

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

В.Б. Карпачев

« 27 » 2024 год



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

для организации питания детей обучающихся по программам начального общего образования, относящихся к льготным категориям, утвержденным постановлением администрации города Ставрополя от 29.04.2021 № 914 «Об утверждении Порядка обеспечения бесплатным горячим питанием отдельных категорий обучающихся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных общеобразовательных организациях города Ставрополя или предоставления их родителям (законным представителям) денежной компенсации его стоимости и финансовых норм питания за счет средств бюджета города Ставрополя»
«на период с 02.09.2024 по 28.11.2024 - 01.04.2025 по 31.05.2025 и 29.11.2024 по 31.03.2025 2024/2025 учебного года»

СОГЛАСОВАНО:

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 2 города Ставрополя



Л.В. Чернявская

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 3 города Ставрополя имени Героя Советского Союза Леонида Севрюкова



Н.П. Малюченко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 4 города Ставрополя



М.А. Суркова

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения лица № 5 города Ставрополя



Н.В. Черемных

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 6 города Ставрополя имени выдающегося разведчика Георгия Николаевича Косенко



 Е.Г. Шутова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 7 города Ставрополя



 Р.В. Буряковский

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 8 города Ставрополя имени генерал-майора авиации Н.Г. Голодников



 С.И. Карпенко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 9 города Ставрополя имени Героя Советского Союза Владимира Ковалева





В.М. Сапунова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 10 города Ставрополя



М.А. Клещарь

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 11 им. И.А. Бурмистрова города Ставрополя



 Н.В. Малеева

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 12 имени Белокопя Владимира Эдуардовича города Ставрополя



 Е.В. Ремаренко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 16 города Ставрополя



 Л.О. Чернышева

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения лица № 17 города Ставрополя



О.С. Попцова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с углубленным изучением отдельных предметов № 19 города Ставрополя



В.Е. Ворощенко

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 20 города Ставрополя



Г.Л. Пряхина

Директор муниципального автономного общеобразовательного учреждения гимназии № 24 города Ставрополя имени генерал-лейтенанта юстиции М.Г. Ядрова



Е.А. Выглазова

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 26 города Ставрополя



Н.А. Шишкин

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 28 города Ставрополя



А.Н. Заверюха

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 30 города Ставрополя



Л.А. Шишкина

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения кадетской школы имени генерала Ермолова А.П. города Ставрополя



Н.А. Панин

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 32 города Ставрополя



Ю.Ю. Степанюк

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 34 города
Ставрополя



Л.Х. Даутова

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 37 с
углубленным изучением
отдельных предметов
города Ставрополя



Л.А. Карагодина

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 41 города
Ставрополя



С.А. Жадан

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 42 с
углубленным изучением
английского языка города
Ставрополя



Н.В. Воронина

Директор муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 44 города
Ставрополя



Т.Г. Сергеева

Исполняющий
обязанности директора
муниципального
бюджетного
общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной
школы № 45 города
Ставрополя



Н.Ю. Худякова

Директор муниципального
бюджетного вечернего
(сменного)
общеобразовательного
учреждения Центра
образования города
Ставрополя имени Героя
России Владислава
Духина



Л.М. Логвиненко

Заместитель начальника
отдела санитарного
надзора
Управления
Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6			
2	СУДКАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1			
3	БЛЮЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8			
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0			
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
	Итого за прием пищи:	859	36,4	32,6	133,5	959,4		0,6	24,9	0,8	146,8	147,9	417,4	8,5			
					ПОЛДНИК (уплотненный)												
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и молоком сухим	1/200/80	9,3	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9			
2	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3			
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	1,0	2,0	0,0			
	Итого за прием пищи:	590	8,3	10,5	45,5	320,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,0			
	Всего за день:	1449	44,7	43,0	179,0	1280,3		0,8	24,9	0,9	179,8	171,9	503,4	10,5			

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4			
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3			
3	СЛИВОЧНЫМ "Крестьянская" 72,5%	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9			
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5			
5	НАПИТОК ИЗ ШЛОДОВ ШПИГОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6			
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
	Итого за прием пищи:	899	32,0	22,8	106,1	780,7		0,5	152,5	0,2	157,5	152,5	459,3	6,7			
					ПОЛДНИК (уплотненный)												
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6			
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8			
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5			
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0			
6	МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	1,0	2,0	0,0			
	Итого за прием пищи:	629	176,3	141,2	673,0	4677,4		11,6	368,8	12,6	776,3	863,8	2211,8	52,0			
	Всего за день:	1528	208,3	164,1	779,1	5456,1		12,1	521,3	12,8	933,8	1016,3	2671,2	58,7			

