



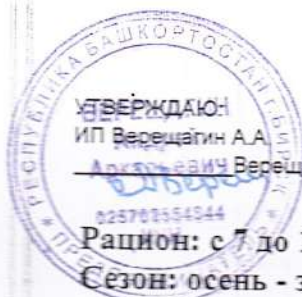
Меню



День: понедельник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
227	Каша молочная Дружба	180\5	8,6	12,6	29,5	209
137	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,3	9,3	38
283	Сыр порционно	10	2,7	2,7	11,3	35
	Яблоко	150	0,3	0,2	14,6	146
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	3,2	0,4	19,5	96,8
Итого за Завтрак			15,0	16,2	84,3	524,5
Обед						
6	Салат Витаминный	60	0,98	2,7	6,67	56,0
54	Суп-лапша домашняя	200	2,1	4,4	19,3	77
320,02	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	12,8	13,2	3,3	185
	Макаронные изделия отварные	150	8,5	14,20	33,3	196
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	2,9	1,12	16,94	90
Итого за Обед			27,75	35,76	110,69	723,90
Итого за день			42,75	51,91	194,94	1248,35



УТВЕРЖДАЮ
ИП Верещагин А.А.
Александрович Верещагин А.А.

025701554344

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима

Меню



СОГЛАСОВАНО:
Директор

День: вторник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
138	Гуляш отварной из говядины	100	12,8	13,2	3,3	185
96,01	Каша гречневая рассыпчатая	150\5	8,5	5,4	34,6	224
282	Какао с молоком	200	3,6	3,30	13,7	100
1,08	Масло порционнo	10	0,1	8,30	0,10	75
1,29	Хлеб ржаной для детского питания	40	2,9	1,12	16,94	89,6
Итого за Завтрак			27,9	31,3	68,6	673,1
Обед						
17	Салат Здоровье	60	0,9	3,1	4,3	48
53	Рассольник Ленинградский	200/5	1,7	4,8	12,3	104
137,02	Жаркое по домашнему	180	19,0	19,0	16,2	313
300	Напиток яблочный	200	0,2	0,03	23,5	89
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			26,3	27,5	85,1	692,8
Итого за день			54,2	58,9	153,7	1365,9

УТВЕРЖДАЮ

ИП Верещагин А.А.

Верещагин А.А.

Меню

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима

День: среда

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
	Борщ с капустой и картофелем с фрикадельками	245	12,6	9,4	15,3	368
317	Чай с сахаром	200	0,1	0,3	23,5	89
25	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	40	4,5	0,6	28,8	138,6
1,69	Печенье	30	3,6	7,7	30,2	150
Итого за Завтрак			20,8	18,0	97,8	745,4
Обед						
25	Салат Пестрый	60	0,8	4,9	4,8	66
66	Суп картофельный с бобовыми	200	2,08	4,44	9,28	116,8
101,01	Плов из куриного филе	180	18,96	19	46,2	313,2
282	Чай с лимоном сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			27,04	30,35	98,36	676,00
Итого за день			47,84	48,30	196,11	1421,40

УТВЕРЖДАЮ:
И.П. Верещагин А.А.
ВЕРЕЩАГ Верещагин А.А.
Архальевич
Рацион: с 7 до 11 лет
Сезон: осень - зима

Меню

День: четверг

Неделя: 1

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
1,22	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60\40	24,28	16,31	46,84	304,33
300	Пюре картофельное	150\5	3,1	4,60	20,1	137
1,18	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,10	11,30	61,00
	Хлеб ржаной для детского питания	40	2,9	1,12	16,94	89,60
4,02	Масло порционно	10	0,1	8,30	0,1	75,00
Итого за Завтрак			31,82	31,43	95,28	666,93
Обед						
1,36	Салат Степной	60	1	2,1	4	39
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200\5	1,6	4,1	9,4	109
227	Каша гречневая с куриным филе	180	24,3	26,3	36,8	304
294	Компот из свежих яблок	200	0,5	0,1	31,2	121
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			31,9	33,2	110,2	711,9
Итого за день			63,70	64,64	205,52	1378,86

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А.
Верещагин А.А.
Андрей
Рацион: с 7 до 11 лет
Сезон: осень - зима
ИНН

