

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: с 7-11 лет пищ.аллергия 2

Сезон Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	230	7/8/40/262	ЛАК0019	Каша рисовая вязкая на воде с маслом раст.	170	5/7/15/158
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		510	12/15/88/544	Завтрак ИТОГО		510	8/7/53/371
Понедельник ИТОГО			12/15/88/544	Понедельник ИТОГО			8/7/53/371
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
ЛАК0065	Картофельное пюре б/молока	200	4/8/26/194	ЛК22173	Каша гречневая рассыпчатая с раст маслом	200	6/7/28/275
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		540	15/12/54/397	Завтрак ИТОГО		540	18/12/56/498
Вторник ИТОГО			15/12/54/397	Вторник ИТОГО			18/12/56/498
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
ЛАК0001	Каша манная (без молока)на растительном масле	170	4/6/14/111	ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	170	5/6/30/194
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		510	7/6/45/361	Завтрак ИТОГО		510	8/6/64/395
Среда ИТОГО			7/6/45/361	Среда ИТОГО			8/6/64/395
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	12/8/33/251	КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	220	8/6/17/220
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
				ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		440	15/8/58/370	Завтрак ИТОГО		500	13/13/65/502
Четверг ИТОГО			15/8/58/370	Четверг ИТОГО			13/13/65/502
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ЛАК0007	Макароны отварные с маслом раст.	170	3/6/40/229
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/147
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48

ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		540	12/11/59/489	Завтрак ИТОГО		500	20/21/79/516
Пятница ИТОГО			12/11/59/489	Пятница ИТОГО			20/21/79/516
Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал)		13/11/62/444					

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: с 7-11 лет пищ.аллергия 1

Сезон Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	230	7/8/40/262	ЛАК0019	Каша рисовая вязкая на воде с маслом раст.	170	5/7/15/158
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		510	12/15/88/544	Завтрак ИТОГО		510	8/7/53/371
Понедельник ИТОГО			12/15/88/544	Понедельник ИТОГО			8/7/53/371
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
ЛАК0065	Картофельное пюре б/молока	200	4/8/26/194	ЛК22173	Каша гречневая рассыпчатая с раст маслом	200	6/7/28/275
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		540	15/12/54/397	Завтрак ИТОГО		540	18/12/56/498
Вторник ИТОГО			15/12/54/397	Вторник ИТОГО			18/12/56/498
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
ЛАК0001	Каша манная (без молока)на растительном масле	170	4/6/14/111	ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	170	5/6/30/194
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		510	7/6/45/361	Завтрак ИТОГО		510	8/6/64/395
Среда ИТОГО			7/6/45/361	Среда ИТОГО			8/6/64/395
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	220	8/6/17/220
ЛАК0007	Макароны отварные с маслом раст.	170	3/6/40/229	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		510	14/13/73/478	Завтрак ИТОГО		500	13/13/65/502
Четверг ИТОГО			14/13/73/478	Четверг ИТОГО			13/13/65/502
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ЛАК0007	Макароны отварные с маслом раст.	170	3/6/40/229
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/147
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48

ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92	ХБНУР01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/19/92
Завтрак ИТОГО		540	12/11/59/489	Завтрак ИТОГО		500	20/21/79/516
Пятница ИТОГО			12/11/59/489	Пятница ИТОГО			20/21/79/516

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 13/12/64/455

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)

Категория питающихся: с 7-11 лет пищ.аллергия 3

Сезон Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	230	7/8/40/262	ЛАК0019	Каша рисовая вязкая на воде с маслом раст.	170	5/7/15/158
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
				БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
Завтрак ИТОГО		439	7/8/51/311	Завтрак ИТОГО		479	5/7/39/301
Понедельник ИТОГО			7/8/51/311	Понедельник ИТОГО			5/7/39/301
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
ЛАК0065	Картофельное пюре б/молока	200	4/8/26/194	ЛК22173	Каша гречневая рассыпчатая с раст маслом	200	6/7/28/275
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
Завтрак ИТОГО		509	12/12/40/327	Завтрак ИТОГО		509	15/12/42/428
Вторник ИТОГО			12/12/40/327	Вторник ИТОГО			15/12/42/428
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая на растительном масле	170	10/6/39/254	ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	170	5/6/30/194
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		479	10/6/56/434	Завтрак ИТОГО		479	5/6/50/325
Среда ИТОГО			10/6/56/434	Среда ИТОГО			5/6/50/325
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	КП22348	Суп картофельный с бобовыми(без гренков)	200	6/5/26/175
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая на растительном масле	170	10/6/39/254	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22				
Завтрак ИТОГО		479	18/13/58/433	Завтрак ИТОГО		409	6/5/37/224
Четверг ИТОГО			18/13/58/433	Четверг ИТОГО			6/5/37/224
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП26088	Гречка по-купечески	170	10/9/15/200
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
БГ00001	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22				
Завтрак ИТОГО		509	9/11/45/419	Завтрак ИТОГО		379	11/9/20/270
Пятница ИТОГО			9/11/45/419	Пятница ИТОГО			11/9/20/270

