



Согласовано
Руководитель _____
_____ / _____



Утверждаю

Директор ООО «Центр питания»
/Урманова Н.С.



Основное 2-х недельное меню

школьных завтраков и обедов
для обучающихся в 1 смену
1 - 4 классов и 5 - 11 классов,
в том числе для категории ММС, ОВЗ, ДИ
на осенне-зимний период.





**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**



Сезон: **Осень-зима**

Возрастная категория: **Начальные классы**

1-ая неделя/Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с томатным соусом	180	7,5	7,5	21	210	КП24030
Какао с молоком	200	3,1	4	24	180	КП24044
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Сыр порционный	12	2,8	3,5	0	44	КП24060
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	КП24061
Всего в Завтрак	532	16	15,88	67,8	575	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	5,98	26,12	165	КП24026
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,8	5,4	27	180	КП24049
Котлеты куриные с соусом томатным	90	12	8	19	293	КП24032
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,76	24	101	818	
Всего в день	1237	39,76	39,88	168,8	1393	

1-ая неделя/Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	170	8	5,1	25	240	КП24048
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,4	10,42	33,6	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	16,8	16	78,1	481	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	200	8	7,88	17,32	111	КП24012
Солянка из сборных овощей	150	1,2	0,5	16,3	108	КП24064
Котлеты мясные "Боярские" с соусом томатным	90	9	11	31	231	КП24040
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	119	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,46	24,1	108	722	
Всего в день	1205	40,26	40,1	186,1	1203	

1-ая неделя/Среда						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с овощами	190	6,91	6,35	30	200	КП24189
Тефтели из говядины с рисом под соусом томатным	80	7,6	10,98	22,3	155	КП24191
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	11,38	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	510	16,91	17,81	70,18	476	
Обед						
Салат из белокачанной капусты	60	2	1,2	4,6	33	КП24063
Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	9	10	4,6	147	КП24018
Картофель и овощи, тушенные в соусе с куриным фаршем	190	7	9,18	42,42	280	КП24034
Компот яблочный	200	1,6	0	29	111	КП24055
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	715	23,96	25	103	724	
Всего в день	1225	40,87	42,81	173,18	1200	

1-ая неделя /Четверг						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Плов из говядины	160	12	13,52	43,1	330	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Кисломолочный продукт	100	3,3	3	6,4	71	КП24058
Всего в Завтрак	500	17,7	17	69	522	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	9	6,2	37	217	КП24010
Макароны отварные с маслом	150	4	6	15,2	200	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	6	8	26,22	86,3	КП24007
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	200	0,2	0,2	12	50	КП24056
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,56	25,02	112,8	706,3	
Всего в день	1205	41,26	42,02	181,8	1228,3	

1-ая неделя/Пятница						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	170	4,5	4	22	180	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	90	7,7	11,32	30,1	183	КП24033
Чай витаминизированный "Витошка"	200	1	0	2	54	КП24046
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	15,4	15,8	67,1	511	
Обед						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	4,6	3	12	170	КП24015
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,8	5,4	27	180	КП24049
Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	7,6	10,98	19,62	155	КП24008
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	119	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,26	24,1	102	777	
Всего в день	1205	38,66	39,9	169,1	1288	

2-ая неделя/Понедельник						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с маслом	170	4,7	6,8	16	226,7	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	6	8	26,22	86,3	КП24007
Какао с молоком	200	3,1	4	24	180	КП24044
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	16	19,28	79,22	587	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем	200	6,55	5,98	26,12	165	КП24026
Плов из говядины	150	11,69	13,2	42	315	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	КП24061
Всего в Обед	715	23,2	24,2	106,8	707	
Всего в день	1215	39,2	43,48	186,02	1294	

2-ая неделя/Вторник						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая	170	6	6,12	30,4	204	КП24049
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	7	9,4	17,6	146	КП24005
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	15,4	16	67,5	471	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	200	8	7,88	17,32	111	КП24012
Картофельное пюре	150	3,9	3,8	12,3	149	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	90	7,7	11,32	30,1	183	КП24033
Компот яблочный	200	1,6	0	29	111	КП24055
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	25,56	27,62	111,1	707	
Всего в день	1205	40,96	43,62	178,6	1178	

2-ая неделя/Среда						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша рисовая молочная	170	6,6	9,2	20	266	КП24053
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,4	9,42	33,6	120	КП24057
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24047
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	15,5	19,4	67,6	545	
Обед						
Свекольник	200	5	4	13	105	КП24020
Макароны отварные с маслом	150	4	6	15,2	200	КП24052
Котлеты куриные с соусом томатным	90	12	10	31	183	КП24032
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	119	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	26,26	24,72	102,58	760	
Всего в день	1205	41,76	44,12	170,18	1305	

2-ая неделя/Четверг						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с овощами	230	12,3	14,2	40,9	255	КП24189
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Кекс для детского питания	32	1	1,2	9	98	КП24059
Всего в Завтрак	502	15,7	15,88	69,4	474	
Обед						
Салат из белокачанной капусты	90	2,5	1,8	6,9	49,5	КП24063
Суп-лапша домашняя	200	2,4	4,8	11,8	95,6	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	150	14,04	12,78	57,02	450	КП24035
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,5	24	104,6	775,1	
Всего в день	1207	39,2	39,88	174	1249,1	

2-ая неделя/Пятница						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	170	4,5	4	22	180	КП24051
Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным	90	9	11,02	31	231	КП24040
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24047
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	40	2,2	0,48	13	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	16	15,8	67	570	
Обед						
Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	90	1	4,3	5,2	18,2	КП24062
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	9	5,2	26	217	КП24010
Плов из говядины	150	11,69	13,2	42	315	КП24050
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	119	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	35	1,93	0,42	11,38	82	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	30	2,43	4,2	11	71	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	26,95	27,42	116,58	822,2	
Всего в день	1205	42,95	43,22	183,58	1392,2	
Итого:		404,88	419,03	1771,36	12730,6	



