  | 160  | 57        |
|  | Тефтели 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   |     | 13  | 57   | 13 003,02 |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200    |     |     | 10  | 43   | 10 015,03 |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |  | 825    | 26  | 28  | 94  | 728  |           |
| <b>Обед 1</b>                          |  |        |     |     |     |      |           |
|  | 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   |     | 13  | 57   | 13 003,02 |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200    |     |     | 10  | 43   | 10 015,03 |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |  | 565    | 14  | 10  | 48  | 343  |           |
| <b>Обед 2</b>                          |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Тефтели 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 |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200    |     |     | 10  | 43   | 10 015,03 |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |  | 545    | 18  | 22  | 60  | 511  |           |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Суп гороховый на МКБ                     | 250    | 6   | 6   | 21  | 160  | 57        |
|  | Тефтели 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   |     | 13  | 57   | 13 003,02 |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200    |     |     | 10  | 43   | 10 015,03 |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |  | 825    | 26  | 28  | 94  | 728  |           |
| <b>Комплекс 1</b>                      |  |        |     |     |     |      |           |
|  | Суп гороховый с курицей.                 | 250/25 | 11  | 9   | 21  | 212  | 120       |
|  | Винегрет овощной 1                       | 60     | 1   | 1   | 4   | 31   | 1 039,02  |
|  | Тефтели 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   |     | 13  | 57   | 13 003,02 |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200    |     |     | 10  | 43   | 10 015,03 |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |  | 910    | 32  | 32  | 98  | 811  |           |
| <b>Итого за день</b>                   |  | 6 080  | 229 | 209 | 729 | 5729 |           |

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи                             | Наименование блюда               | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|----------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |                                  |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Пюре картофельное 200/5          | 200/5     | 4                | 6    | 29       | 186                     | 8 005,02    |
|  | Филе запеченное "Нежное"         | 80        | 14               | 16   | 1        | 200                     | 7 041,03    |
|  | Хлеб пшеничный 1                 | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                  | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |                                  | 515       | 21               | 23   | 46       | 465                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Пюре картофельное 200/5          | 200/5     | 4                | 6    | 29       | 186                     | 8 005,02    |
|  | Филе запеченное "Нежное"         | 80        | 14               | 16   | 1        | 200                     | 7 041,03    |
|  | Хлеб пшеничный 1                 | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                  | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |                                  | 515       | 21               | 23   | 46       | 465                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Борщ с говядиной и со сметаной   | 250/25/5  | 7                | 8    | 13       | 150                     | 9           |
|  | Салат Радужный                   | 60        | 2                | 4    | 11       | 88                      | 112         |
|  | Сосиски молочные                 | 50        | 5                | 10   |          | 113                     | 101         |
|  | Макароны 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 сахаром витаминизированный | 200       |                  |      | 10       | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |                                  | 855       | 27               | 30   | 104      | 783                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 к</b>                   |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Пюре картофельное 200/5          | 200/5     | 4                | 6    | 29       | 186                     | 8 005,02    |
|  | Филе запеченное "Нежное"         | 80        | 14               | 16   | 1        | 200                     | 7 041,03    |
|  | Хлеб пшеничный 1                 | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                  | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |                                  | 515       | 21               | 23   | 46       | 465                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Борщ со сметаной на МКБ          | 250/5     | 3                | 6    | 17       | 135                     | 2 002       |
|  | Салат Радужный                   | 60        | 2                | 4    | 11       | 88                      | 112         |
|  | Сосиски молочные                 | 50        | 5                | 10   |          | 113                     | 101         |
|  | Макароны 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 сахаром витаминизированный | 200       |                  |      | 10       | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |                                  | 830       | 23               | 28   | 108      | 768                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Борщ с говядиной и со сметаной   | 250/25/5  | 7                | 8    | 13       | 150                     | 9           |
|  | 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        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |                                  | 570       | 11               | 12   | 44       | 324                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
|  | Чай с сахаром 1                  | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |                                  | 485       | 16               | 18   | 64       | 474                     |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Борщ со сметаной на МКБ          | 250/5     | 3                | 6    | 17       | 135                     | 2 002       |
|  | Салат Радужный                   | 60        | 2                | 4    | 11       | 88                      | 112         |
|  | Сосиски молочные                 | 50        | 5                | 10   |          | 113                     | 101         |
|  | Макароны 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 сахаром витаминизированный | 200       |                  |      | 10       | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |                                  | 830       | 23               | 28   | 108      | 768                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |                                  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Борщ с говядиной и со сметаной   | 250/25/5  | 7                | 8    | 13       | 150                     | 9           |
|  | Салат Радужный 1                 | 80        | 3                | 4    | 15       | 109                     | 46          |
|  | Сосиски молочные                 | 50        | 5                | 10   |          | 113                     | 101         |
|  | Макароны 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        | 32                      | 10 015,02   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |                                  | 875       | 28               | 30   | 105      | 793                     |             |
| <b>Итого за день</b>                   |                                  | 5 990     | 191              | 215  | 671      | 5305                    |             |

