

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

Сезон: **Осень-зима**
Категория **ОВЗ и ДИ 7-11 лет**

1 неделя/Понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22628	Фрикадельки куриные под белым соусом с кашей гречневой рассыпчатой/соленые огурцы(36/30/170/30)	260	8,49	11,97	34,39	328
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
	Итого Завтрак	500	12,95	12,5	50	470
Обед						
КП22231	Суп картофельный с вермишелью	200	5,9	9	8,2	265
КП22155	Плов из куриного филе	150	9,6	8,28	19,6	175
КП22007	Напиток яблочный	200			17,6	67
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	10,61	69
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Обед	715	21,13	22,3	79,25	705
	Итого в день		34,08	34,8	129,25	1175

1 неделя/Вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22106	Каша "Дружба" молочная	150	5,8	9,82	17,34	246
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
Д04МА19	Сыр порционный	10	3	1,6	2	61
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Завтрак	500	12,6	12,3	51	475
Обед						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1,22	1,2	13,5	72
КП22032	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	3,73	5	16	160
КП22635	Азу из говядины с макаронами(150/45)	195	12,22	12,17	19,5	254
КП22007	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,8	4,2	10,61	69
	Итого Завтрак	720	22,87	23	91,95	710
	Итого в день		35,47	35,3	142,95	1185

1 неделя/Среда

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	170	4,56	3,87	10,98	182
КП22177	Котлеты куриные с подливом овощным	90	5,04	8,05	13,96	155
КП22482	Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
	Итого Завтрак	500	12,8	12,4	50	470
Обед						
КП22038	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	4,5	7,8	9,6	147
КП22532	Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе (120/40)	160	10,2	7,9	13,5	250
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2	4,2	10,61	69
КП22153	Фрукт свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Обед	725	20,9	20,77	84,45	705
	Итого в день		33,7	33,17	134,45	1175

1 неделя/Четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22124	Каша манная молочная	170	3,5	4,72	17,49	195
КП22564	Сырники из творога с соусом молочным	90	6,5	7,6	14,2	154
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3	0,5	15,36	94
	Итого Завтрак	500	13,2	12,82	53,55	470
Обед						
КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	60	1,5	2,4	11	80
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	200	4,79	6,07	16	225
КП22547	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	175	6,98	10,31	16,95	251
КП22180	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	10,61	69
	Итого Обед	700	22,5	23,4	93	787
	Итого в день		35,7	36,22	146,55	1257

1 неделя/Пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22475	Плов из говядины	160	5,4	7,02	14,4	205
КП220099	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3	10,2	69
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
ДС00012	Кисломолочный напиток для детского питания	200	4,2	4,8	20	178
	Итого Завтрак	600	15,2	15,3	59,96	546

Обед						
КП22275	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	8,17	6,9	11,92	215
КП22176	Картофельное пюре	150	4,02	3,41	15,12	160
КП22630	Биточки рыбные с белым соусом	90	4,48	8,1	23,41	156
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	10,61	69
	Итого Обед	705	22,1	23,03	81	709
	Итого в день		37,3	38,33	140,96	1255

2 неделя/Понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22577	Макароны, запеченные с сыром	160	8,5	11,22	19,34	302
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
КП22153	Фруктв свеж. (шт)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Завтрак	500	12,3	12,1	51	470
Обед						
КП22038	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	4,5	7,8	9,6	147
КП22155	Плов из куриного филе	150	9,6	8,28	19,6	175
КП22632	Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	10,61	69
ПОК0114	Фруктовое пюре в ассортименте 125 гр	125	3,67	2,6	20	196
	Итого Обед	740	23	23,3	82,95	708
	Итого в день		35,3	35,4	133,95	1178

2 неделя/Вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22109	Каша рисовая молочная	200	3,54	5,3	14,39	153
КП22163	Омлет натуральный	60	5,16	6,97	20	175
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,3	0,05	0,25	48
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
	Итого Завтрак	500	13,2	12,8	50	470
Обед						
КП22161	Салат из белокачанной капусты	90	1	0,4	7,5	47
КП22228	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	3,6	5	14	195
КП22252	Жаркое по-домашнему (говядина)	150	14,1	13	27,6	245
КП22007	Напиток яблочный	200			17,6	67
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	10,61	69
	Итого Обед	705	23,93	23,02	90,75	705
	Итого в день		37,13	35,82	140,75	1175

