



КАРАР

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

21 апреля 2022 г.

№ 398

21 апреля 2022 г.

г. Благовещенск

Об утверждении Единого 2-х недельного меню для обучающихся
общеобразовательных организаций муниципального района Благовещенский район
Республики Башкортостан

В соответствии с требованиями ч.4 ст.37 Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», в целях реализации на территории муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан единой государственной политики по организации питания обучающихся Администрация Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан **п о с т а н о в л я е т:**

1. Утвердить Единое 2-х недельное меню для обучающихся общеобразовательных организаций муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан в возрасте с 7 до 11 лет согласно приложению № 1 к настоящему постановлению.

2. Утвердить Единое 2-х недельное меню для обучающихся общеобразовательных организаций муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан в возрасте с 11 до 18 лет согласно приложению № 2 к настоящему постановлению.

3. Действие настоящего постановления распространяется на правоотношения, возникшие с 04 апреля 2022 года.

4. Постановление Администрации Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан от 17.09.2021г. № 801 «Об утверждении единого 2-х недельного меню для обучающихся общеобразовательных организаций муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан» считать утратившим силу.

5. Отделу по информационно-аналитической работе Администрации Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан разместить настоящее постановление на официальном сайте Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

6. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя главы Администрации Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан по социальным вопросам Куликову Е.А.

Глава



О.Е. Голов

Приложение №1

УТВЕРЖДЕНО

постановлением Администрации
Муниципального района
Благовещенский район
Республики Башкортостан

от «21» апреля 2022 года № 328

**Единое 2-х недельное меню
для обучающихся общеобразовательных организаций
муниципального района Благовещенский район Республики
Башкортостан в возрасте 7 до 11 лет**

День: понедельник
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
423,18	Тефтели рыбные с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак			15,65	13,3	84,28	519,49
Обед						
53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,68	4,86	7,36	80,73
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	251,97
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			33,73	27,96	97,75	775,10
Итого за день			49,38	41,26	182,03	1294,59

День: вторник
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
78,03	Омлет запеченный с сыром	120	14,97	16,15	1,97	214,08
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			22,65	21,69	46,41	475,95
Обед						
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69
118,08	Рагу овощное с отварным мясом (птицей)	160	12,96	15,24	12,02	237,8
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	25	2	0,25	13,75	65
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			25,46	22,88	102,19	716,45
Итого за день			48,11	44,57	148,60	1192,40

День: среда
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						
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,47	Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,44	243,55
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак			19,81	17,91	83,49	572,47
Обед						
450,13	Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91
80,55	Рыба, тушеная с овощами	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
611,02	Рис припущенный	180	4,55	7,88	46,75	275,89
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			22,62	22,08	116,42	752,83
Итого за день			42,43	39,99	199,91	1325,30

День: четверг
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						
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
Итого за Завтрак			27,43	14,87	58,67	481,88
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
502,54	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
184	Каша перловая рассыпчатая	150/5	4,61	3,94	31,84	191,86
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			23,79	19,99	106,45	709,40
Итого за день			51,22	34,86	165,12	1191,28

День: пятница
Неделя: I

№ 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						
208	Каша пшеничная молочная жидкая	150/10	5,66	6,52	27,82	190,15
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			12,46	10,17	66,77	408,15
Обед						
54,47	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
138,06	Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			22,79	21,43	102,10	690,88
Итого за день			35,25	31,60	168,87	1099,03

День: понедельник
Неделя: 2

№ 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						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак			13,89	19,25	80,16	552,79
Обед						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
131,8	Плов из мяса птицы	180	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			23,75	23,21	99,14	698,17
Итого за день			37,64	42,46	179,30	1250,96

День: вторник
Неделя: 2

№ 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							
502,55	Тефтели из мяса птицы с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64	
188	Каша ячневая рассыпчатая	130/5	4,23	3,50	26,49	163,46	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	
Итого за Завтрак			19,39	19,31	71,82	550	
Обед							
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37	
66,63	Суп-лапша	200	2,22	4,23	12,49	97,08	
97,64	Жаркое по-домашнему	180	11,56	14,11	21,08	257,88	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			22,1	24,31	96,03	689,23	
Итого за день			41,49	43,62	167,85	1239,23	