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|            |                    |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |

|  |              |            |            |            |             |           |  |
|--|--------------|------------|------------|------------|-------------|-----------|--|
| <b>Завтрак СВО</b>                     |              |            |            |            |             |           |  |
| 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          |            |            | 10         | 43          | 10 015,03 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        | <b>515</b>   | <b>38</b>  | <b>20</b>  | <b>77</b>  | <b>632</b>  |           |  |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |              |            |            |            |             |           |  |
| 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          |            |            | 10         | 43          | 10 015,03 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       | <b>515</b>   | <b>38</b>  | <b>20</b>  | <b>77</b>  | <b>632</b>  |           |  |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |              |            |            |            |             |           |  |
| Суп рисовый с курицей.                 | 250/25       | 6          | 7          | 16         | 153         | 2 014,07  |  |
| Рагу из овощей с курицей               | 200/25       | 8          | 17         | 19         | 262         | 16,03     |  |
| Нарезка из помидор и огурца            | 80           | 1          |            | 3          | 15          | 1 015     |  |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |            |            | 7          | 28          | 10 009,01 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| Хлеб ржано-пшеничный 1                 | 30           | 2          |            | 13         | 57          | 13 003,02 |  |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      | <b>840</b>   | <b>20</b>  | <b>25</b>  | <b>67</b>  | <b>565</b>  |           |  |
| <b>Завтрак 1-4 к</b>                   |              |            |            |            |             |           |  |
| 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          |            |            | 10         | 43          | 10 015,03 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> | <b>515</b>   | <b>38</b>  | <b>20</b>  | <b>77</b>  | <b>632</b>  |           |  |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |              |            |            |            |             |           |  |
| Суп рисовый на МКБ                     | 250          | 3          | 5          | 23         | 150         | 2 014,13  |  |
| Рагу из овощей с курицей               | 200/25       | 8          | 17         | 19         | 262         | 16,03     |  |
| Нарезка из помидор и огурца            | 80           | 1          |            | 3          | 15          | 1 015     |  |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |            |            | 7          | 28          | 10 009,01 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| Хлеб ржано-пшеничный 1                 | 30           | 2          |            | 13         | 57          | 13 003,02 |  |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       | <b>815</b>   | <b>17</b>  | <b>23</b>  | <b>74</b>  | <b>562</b>  |           |  |
| <b>Обед 1</b>                          |              |            |            |            |             |           |  |
| Суп рисовый с курицей.                 | 250/25       | 6          | 7          | 16         | 153         | 2 014,07  |  |
| Хлеб ржано-пшеничный 1                 | 30           | 2          |            | 13         | 57          | 13 003,02 |  |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |            |            | 7          | 28          | 10 009,01 |  |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 | <b>505</b>   | <b>8</b>   | <b>7</b>   | <b>36</b>  | <b>238</b>  |           |  |
| <b>Обед 2</b>                          |              |            |            |            |             |           |  |
| Рагу из овощей с курицей               | 200/25       | 8          | 17         | 19         | 262         | 16,03     |  |
| Нарезка из помидор и огурца 1          | 60           | 1          |            | 2          | 11          | 129       |  |
| Чай с сахаром витаминизированный       | 200          |            |            | 10         | 43          | 10 015,03 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 | <b>515</b>   | <b>12</b>  | <b>18</b>  | <b>40</b>  | <b>366</b>  |           |  |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |              |            |            |            |             |           |  |
| Суп рисовый на МКБ                     | 250          | 3          | 5          | 23         | 150         | 2 014,13  |  |
| Рагу из овощей с курицей               | 200/25       | 8          | 17         | 19         | 262         | 16,03     |  |
| Нарезка из помидор и огурца            | 80           | 1          |            | 3          | 15          | 1 015     |  |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |            |            | 7          | 28          | 10 009,01 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| Хлеб ржано-пшеничный 1                 | 30           | 2          |            | 13         | 57          | 13 003,02 |  |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           | <b>815</b>   | <b>17</b>  | <b>23</b>  | <b>74</b>  | <b>562</b>  |           |  |
| <b>Комплекс 1</b>                      |              |            |            |            |             |           |  |
| Суп рисовый с курицей.                 | 250/25       | 6          | 7          | 16         | 153         | 2 014,07  |  |
| Рагу из овощей с курицей               | 200/25       | 8          | 17         | 19         | 262         | 16,03     |  |
| Нарезка из помидор и огурца            | 80           | 1          |            | 3          | 15          | 1 015     |  |
| Компот из смеси сухофруктов            | 200          |            |            | 7          | 28          | 10 009,01 |  |
| Хлеб пшеничный 1                       | 30           | 3          | 1          | 9          | 50          | 13 001,02 |  |
| Хлеб ржано-пшеничный 1                 | 30           | 2          |            | 13         | 57          | 13 003,02 |  |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             | <b>840</b>   | <b>20</b>  | <b>25</b>  | <b>67</b>  | <b>565</b>  |           |  |
| <b>Итого за день</b>                   | <b>5 875</b> | <b>208</b> | <b>181</b> | <b>589</b> | <b>4754</b> |           |  |

