



Согласовано

Руководитель МБОУ СОШ с. Казаяк
Галия Абдрахмановна И.С.



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 ММС, ОВЗ, ДИ
на весенне-летний период





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



Сезон: Весна-лето

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						
Макаронные изделия с тертым сыром	170	12,75	15,12	38,34	317	КП24078
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак	510	16,55	16	69	520	
Обед						
Рассольник домашний	200	3,65	12,85	43,54	300	КП22292
Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5	21	206	КП24049
Котлеты куриные с соусом томатным	90	10,13	2,33	3,8	16	КП24032
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	24	24,8	101,07	705	
Всего в день	1215	40,55	40,8	170,07	1225	

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	6,1	25	240	КП24048
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,4	9,42	33,6	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	17,8	16	80,46	481	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	6,1	7,65	19,14	208	КП24127
Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	199	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	90	7,5	7,2	8	130	КП24040
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,59	27	101	803	
Всего в день	1205	41,39	43	181,46	1284	

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 маслом	170	3,5	10,74	49,39	220	КП24196
Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	7,64	4,73	4	115	КП24204
Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП24047
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	15,6	16	69	477	

Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	90	4,5	6,75	45	171	КП24090
Суп-лапша домашняя	200	4,79	6,07	16	225	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	150	8,83	7,92	13,33	177	КП24035
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,55	25,36	107,06	756	
Всего в день	1205	39,15	41,36	176,06	1233	

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	9,4	12,92	29,64	252	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Йогурт	100	2,9	2,8	15,8	99	КП24058
Всего в Завтрак	500	15,7	16,2	67,3	472	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,5	4,43	15,13	149	КП24010
Картофель и овощи, тушенные в соусе с куриным фаршем	195	11,7	12,35	19,5	237	КП24034
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	200	0,2	0,1	17,2	120	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1ш	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Обед	660	26,63	27,1	102,86	822	
Всего в день	1160	42,33	43,3	170,16	1294	

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	4,26	10,34	43,49	225	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125	КП24033
Чай витаминизированный "Витошка"	200	0	0	9,7	39	КП24046
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	16,79	15,9	79,22	483	
Обед						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	15,18	14,77	29,43	257	КП24119
Спагетти отварные с маслом	150	3,09	5,01	18,2	131	КП24196
Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	1,5	2,55	8,65	64	КП24008
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	26	27	110,01	718	
Всего в день	1205	42,79	42,9	189,23	1201	

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	4,22	10,92	43,24	267	КП24052
Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,1	4,5	2,9	84	КП24007
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	15,72	15,9	68	472	

Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем	200	10,67	10,98	40,48	227	КП24118
Плов из говядины	150	7	8,1	19	216	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Обед	715	23,5	24,1	101,01	708	
Всего в день	1215	39,22	40	169,01	1180	

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						
Картофельное пюре	170	4,26	10,34	43,49	225	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	90	7,5	7,2	8	130	КП24040
Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП24047
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	16,22	18,07	67,1	497	
Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	60	2,5	4,5	30	114	КП24090
Суп картофельный с вермишелью	200	5,06	6,62	26,37	163	КП24012
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами	175	10,31	9,24	15,56	206	КП24180
Компот яблочный	200	0	0	17,6	67	КП24055
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	700	23,1	24,98	115,76	706	
Всего в день	1200	39,32	43,05	182,86	1203	

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	5,8	8,27	27,2	231	КП24053
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,4	9,42	33,6	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	15,6	18,17	82,66	472	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	6,1	7,55	19,14	208	КП24127
Макароны отварные с маслом	150	3,72	9,15	26,98	215	КП24052
Котлеты куриные с соусом томатным	90	10,13	2,33	3,08	16	КП24032
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	26,18	23,7	102,93	705	
Всего в день	1205	41,78	41,87	185,59	1177	

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 томатным соусом	220	10,1	9,92	32,98	263	КП24199
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1 шт.	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Завтрак	460	15,5	16	79,64	544	

Обед						
Суп картофельный с вермишелью	200	5,06	6,62	26,37	163	КП24012
Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	199	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125	КП24033
Компот яблочный	200	0	0	17,6	67	КП24055
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,38	23,8	101	710	
Всего в день	1165	38,88	39,8	180,64	1254	