2 неделя/Среда

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	170	4	4,22	12	129
КП22510	Биточки мясные с соусом томатным	90	5,5	5,1	13,44	178
КП22572	Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
	Итого Завтрак	500	13,1	12,1	51	470
Обед						
КП22260	Суп с рисовой крупой	200	2,45	2,3	13,5	120
КП22633	Макароны отварные с фрикадельками куриными под белым соусом (150/36/30)	215	8,1	13,95	18,3	206
КП22180	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	16,24	81
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	12,79	71
ПОК0085	Шоколад молочный в ассортименте	20	4	3	5	147
	Итого Обед	700	23,78	23,87	90,83	705
	Итого в день		36,88	35,97	141,83	1175

2 неделя/Четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22105	Каша "Дружба" молочная	160	8,3	12	22	312
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
КП22153	Фруктв свеж.(шт)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Завтрак	500	12,1	12,88	53,66	480
Обед						
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	200	4,79	6,07	16	225
КП22636	Рагу овощное/тефтели с рисом под белым соусом(175/30/30)	235	11,3	12	31,1	261
КП22476	Напиток лимонный	200	0,1		18,9	73
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,43	4,2	10,61	69
	Итого Обед	700	21,42	22,69	90,05	710
	Итого в день		33,52	35,57	143,71	1190

2 неделя/Пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	170	4,56	3,87	10,98	182
КП22630	Биточки рыбные с подливом овощным	90	4,48	8,1	23,41	156
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
	Итого Завтрак	500	13,5	12,5	50	480
Обед						
	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	5,9	5	11	180
	Котлеты куриные с подливом овощным	90	5,04	8,05	13,96	155
	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,5	3,72	10,6	113
	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	2,8	0,42	13,44	82
	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	30	2,4	4,2	10,61	69
	Итого Обед	705	20,64	21,44	87,11	709
	Итого в день		34,14	33,94	137,11	1189
	Итого		353,22	354,52	1391,51	11954
	Среднее за период		35,32	35,45	139,15	119,54

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

Сезон: **Осень-зима**

Категория **ОВЗ и ДИ с 12 лет и старше**

1 неделя/Понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
	Фрикадельки куриные под белым соусом с кашей гречневой рассыпчатой/соленые огурцы(36/40/200/30)	300	10,5	15	43,5	378
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
	Итого Завтрак	550	15,76	15,65	62,95	544
Обед						
КП22231	Суп картофельный с вермишелью	250	7,37	10	10,25	331
КП22155	Плов из куриного филе	180	11,52	9,93	23,52	210
КП22007	Напиток яблочный	200			17,6	67
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Обед	815	26,13	26,47	92,59	853
	Итого в день		41,89	42,12	155,54	1397

1 неделя/Вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22106	Каша "Дружба" молочная	180	8	13	22	295
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,92	2,4	73
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	110	0,44	0,44	10,8	52
	Итого Завтрак	552	16,24	15,96	60,9	565
Обед						
КП22154	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,04	2	22,5	120
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	4,66	6,25	20	200
КП22635	Азу из говядины с макаронами(150/45)	195	12,22	12,17	19,5	254
КП22007	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
	Итого Завтрак	830	25,86	26,57	112,32	845
	Итого в день		42,1	42,53	173,22	1410

1 неделя/Среда

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	5,36	4,55	12,91	214
КП22177	Котлеты куриные с подливом овощным	100	6,6	10,6	18,3	186
КП22482	Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
	Итого Завтрак	550	15,96	15,75	60,11	557
Обед						
КП22039	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	5,62	9,7	12	183
КП22638	Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе (170/60)	230	13	10,5	19,4	359
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
КП22153	Фрукт свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого Обед	865	26,86	26,79	100,12	897
	Итого в день		42,82	42,54	160,23	1454

1 неделя/Четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22124	Каша манная молочная	200	5,6	8	21,3	245
КП22564	Сырники из творога с соусом молочным	100	6,5	7,6	14,2	154
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
	Итого Завтрак	550	16,3	16,2	61,2	544
Обед						
КП22170	Салат из свеклы на растительном масле	100	2,5	3	14	90
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	5,98	7,55	26	267
КП22547	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	175	6,98	10,31	16,95	251
КП22180	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
	Итого Обед	810	26,3	27	113,37	886
	Итого в день		42,6	43,2	174,57	1430