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи                             | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |  |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Омлет натуральный с маслом               | 200/5     | 17               | 23   | 4        | 294                     | 119         |
|  | Бутерброд с колбасой п/к                 | 50        | 3                |      | 14       | 68                      | 12 012,08   |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Хлеб пшеничный 1                         | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |  | 485       | 23               | 24   | 34       | 441                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Омлет натуральный с маслом               | 200/5     | 17               | 23   | 4        | 294                     | 119         |
|  | Бутерброд с колбасой п/к                 | 50        | 3                |      | 14       | 68                      | 12 012,08   |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Хлеб пшеничный 1                         | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |  | 485       | 23               | 24   | 34       | 441                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клёцками куриный                   | 250/25    | 6                | 7    | 11       | 135                     | 121         |
|  | Жаркое по-домашнему с курицей 200/25     | 200/25    | 8                | 16   | 29       | 296                     | 7 010,07    |
|  | Салат из белокочанной капусты с яблоком  | 80        | 1                | 8    | 5        | 98                      | 1 013       |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |  | 840       | 20               | 32   | 77       | 679                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 к</b>                   |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Омлет натуральный с маслом               | 200/5     | 17               | 23   | 4        | 294                     | 119         |
|  | Бутерброд с колбасой п/к                 | 50        | 3                |      | 14       | 68                      | 12 012,08   |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Хлеб пшеничный 1                         | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |  | 485       | 23               | 24   | 34       | 441                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клецками на МКБ                    | 250       | 2                | 4    | 15       | 112                     | 65,01       |
|  | 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    |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |  | 815       | 16               | 21   | 78       | 569                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клёцками куриный                   | 250/25    | 6                | 7    | 11       | 135                     | 121         |
|  | Салат из белокочанной капусты с яблоками | 60        | 1                | 6    | 4        | 75                      | 1 006,03    |
|  | Хлеб ржано-пшеничный 1                   | 30        | 2                |      | 13       | 57                      | 13 003,02   |
|  | Чай с сахаром витаминизированный         | 200       |                  |      | 10       | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |  | 565       | 9                | 13   | 38       | 310                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Жаркое по-домашнему с курицей 200/25     | 200/25    | 8                | 16   | 29       | 296                     | 7 010,07    |
|  | Салат из белокочанной капусты с яблоками | 60        | 1                | 6    | 4        | 75                      | 1 006,03    |
|  | Хлеб пшеничный 1                         | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                          | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |  | 515       | 12               | 23   | 49       | 450                     |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клецками на МКБ                    | 250       | 2                | 4    | 15       | 112                     | 65,01       |
|  | 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    |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |  | 815       | 16               | 21   | 78       | 569                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |  |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клёцками куриный                   | 250/25    | 6                | 7    | 11       | 135                     | 121         |
|  | Жаркое по-домашнему с курицей 200/25     | 200/25    | 8                | 16   | 29       | 296                     | 7 010,07    |
|  | Салат из белокочанной капусты с яблоком  | 80        | 1                | 8    | 5        | 98                      | 1 013       |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |  | 840       | 20               | 32   | 77       | 679                     |             |
| <b>Итого за день</b>                   |  | 5 845     | 162              | 214  | 499      | 4579                    |             |