СРЕДА 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вит. А, мг	С, мг	А, мг			Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	Вит. В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6						
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с крутой рисовой КОШЕЛЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г. № 268, 331 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0						
3	КАШКА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 302 2015г.	0,2	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8						
4	Кисель из смеси сухофруктов	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 354 2015г.	0,0	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7						
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	900	37,7	40,6	142,4	1 068,0		0,6	31,8	0,7	295,7	139,1	576,3	12,1						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	КАШКА ЖИДСКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	1/200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6						
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	520	19,2	23,2	103,5	711,6		0,4	2,3	0,2	115,4	285,6	400,5	5,6						
	Всего за день:	1420	56,9	63,8	245,9	1 779,6		1,0	34,1	0,9	411,1	424,7	976,8	17,7						

ЧЕТВЕРГ 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вит. А, мг	С, мг	А, мг			Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	Вит. В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4						
2	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9						
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8						
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	880	36,2	23,2	128,0	870,1	0,0	0,4	47,0	0,2	147,2	168,0	403,3	6,1						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6						
2	ОМЛЕТ с жареным картофелем и маслом сливочным	1/180/10	12,6	32,4	18,8	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,4	224,2	2,8						
3	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	560	23,9	37,0	81,4	769,4		0,4	6,9	235,4	74,3	174,5	361,7	5,1						
	Всего за день:	1440	60,1	60,1	209,4	1 639,5		0,8	53,9	235,6	221,5	342,5	765,0	11,2						

ПИТАНИЕ 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	1/60	0,7	0,1	2,2	14,0	№ 71 2015г.	0,0	15,0	0,1	12,0	8,4	15,6	0,6					
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9					
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4					
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3					
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	855	29,1	30,4	125,0	887,6		0,5	144,7	31,5	123,1	161,4	386,1	13,8					
					ПОДЛИНИК (уплотненный)														
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с молоком сливочным	1/200/80	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5					
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	572	36,8	18,5	109,5	764,6		0,2	1,6	92,6	84,3	394,9	465,0	3,5					
	Всего за день:	1427	65,9	48,9	234,5	1 652,2		0,7	146,3	124,1	207,4	556,3	851,1	17,3					

ПОИДЕЛЬНИК 2 недели

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4					
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8					
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4					
4	КАША ГРЕНЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным	1/180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6					
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	960	28,2	25,4	131,0	931,5		0,3	16,1	0,2	124,2	132,7	383,6	5,2					
					ПОДЛИНИК (уплотненный)														
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/197/32/8	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9					
2	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	607	22,1	16,6	89,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	299,1	3,2					
	Всего за день:	1567	50,3	41,9	220,8	1 548,4		0,6	17,4	0,2	192,1	453,9	682,7	8,4					

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны							Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обел			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
ЧЕТВЕРТ 2 недели																					
ПОЛДНИК (уплотненный)																					
1	Пудинг из творога (запеченный) со сухими молочком	1/200/80	24,5	19,2	63,0	523,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8							
2	ЧАЙ СЛИМОНОВ*	1/200/157	0,3	0,1	16,4	67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	5,4	8,6	10,8	1,1							
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 108 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0							
Итого за прием пищи:		612	33,0	21,5	124,8	836,7		0,3	4,1	113,1	95,2	375,6	476,3	4,9							
Всего за день:		1572	59,6	49,6	244,4	1 699,8		0,8	167,4	144,6	225,8	539,5	848,1	19,3							
ПЯТНИЦА 2 недели																					
ПОЛДНИК (уплотненный)																					
№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны							Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обел			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4							
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6							
3	ВЯЛОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8							
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ рассычатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7							
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0							
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 108 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
Итого за прием пищи:		859	38,0	41,4	131,1	1 059,8		0,4	5,1	47,3	170,1	142,1	494,4	7,4							
ПОЛДНИК (уплотненный)																					
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9							
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0							
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 108 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0							
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0							
Итого за прием пищи:		520	18,0	23,1	95,9	667,3	0,0	0,3	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9							
Всего за день:		1379	56,0	64,4	227,0	1 721,1		0,7	7,8	47,4	270,9	447,3	861,6	13,3							