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						
Каша гречневая рассыпчатая	170	5,43	8,12	39,14	233	КП24049
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	7,5	7,2	8	130	КП24005
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	500	16,33	15,8	69	484	
Обед						
Салат "Степной" (Картофель/морковь/огурцы соленные/лук)	90	2,57	6,6	13,14	75	КП24107
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,5	4,43	15,13	149	КП24010
Плов из говядины	150	7	8,1	19	216	КП24050
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами железом	30	2,43	4,2	12,79	74	ХП22ИГ2
Всего в Обед	705	23,3	23,8	101	706	
Всего в день	1205	39,63	39,6	170	1190	
Итого:		405,04	415,68	1775,08	12241	



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



Сезон: Весна-лето

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						
Макаронные изделия с тертым сыром	200	9,6	11,2	37,95	291	КП24078
Чай с сахаром	200	3,1	4	16	180	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	КП24061
Всего в Завтрак	550	15,85	16,2	80	635	
Обед						
Рассольник домашний	250	2	5	10	98	КП22292
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 пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,92	26,54	100,8	855	
Всего в день	1365	42,77	42,74	180,8	1490	

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	200	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 пшеничный	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	540	19,35	18,2	74,25	504	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	250	9	3	16	114	КП24127
Картофельное пюре	180	1,2	0,5	6,7	110	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	100	10	16	28	267	КП24041
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,82	25,74	101	823	
Всего в день	1355	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 маслом	200	7,5	7,1	32,4	230	КП24196
Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	100	9	11	22,3	171	КП24205
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24047
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	19,45	18,7	77,45	545	

Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	100	2,1	2,2	5,6	38	КП24090
Суп-лапша домашняя	250	10	11	7	189	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	180	7	6	29	280	КП24035
Чай с сахаром	200	1,6	0	29	111	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	26,42	25,34	99,9	818	
Всего в день	1365	45,87	44,04	177,35	1363	

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 пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Йогурт	110	1,5	1,9	9,8	47	КП24058
Всего в Завтрак	560	17,35	16,5	73,55	530	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	8	7	18	335	КП24010
Картофель и овощи, тушенные в соусе с куриным фаршем	230	6	5,5	30	227	КП24034
Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	200	0,2	0,2	12	50	КП24056
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1шт.	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Обед	765	21,92	24,44	114,1	972	
Всего в день	1325	39,27	40,94	187,65	1502	

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 пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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)	250	5,6	4	14	186	КП24119
Спагетти отварные с маслом	180	5,8	5,4	27	180	КП24196
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 пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	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
Чай с сахаром	200	3,1	4	16	180	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	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	250	7,4	4,6	30	168	КП24118
Плов из говядины	180	11	14	35	398	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Фрукты свеж. (шт.)	100	1,5	1,9	9,8	47	КП24061
Всего в Обед	815	25,82	26,64	110,6	840	
Всего в день	1365	44,37	46,24	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						
Картофельное пюре	200	7,7	7,6	35	251	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	100	8	10	11	168	КП24041
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24047
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	18,65	18,2	68,75	563	
Обед						
Салат из свеклы на растительном масле	100	8	4	17	125	КП24090
Суп картофельный с вермишелью	250	3,9	4,2	12,3	176	КП24012
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами	190	7,7	10	24	210	КП24180
Компот яблочный	200	1,6	0	29	111	КП24055
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	825	26,92	24,34	111,6	822	
Всего в день	1375	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	200	8,3	10,4	34	320	КП24053
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,9	6	18	110	КП24057
Чай с сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	540	18,25	17,3	69,25	612	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	5	4	13	105	КП24127
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 пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	29,62	26,24	116,3	947	
Всего в день	1355	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 томатным соусом	260	15,4	18,4	50,9	305	КП24199
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1 шт.	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Завтрак	510	20,35	24,6	98,45	609	

Обед						
Суп картофельный с вермишелью	250	1,8	2,1	7,2	52	КП24012
Картофельное пюре	180	4	5,8	19	107	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	100	11,5	10	40	450	КП24036
Компот яблочный	200	0,2	0	6,5	27	КП24055
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,67	95	ХП22ИГ2
Всего в Обед	815	23,22	24,04	102	836	
Всего в день	1325	43,57	48,64	200,45	1445	

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						
Каша гречневая рассыпчатая	200	6	5	24	167	КП24049
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	10	14	35	254	КП24042
Чай с сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24047
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	ХП22ИГ1
Всего в Завтрак	550	19,05	19,9	76,25	603	
Обед						
Салат "Степной" (Картофель/Морковь/Огурцы соленные/Лук)	100	2	4,5	10	110	КП24107
Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	10	5	16	162	КП24010
Плов из говядины	180	6,66	11,25	30	281	КП24050
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	ХП22ИГ1
Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	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:		443,76	442,25	1821,35	14476	