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 2

День: понедельник

| Прием пищи                             | Наименование блюда                                | Вес блюда    | Пищевые вещества |            |            | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|--------------|------------------|------------|------------|-------------------------|-------------|
|  |   |              | Белки            | Жиры       | Углеводы   |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1 | 200/5        | 5                | 8          | 30         | 214                     | 4 001,01    |
|  | Творожная запеканка со сгущенным молоком          | 50/15        | 12               | 5          | 17         | 165                     | 76          |
|  | Бутерброд с сыром                                 | 50           | 8                | 6          | 14         | 136                     | 40          |
|  | Чай с сахаром витаминизированный                  | 200          |                  |            | 10         | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |   | <b>520</b>   | <b>25</b>        | <b>19</b>  | <b>71</b>  | <b>558</b>              |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1 | 200/5        | 5                | 8          | 30         | 214                     | 4 001,01    |
|  | Творожная запеканка со сгущенным молоком          | 50/15        | 12               | 5          | 17         | 165                     | 76          |
|  | Бутерброд с сыром                                 | 50           | 8                | 6          | 14         | 136                     | 40          |
|  | Чай с сахаром витаминизированный                  | 200          |                  |            | 10         | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |   | <b>520</b>   | <b>25</b>        | <b>19</b>  | <b>71</b>  | <b>558</b>              |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Борщ с говядиной и со сметаной                    | 250/25/5     | 7                | 8          | 13         | 150                     | 9           |
|  | Салат из свежих помидор и огурцов                 | 60           | 1                | 5          | 2          | 57                      | 1 007,01    |
|  | Пюре картофельное 200/5                           | 200/5        | 4                | 6          | 29         | 186                     | 8 005,02    |
|  | Тефтели 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс СВ 5-11</b>       |   | <b>915</b>   | <b>28</b>        | <b>35</b>  | <b>85</b>  | <b>761</b>              |             |
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>                  |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1 | 200/5        | 5                | 8          | 30         | 214                     | 4 001,01    |
|  | Творожная запеканка со сгущенным молоком          | 50/15        | 12               | 5          | 17         | 165                     | 76          |
|  | Бутерброд с сыром                                 | 50           | 8                | 6          | 14         | 136                     | 40          |
|  | Чай с сахаром витаминизированный                  | 200          |                  |            | 10         | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |   | <b>520</b>   | <b>25</b>        | <b>19</b>  | <b>71</b>  | <b>558</b>              |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | 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    |
|  | Тефтели 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс СВ 1-4</b>        |   | <b>830</b>   | <b>23</b>        | <b>28</b>  | <b>87</b>  | <b>689</b>              |             |
| <b>Обед 1</b>                          |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Борщ с говядиной и со сметаной                    | 250/25/5     | 7                | 8          | 13         | 150                     | 9           |
|  | Салат из свежих помидор и огурцов                 | 60           | 1                | 5          | 2          | 57                      | 1 007,01    |
|  | Хлеб ржано-пшеничный 1                            | 30           | 2                |            | 13         | 57                      | 13 003,02   |
|  | Чай с сахаром 1                                   | 200          |                  |            | 7          | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |   | <b>570</b>   | <b>10</b>        | <b>13</b>  | <b>35</b>  | <b>293</b>              |             |
| <b>Обед 2</b>                          |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Пюре картофельное 200/5                           | 200/5        | 4                | 6          | 29         | 186                     | 8 005,02    |
|  | Тефтели тушеные в соусе                           | 80/30        | 11               | 15         | 12         | 232                     | 7 041,02    |
|  | Хлеб пшеничный 1                                  | 30           | 3                | 1          | 9          | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                                   | 200          |                  |            | 7          | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |   | <b>545</b>   | <b>18</b>        | <b>22</b>  | <b>57</b>  | <b>497</b>              |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | 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    |
|  | Тефтели 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |   | <b>830</b>   | <b>23</b>        | <b>28</b>  | <b>87</b>  | <b>689</b>              |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |   |              |                  |            |            |                         |             |
|  | Борщ с говядиной и со сметаной                    | 250/25/5     | 7                | 8          | 13         | 150                     | 9           |
|  | Салат из свежих помидор и огурцов                 | 60           | 1                | 5          | 2          | 57                      | 1 007,01    |
|  | Пюре картофельное 200/5                           | 200/5        | 4                | 6          | 29         | 186                     | 8 005,02    |
|  | Тефтели 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |   | <b>915</b>   | <b>28</b>        | <b>35</b>  | <b>85</b>  | <b>761</b>              |             |
| <b>Итого за день</b>                   |   | <b>6 165</b> | <b>205</b>       | <b>218</b> | <b>649</b> | <b>5364</b>             |             |