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ															
Итого		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витаминны				Минеральные вещества					
Итого за весь период		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал							
Среднее значение за период		70,3		63,3		282,1		1 998,9							
Итого		Вытаинны		Минеральные вещества		Энергетическая ценность, ккал									
Итого за весь период		В1, мг		С, мг		А, мг		Мг, мг		Са, мг		Р, мг		Fe, мг	
Среднее значение за период		18,9		1154,1		596,5		3 095,0		4 576,0		9 614,4		180,4	
Итого		В1, мг		С, мг		А, мг		Мг, мг		Са, мг		Р, мг		Fe, мг	
Среднее значение за период		1,9		115,4		59,6		309,5		457,6		961,4		18,0	

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	СУШКАРГОВЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1					
3	БИТОЧКИ ИЗ ГОВАДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8					
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/150	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0					
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	859	36,3	32,5	133,4	957,4		0,6	16,2	0,7	143,8	148,5	417,4	8,5					
	ПОЛДНИК (уплотненный)																		
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с МОЛОКОМ	1/200/80	9,3	7,2	53,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9					
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	590	8,3	16,5	45,5	320,9		0,2	0,0	0,1	33,0	24,0	86,0	2,0					
	Всего за день:	1449	44,6	42,9	178,9	1 278,3		0,8	16,2	0,8	176,8	169,5	503,4	10,5					

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4					
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3					
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	15,5	195,7	0,9					
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5					
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	899	32,0	22,7	105,6	777,1		0,5	150,7	0,2	154,7	147,3	449,7	6,7					
	ПОЛДНИК (уплотненный)																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8					
3	ЧАЙ С ДИМОНОМ*	1/200/15/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5					
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	629	175,9	140,9	679,3	4 696,7		11,6	347,4	12,4	760,0	907,5	2 229,1	52,7					
	Всего за день:	1528	207,9	163,7	784,9	5 473,8		12,1	498,1	12,6	914,7	1 054,8	2 678,9	59,4					

СРЕДИ 1 недели

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обел			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6				
2	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ с крупной рисовой КОГЛЕТЫ ИЗ МИСА ТОВЯЛИНЫ с соусом сметанным с топлотом	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г. № 268, 331 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0				
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/50	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 302 2015г.	0,2	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8				
4	Кисель из смеси сухоруктов "Крестьянское" 72,5%	1/180	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 334 2015г.	0,0	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7				
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0				
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
7	Итого за прием пищи:	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за прием пищи:	900	37,6	40,5	142,3	1 066,0		0,6	23,1	0,6	292,7	136,7	576,3	12,1				
ПОЛДНИК (уплотненный)																		
1	КАША ЖИЛКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	1/200/10	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6				
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0				
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за прием пищи:	520	19,2	23,2	103,5	711,6		0,4	2,3	0,2	115,4	285,6	400,5	5,6				
	Всего за день:	1420	56,8	63,7	245,8	1 777,6		1,0	25,4	0,8	408,1	422,3	976,8	17,7				

ЧЕТВЕРТ 1 недели

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обел			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4				
2	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9				
3	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8				
4	Компот из смеси сухоруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0				
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
	Итого за прием пищи:	880	36,2	23,1	127,5	866,5	0,0	0,4	45,2	0,2	144,4	162,8	393,7	6,1				
ПОЛДНИК (уплотненный)																		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6				
2	ОМЛЕТ с жареным картофелем и маслом сливочным	1/180/10	12,6	32,4	18,8	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,4	224,2	2,8				
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3				
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 14 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0				
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0				
	Итого за прием пищи:	560	23,9	37,0	81,4	769,4		0,4	6,9	235,4	74,3	174,5	361,7	5,1				
	Всего за день:	1440	60,1	60,0	208,9	1 635,9		0,8	52,1	235,6	218,7	337,3	755,4	11,2				

ТАБЛИЦА 1. ИТЕДЕЛДІ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6					
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9					
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4					
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ШОРЕ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3					
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	855	29,0	30,3	124,9	885,6		0,5	136,0	31,4	120,1	159,0	386,1	13,8					
ПОЛДНИК (уплотненный)																			
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с молоком сливочным	1/200/40	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5					
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	572	36,8	18,5	109,5	764,6		0,2	1,6	92,6	84,3	394,9	465,0	3,5					
	Всего за день:	1427	65,8	48,8	234,4	1 650,2		0,7	137,6	124,0	204,4	553,9	851,1	17,3					