1 неделя/Пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22475	Плов из говядины	160	5,4	7,02	14,4	205
КП220099	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3	10,2	69
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,2	0,48	15,36	94
ДС00012	Кисломолочный напиток для детского питания	200	4,2	4,8	20	178
	Итого Завтрак	600	15,2	15,3	59,96	546

Обед						
КП22275	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	9,8	7	11	268
КП22176	Картофельное пюре	180	4,82	3,86	14	192
КП22630	Биточки рыбные с белым соусом	100	5,3	10	22,81	164
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
	Итого Обед	815	26,96	27	85,73	849
	Итого в день		42,16	42,3	145,69	1395

2 неделя/Понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22577	Макароны, запеченные с сыром	190	11,09	14,2	24	347
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
КП22153	Фруктв свеж. (шт)	110	0,44	0,44	10,78	52
	Итого Завтрак	550	15,73	15,24	60,48	544
Обед						
КП22039	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	5	9	12	183
КП22155	Плов из куриного филе	180	11,52	9	23,52	210
КП22632	Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
ПОК0114	Фруктовое пюре в ассортименте 125 гр	125	3,67	2,6	20	196
	Итого Обед	840	27,03	26,74	96,64	826
	Итого в день		42,76	41,98	157,12	1370

2 неделя/Вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22109	Каша рисовая молочная	210	6	4,5	20	175
КП22163	Омлет натуральный	90	7,74	10,45	30	245
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,3	0,05	0,25	48
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	94
	Итого Завтрак	550	19,04	15,6	69,45	562
Обед						
КП22161	Салат из белокачанной капусты	100	1,1	0,4	8,3	52
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	4	5	17,5	243
КП22252	Жаркое по-домашнему (говядина)	180	15	15	33,12	294
КП22007	Напиток яблочный	200			17,6	67
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
	Итого Обед	815	26,94	26,54	107,94	854
	Итого в день		45,98	42,14	177,39	1416

2 неделя/Среда

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,3	6,8	15,6	177
	Биточки мясные с соусом томатным	100	6,1	5,66	15,6	180
КП22572	Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
	Итого Завтрак	550	15,8	15,36	60,6	544
Обед						
КП22260	Суп с рисовой крупой	250	3,12	3,3	16,87	165
	Макароны отварные с фрикадельками куриными под белым соусом (170/36/40)	240	9,04	14,6	20,42	229
КП22180	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
ПОК0085	Шоколад молочный в ассортименте	30	4	3	5	147
	Итого Обед	805	27	27,04	98,71	819
	Итого в день		42,8	42,4	159,31	1363

2 неделя/Четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22105	Каша "Дружба" молочная	190	11,5	14,9	24,6	350
КП22003	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
КП22153	Фруктв свеж.(шт)	110	0,44	0,44	10,78	52
	Итого Завтрак	550	16,14	15,94	61,08	547
Обед						
КП22156	Суп картофельный с лапшой домашней	250	5,98	7,58	26	289
КП22640	Рагу овощное/тефтели с рисом под белым соусом(195/30/40)	265	13,98	13,27	36,7	302
КП22476	Напиток лимонный	200	0,1		18,9	73
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
	Итого Обед	800	26,9	26,99	113,02	862
	Итого в день		43,04	42,93	174,1	1409

2 неделя/Пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование продукта	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	5,36	4,55	12,91	214
	Биточки рыбные с подливом овощным	100	5,3	10	28,3	164
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48
0000065	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4	0,6	19,2	118
	Итого Завтрак	550	15,92	15,2	60,66	544
Обед						
КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	6,8	5,9	13	205
КП22	Котлеты куриные с подливом овощным	100	6,6	10,6	18,3	186
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,6	4,31	14,8	119
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
0000065	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	3,6	0,54	17,28	106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3,24	5,6	14,14	92
	Итого Обед	815	26,84	27	105,02	818
	Итого в день		42,76	42,2	165,68	1362
	Итого		390,91	424,34	1642,85	14006
	Среднее за период		39,1	42,43	164,29	1400,6