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 2

День: вторник

| Прием пищи                             | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Макароны под сырной шапочкой              | 200       | 12               | 10   | 44       | 318                     | 4 007,01    |
|  | Бутерброд 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   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |   | 480       | 17               | 13   | 77       | 489                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Макароны под сырной шапочкой              | 200       | 12               | 10   | 44       | 318                     | 4 007,01    |
|  | Бутерброд 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   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |   | 480       | 17               | 13   | 77       | 489                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп картофельный с мясными фрикадельками. | 250/25    | 3                | 5    | 21       | 145                     | 2 014,05    |
|  | Салат витаминный с маслом растительным    | 80        | 1                | 5    | 11       | 96                      | 1 006       |
|  | 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       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |   | 900       | 44               | 30   | 119      | 916                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>                  |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Макароны под сырной шапочкой              | 200       | 12               | 10   | 44       | 318                     | 4 007,01    |
|  | Бутерброд 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   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |   | 480       | 17               | 13   | 77       | 489                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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       |
|  | Салат витаминный с маслом растительным 1  | 60        | 5                | 5    | 15       | 126                     | 1 006,02    |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |   | 880       | 48               | 30   | 123      | 946                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп картофельный с мясными фрикадельками. | 250/25    | 3                | 5    | 21       | 145                     | 2 014,05    |
|  | Хлеб ржано-пшеничный 1                    | 30        | 2                |      | 13       | 57                      | 13 003,02   |
|  | Чай с сахаром 1                           | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |   | 505       | 5                | 5    | 41       | 231                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |   | 515       | 38               | 20   | 74       | 618                     |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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       |
|  | Салат витаминный с маслом растительным 1  | 60        | 5                | 5    | 15       | 126                     | 1 006,02    |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |   | 880       | 48               | 30   | 123      | 946                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |   | 820       | 43               | 25   | 108      | 820                     |             |
| <b>Итого за день</b>                   |   | 5 940     | 277              | 179  | 819      | 5944                    |             |



Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи                             | Наименование блюда                          | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |   | 515       | 27               | 21   | 79       | 603                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |   | 515       | 27               | 21   | 79       | 603                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |   | 855       | 26               | 29   | 94       | 731                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 к</b>                   |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |   | 515       | 27               | 21   | 79       | 603                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |   | 770       | 20               | 24   | 98       | 681                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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    |
|  | Хлеб ржано-пшеничный 1                      | 30        | 2                |      | 13       | 57                      | 13 003,02   |
|  | Чай с сахаром 1                             | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |   | 570       | 10               | 11   | 37       | 286                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
|  | Чай с сахаром витаминизированный            | 200       |                  |      | 10       | 43                      | 10 015,03   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |   | 545       | 17               | 23   | 69       | 545                     |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |   | 770       | 20               | 24   | 98       | 681                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |   | 855       | 26               | 29   | 94       | 731                     |             |
| <b>Итого за день</b>                   |   | 5 910     | 200              | 203  | 727      | 5464                    |             |

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи                             | Наименование блюда                                | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Каша жидкая молочная рисовая                      | 200/5     | 6                | 8    | 31       | 220                     | 36,03       |
|  | Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком | 50/15     | 10               | 5    | 22       | 175                     | 6 002,01    |
|  | Хлеб пшеничный 1                                  | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Компот из смеси сухофруктов                       | 200       |                  |      | 7        | 28                      | 10 009,01   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |   | 500       | 19               | 14   | 69       | 473                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Каша жидкая молочная рисовая                      | 200/5     | 6                | 8    | 31       | 220                     | 36,03       |
|  | Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком | 50/15     | 10               | 5    | 22       | 175                     | 6 002,01    |
|  | Хлеб пшеничный 1                                  | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Компот из смеси сухофруктов                       | 200       |                  |      | 7        | 28                      | 10 009,01   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |   | 500       | 19               | 14   | 69       | 473                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
|  | Хлеб ржано-пшеничный 1                            | 30        | 2                |      | 13       | 57                      | 13 003,02   |
|  | Чай с сахаром 1                                   | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |   | 840       | 21               | 29   | 80       | 664                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>                  |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Каша жидкая молочная рисовая                      | 200/5     | 6                | 8    | 31       | 220                     | 36,03       |
|  | Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком | 50/15     | 10               | 5    | 22       | 175                     | 6 002,01    |
|  | Хлеб пшеничный 1                                  | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Компот из смеси сухофруктов                       | 200       |                  |      | 7        | 28                      | 10 009,01   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |   | 500       | 19               | 14   | 69       | 473                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |   | 795       | 18               | 27   | 90       | 667                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |   | 565       | 10               | 13   | 41       | 321                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Жаркое по-домашнему с курицей 200/25              | 200/25    | 8                | 16   | 29       | 296                     | 7 010,07    |
|  | Хлеб пшеничный 1                                  | 30        | 3                | 1    | 9        | 50                      | 13 001,02   |
|  | Чай с сахаром 1                                   | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |   | 455       | 11               | 17   | 45       | 375                     |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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 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                      | 10 015,05   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |   | 795       | 18               | 27   | 90       | 667                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |   |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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                      | 10 015,05   |