ПОЛДНИК 2 неедля

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4					
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8					
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатам	1/90/50	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4					
4	КАША ГРЕНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным	1/180	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 302 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6					
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	960	28,2	25,3	130,5	927,9		0,3	14,3	0,2	121,4	127,5	374,0	5,2					
ПОЛДНИК (уплотненный)																			
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ШПРОМ с маслом сливочным "Крестьянская" 72,5%	1/197/32/8	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9					
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
	Итого за прием пищи:	607	22,1	16,6	89,8	616,9		0,3	1,3	0,0	67,9	321,2	299,1	3,2					
	Всего за день:	1567	50,3	41,8	220,3	1 544,8		0,6	15,6	0,2	189,3	448,7	673,1	8,4					

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Вешчн, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (помидоры)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6	
2	РАССОЛЕННИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2	
3	ТРОТЕЛИ рыбные на мигтах с соусом сметанным с томатом	1/90/50	13,2	12,9	18,8	244,0	№ 239/331 2015г.	0,1	2,3	29,0	32,6	102,1	195,8	1,0	
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 312 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3	
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
	Итого за прием пищи:	930	28,9	32,1	126,2	930,3		0,5	147,8	29,2	140,3	232,9	480,3	6,7	
ПОДЛИК (уплотненный)															
1	ЗАПЕКАНКА РЫСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком сгущенным	1/200/80	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	-9,3	173,6	1,9	
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/15/7	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
	Итого за прием пищи:	612	20,6	15,8	125,9	745,8		0,2	3,0	0,0	83,2	26,5	259,1	4,0	
	Всего за день:	1542	49,5	47,9	252,1	1 676,1	0,0	0,7	150,8	29,2	223,5	259,4	739,4	10,7	

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Вешчн, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ РЫБНОЙ ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 309 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0	
5	КОМПОТ из свежих сухофруктов	1/200	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9	
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
	Итого за прием пищи:	859	34,1	26,9	141,4	887,7		0,6	17,1	0,5	118,7	119,4	377,7	8,4	
ПОДЛИК (уплотненный)															
1	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6	
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0	
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0	
	Итого за прием пищи:	520	18,0	22,6	87,1	634,7	0,0	0,3	2,6	0,2	104,6	237,0	327,8	4,9	
	Всего за день:	1379	52,1	49,4	228,5	1 522,4		0,9	19,7	0,7	223,3	356,4	705,5	13,3	

ЧЕТВЕРТ 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Объем	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (шпинат)	1/60	0,6	0,0	2,1	12,0	№ 70 2015г.	0,0	6,3	0,0	9,0	6,0	15,6	0,6						
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3						
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	1/90/50	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274_331 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4						
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 310 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5						
5	НАШТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПИВНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	960	26,5	28,0	119,6	861,1		0,5	154,6	31,4	127,6	161,5	371,8	14,4						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	Пудинг из творога (запеченный) со стученым молоком	1/200/80	24,5	19,2	63,0	523,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8						
2	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	612	32,7	21,4	127,8	847,1		0,3	0,9	113,1	91,8	376,4	465,5	3,8						
	Всего за день:	1572	59,2	49,4	247,3	1 708,2		0,8	155,5	144,5	219,4	537,9	837,3	18,2						

ПЯТНИЦА 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Объем	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соевые (огурцы)	1/60	0,6	0,0	1,0	6,0	№ 70 2015г.	0,0	2,1	0,0	8,4	8,4	14,4	0,4						
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6						
3	ВЯЧОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 368 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8						
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ раскатывая с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/180	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 302 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7						
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	859	38,0	41,3	130,6	1 056,2		0,4	3,2	47,3	167,3	136,9	484,8	7,4						
ПОЛДНИК (уплотненный)																				
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/200/10	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9						
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
	Итого за прием пищи:	520	18,0	23,1	95,9	667,3		0,3	2,7	0,1	100,8	305,2	367,2	5,9						
	Всего за день:	1379	56,0	64,3	226,5	1 723,5		0,7	5,9	47,4	268,1	442,1	852,0	13,3						

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого за весь период		702,1	631,7	2 827,5
Среднее значение за период		70,2	63,2	282,8
Итого		Витамины		Минеральные вещества
В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	
Итого за весь период		18,9	107,7	595,8
Среднее значение за период		1,9	10,77	59,6
				304,6
				488,2
				957,3
				18,0

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