

Согласовано
Руководитель _____
_____ / _____



Утверждаю
Директор ООО «ОптТорг»
/Исакова Г.Ф.



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 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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП24061
Всего в Завтрак	510	16,55	16	69	520	
Обед						
Рассольник домашний без сметаны	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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
Йогурт	100	2,9	2,8	15,8	99	ПОК0276
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, тушеные 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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1ц	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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1шт.	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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94	65
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 гречкой	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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82	65
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 без сметаны	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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
Йогурт Фрутис Кидс 110гр. в ассортименте	110	1,5	1,9	9,8	47	ПОК0276
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	2,75	0,6	16,25	117	65
Всего в Завтрак	550	19,05	19,9	76,25	603	
Обед						
Салат "Степной" (Картофель/Морковь/Огурцы соленые/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 для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	2,48	0,54	14,63	105	65
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00129
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	