Меню

СОГЛАСОВАНО:
Директор

День: пятница

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
181	Котлеты из говядины в томатном соусе	60\40	15,2	19,1	32	237,6
319	Макаронные изделия отварные	150	0,2	0,1	20	76
25	Кисель из концентрата плодовых или ягодных экстрактах	200	4,5	0,6	28,8	138,6
	Сыр порционно	10	2,7	2,7		34,7
1,33	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	40	0,22	0,14	14,63	46
Итого за Завтрак			22,82	22,59	95,43	532,85
Обед						
21	Винегрет овощной	60	0,80	1,4	4,30	33
63	Суп крестьянский с крупой	200	6,2	4,1	25,5	169
131	Рагу овощное с мясом	180	17,1	22,08	28,4	384
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			29,70	29,66	118,38	862,00
Итого за день			52,5	52,3	213,8	1394,9

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А.

Верещагин А.А.

Меню

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: с 7 до 11 лет
Сезон: осень - зима

День: понедельник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
204,01	Каша ячневая рассыпчатая молочная	180\5	14,5	17,02	29,22	248,6
282	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,80	14,9	94
25	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	100	4,5	0,6	28,8	138,6
4,01	Печенье	30	3,6	7,65	30,15	202,50
Итого за Завтрак			25,5	28,1	103,1	683,7
Обед						
622	Салат из белокочанной капусты	60	1,3	2,7	6	53,7
1	Суп картофельный с крупой	200	2,1	4,0	18,4	96
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	7,4	8,1	17,6	197
227	Каша рисовая рассыпчатая	150\5	8,5	14,2	33,3	196
293	Чай с сахаром	200	0,5	0,1	9,1	125
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	40	2,9	1,12	16,94	90
Итого за Обед			22,7	30,2	101,5	756,9
Итого за день			48,2	58,3	204,6	1440,6

УТВЕРЖДАЮ:
И.П. Верещагин А.А.
Верещагин А.А.

Меню

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: с 7 до 11 лет
Сезон: осень - зима

День: среда

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
227	Сырники запеченные со сгущенным молоком	160\20	8,5	14,2	33,3	196
320	Чай с лимоном сахаром	200	9,1	11,06	105,4	155
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	40	5,1	1,98	28,98	155
282	Масло порционно	10	0,1	0,03	9,1	25
Итого за Завтрак			22,8	27,3	176,8	531,0
Обед						
44	Салат из моркови	60	0,8	1,4	4,3	33
1	Борщ с капустой и картофелем	200\5	2,1	2,1	15,5	90
138	Каша гречневая с куриным филе	180	24,3	6,3	36,8	304
1,73	Напиток яблочно- лимонный	200	15,66	16,92	22,8	192,0
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			47,34	27,33	108,24	757,93
Итого за день			70,14	54,60	285,02	1288,93



Меню



День: четверг

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
101,01	Плов из куриного филе	180	18,96	22	28,0	384,0
283	Чай с сахаром	200	1,4	1,1	11,3	61
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
1	Печенье	60	3,84	10,08	41,1	270,6
Итого за Завтрак			28,7	33,9	109,2	854,2
Обед						
17	Салат школьный	60	0,6	2,7	8,7	60
1	Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	1,4	4,1	9,4	79
96	Котлеты из говядины в томатном соусе	60\40	12,75	13,2	13,3	184,5
172	Пюре картофельное	150/5	8,4	5,4	34,6	224
282	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1	0,03	9,1	25
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			28,35	27,41	104,08	727,50
Итого за день			57,05	61,27	213,32	1581,70



Меню



УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А.
Верещагин А.А.
Рацион: с 7 до 11 лет
Сезон: осень - зима

День: пятница

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
66,02	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	100	12,08	14,44	29,28	140,0
1,08	Макаронные изделия отварные	150	8,5	14,20	33,30	196
300	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,03	9,3	138
	Сыр порционно	10	2,7	2,65	16,0	35
1	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	40	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			27,98	31,92	116,68	647,25
Обед						
1	Винегрет овощной	60	0,9	3,1	4,3	48
53	Рассольник Ленинградский	200/5	1,4	4,5	12,3	104
1,74	Голубцы Ленивые в томатном соусе	160\40	17,04	22,08	105,40	384
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
Итого за Обед			24,34	30,38	182,00	795,60
Итого за день			52,32	62,30	298,68	1442,85