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**



Сезон: **Осень-зима**

Возрастная категория: **Старшие классы**

1-ая неделя/Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с томатным соусом	200	9,6	11,2	37,95	291	КП24030
Какао с молоком	200	3,1	4	16	180	КП24044
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Сыр порционный	12	2,8	3,5	0	44	КП24060
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	КП24061
Всего в Завтрак	562	18,65	19,7	80	679	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2	5	10	98	КП24021
Каша гречневая рассыпчатая	180	6	5,4	30	210	КП24049
Котлеты куриные с соусом томатным	100	13	10	25	320	КП24037
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,92	26,54	100,8	855	
Всего в день	1377	45,57	46,24	180,8	1534	

1-ая неделя/Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	210	11	8,6	38	240	КП24048
Сырники из творога с соусом молочным	90	5,4	9	13,5	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	19,35	18,2	74,25	504	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	250	9	3	16	114	КП24012
Солянка из сборных овощей	180	1,2	0,5	6,7	110	КП24064
Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным	100	10	16	28	267	КП24041
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,82	25,74	101	823	
Всего в день	1365	46,17	43,94	175,25	1327	

1-ая неделя/Среда						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с овощами	200	7	7,1	32,4	254	КП24189
Тефтели из говядины с рисом под соусом томатным	100	7,6	10,98	22,3	155	КП24192
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	17,55	18,68	77,45	553	
Обед						
Салат из белокачанной капусты	100	2,1	2,2	5,6	38	КП24063
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	10	11	7	189	КП24022
Картофель и овощи, тушенные в соусе с куриным фаршем	190	7	6	29	280	КП24034
Компот яблочный	200	1,6	0	29	119	КП24055
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	825	26,42	25,34	99,9	826	
Всего в день	1375	43,97	44,02	177,35	1379	

1-ая неделя /Четверг						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Плов из говядины	200	12,9	14	41	339	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Кисломолочный продукт	100	3,3	3	6,4	71	КП24058
Всего в Завтрак	550	19,15	17,6	70,15	554	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	8	7	18	335	КП24024
Макароны отварные с маслом	180	6	5,5	30	227	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	7	8	18	146	КП24039
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	200	0,2	0,2	12	50	КП24056
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,92	26,84	107,3	958	
Всего в день	1365	46,07	44,44	177,45	1512	

1-ая неделя/Пятница						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	200	5,5	4,2	24	167	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	100	8,7	12	24	189	КП24036
Чай витаминизированный "Витошка"	200	1	0	2	54	КП24046
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	17,95	16,8	66,25	527	
Обед						
Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	250	5,6	4	14	186	КП24023
Каша гречневая рассыпчатая	180	5,8	5,4	27	180	КП24049
Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	100	8	10,3	15	175	КП24009
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,02	25,94	106,3	873	
Всего в день	1365	43,97	42,74	172,55	1400	

2-ая неделя/Понедельник						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с маслом	200	5,7	7	18	234	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	7	8	18	146	КП24039
Какао с молоком	200	3,1	4	16	180	КП24044
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	18,55	19,6	68,25	677	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	7,4	4,6	30	168	КП24021
Плов из говядины	180	11	14	35	398	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХБАРХ01
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ1
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	КП24061
Всего в Обед	815	24,72	25,14	110,6	840	
Всего в день	1365	43,27	44,74	178,85	1517	

2-ая неделя/Вторник						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая	200	7,7	7,6	35	251	КП24049
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	8	10	11	168	КП24042
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	18,65	18,2	68,75	563	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	250	8	4	17	125	КП24012
Картофельное пюре	180	3,9	4,2	12,3	176	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	100	7,7	10	24	210	КП24036
Компот яблочный	200	1,6	0	29	111	КП24055
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,92	24,34	111,6	822	
Всего в день	1365	45,57	42,54	180,35	1385	

2-ая неделя/Среда						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша рисовая молочная	210	8,3	10,4	34	320	КП24053
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,9	6	18	110	КП24057
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24047
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	18,25	17,3	69,25	612	
Обед						
Свекольник со сметаной	250	5	4	13	105	КП24020
Макароны отварные с маслом	180	5	6	28	200	КП24052
Котлеты куриные с соусом томатным	100	13	10	25	310	КП24037
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	29,62	26,24	116,3	947	
Всего в день	1365	47,87	43,54	185,55	1559	

2-ая неделя/Четверг						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с овощами	270	11	12	30	158	КП24189
Чай с сахаром	200	3,1	4	16	180	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Кекс для детского питания	32	1	1,2	9	98	КП24059
Всего в Завтрак	552	17,85	17,8	71,25	553	
Обед						
Салат из белокачанной капусты	100	1,8	2,1	7,2	52	КП24063
Суп-лапша домашняя	250	4	5,8	19	107	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	180	11,5	10	40	450	КП24035
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	23,22	24,04	102	836	
Всего в день	1367	41,07	41,84	173,25	1389	

2-ая неделя/Пятница						
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	200	6	5	24	167	КП24051
Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным	100	10	14	35	254	КП24041
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24047
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	19,05	19,9	76,25	603	
Обед						
Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2	4,5	10	110	КП24062
Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	10	5	16	162	КП24024
Плов из говядины	180	6,66	11,25	30	281	КП24050
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	25,28	26,99	106,3	885	
Всего в день	1365	44,33	46,89	182,55	1488	
Итого:		447,86	440,93	1783,95	14490	