|                     |       |     |     |     |      |  |
|---------------------|-------|-----|-----|-----|------|--|
| Итого за Комплекс 1 | 820   | 21  | 30  | 79  | 667  |  |
| Итого за день       | 5 770 | 156 | 185 | 632 | 4780 |  |

(лист 10)

Рацион: Меню Подгорный 01.01.2025

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи                             | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|  |                                 |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Каша молочная манная вязкая 1   | 200/5     | 7                | 8    | 41       | 263                     | 15,03       |
|  | Яйцо куриное, сваренное вкрутую | 40        | 5                | 5    |          | 63                      | 5 003       |
|  | Чай с сахаром 1                 | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Бутерброд с маслом              | 45        | 3                | 13   | 14       | 181                     | 12 012,01   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 1-4</b>        |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 490       | 15               | 26   | 62       | 536                     |             |
| <b>Завтрак СВО</b>                     |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Каша молочная манная вязкая 1   | 200/5     | 7                | 8    | 41       | 263                     | 15,03       |
|  | Яйцо куриное, сваренное вкрутую | 40        | 5                | 5    |          | 63                      | 5 003       |
|  | Чай с сахаром 1                 | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Бутерброд с маслом              | 45        | 3                | 13   | 14       | 181                     | 12 012,01   |
| <b>Итого за Завтрак СВО 5-11</b>       |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 490       | 15               | 26   | 62       | 536                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клёцками куриный          | 250/25    | 6                | 7    | 11       | 135                     | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 5-11</b>      |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 880       | 27               | 24   | 81       | 668                     |             |
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>               |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Каша молочная манная вязкая 1   | 200/5     | 7                | 8    | 41       | 263                     | 15,03       |
|  | Яйцо куриное, сваренное вкрутую | 40        | 5                | 5    |          | 63                      | 5 003       |
|  | Чай с сахаром 1                 | 200       |                  |      | 7        | 29                      | 10 015,05   |
|  | Бутерброд с маслом              | 45        | 3                | 13   | 14       | 181                     | 12 012,01   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ</b> |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 490       | 15               | 26   | 62       | 536                     |             |
| <b>Комплекс СВ</b>                     |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс СВО 1-4</b>       |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 795       | 22               | 18   | 83       | 604                     |             |
| <b>Обед 1</b>                          |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клёцками куриный          | 250/25    | 6                | 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   |
| <b>Итого за Обед 1</b>                 |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 565       | 9                | 10   | 33       | 262                     |             |
| <b>Обед 2</b>                          |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Обед 2</b>                 |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 515       | 18               | 14   | 55       | 435                     |             |
| <b>Комплекс ОВ</b>                     |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | 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   |
| <b>Итого за Комплекс ОВЗ</b>           |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 795       | 22               | 18   | 83       | 604                     |             |
| <b>Комплекс 1</b>                      |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  | Суп с клёцками куриный          | 250/25    | 6                | 7    | 11       | 135                     | 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   |
| <b>Итого за Комплекс 1</b>             |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 880       | 27               | 24   | 81       | 668                     |             |
| <b>Итого за день</b>                   |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|  |                                 | 5 900     | 170              | 186  | 602      | 4849                    |             |

|                                   |        |       |      |       |        |  |
|-----------------------------------|--------|-------|------|-------|--------|--|
| <b>Итого за период</b>            | 59 055 | 1946  | 1970 | 6594  | 51583  |  |
| <b>Среднее значение за период</b> |        | 194,6 | 197  | 659,4 | 5158,3 |  |

Составил \_\_\_\_\_ Администратор

Утвердил \_\_\_\_\_