День: среда
Неделя: 2

№ 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							
131,79	Плов из мяса птицы	170	14,37	15,78	35,23	339,82	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88	
Итого за Завтрак			16,83	21,88	61,81	510,60	
Обед							
129,08	Суп картофельный с горохом и гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	251,97	
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			38,67	26,98	118,96	870,06	
Итого за день			55,5	48,86	180,77	1380,66	

День: четверг
Неделя: 2

№ 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						
502,56	Фрикадельки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак			16,01	15,67	63,75	461,44
Обед						
1505	Салат «Степной»	40	1	4	4	55
67,32	Свекольник со сметаной	200/10	2,25	4,93	14,74	112,75
423,18	Тефтели рыбные с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8
302,01	Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,60
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			22,72	24,53	115,05	770,15
Итого за день			38,73	40,20	178,80	1231,59

День: пятница
Неделя: 2

№ 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							
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	
Итого за Завтрак			11,34	17,57	62,96	457,91	
Обед							
129,2	Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	
211,47	Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55	
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			28,28	22,92	124,49	816,13	
Итого за день			39,62	40,49	187,45	1274,04	

Приложение № 2

УТВЕРЖДЕНО

постановлением Администрации
Муниципального района
Благовещенский район
Республики Башкортостан
от «21» апреля 2022 года № 398

**Единое 2-х недельное меню
для обучающихся общеобразовательных организаций
муниципального района Благовещенский район Республики
Башкортостан в возрасте 11 до 18 лет**

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						
423,18	Тефтели рыбные с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8
610,03	Рис припущенный	180	4,55	7,85	46,76	275,63
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак			16,41	14,61	92,08	565,43
Обед						
53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,10	6,08	9,20	100,92
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	251,97
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,99	5,18	44,50	252,60
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			35,32	30,05	107,01	837,39
Итого за день			51,73	44,66	199,09	1402,82

День: вторник
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							
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	
78,03	Омлет запеченный с сыром	120	14,97	16,15	1,97	214,08	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	
Итого за Завтрак			22,65	21,69	46,41	475,95	
Обед							
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96	
129,08	Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	8,28	4,85	35,72	219,62	
118,08	Рагу овощное с отварным мясом (птицей)	180	14,58	17,15	13,53	267,53	
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95	
420,09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	25	2	0,25	13,75	65	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			28,74	25,76	110,85	790,11	
Итого за день			51,39	47,45	157,26	1266,06	

День: среда
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							
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02	
211,47	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,99	9,42	44,50	289,22	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	
Итого за Завтрак			20,94	19,4	90,55	618,14	
Обед							
450,13	Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91	
80,55	Рыба, тушеная с овощами	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13	
611,02	Рис припущенный	200	5,06	8,76	51,95	306,55	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			23,13	22,96	121,62	783,49	
Итого за день			44,07	42,36	212,17	1401,63	

День: четверг
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						
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
Итого за Завтрак			27,43	14,87	58,67	481,88
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
502,54	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
184	Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,5	4,7	38,00	229
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			24,68	20,75	112,61	746,54
Итого за день			52,11	35,62	171,28	1228,42

День: пятница
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						
208	Каша пшеничная молочная жидкая	180/10	6,72	7,75	33,03	225,81
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			13,52	11,4	71,98	443,81
Обед						
54,47	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,62	6,27	17,38	137,22
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
138,06	Картофельное пюре	200	4,39	6,77	29,45	196,88
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			23,76	23,37	108,53	738,02
Итого за день			37,28	34,77	180,51	1181,83

День: понедельник
Неделя: 2

№ 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						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	180	10,61	14,12	37,20	319,40
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак			15,07	20,82	84,30	588,28
Обед						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
131,8	Плов из мяса птицы	200	16,90	18,50	41,43	399,13
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			25,44	25,06	103,29	738,09
Итого за день			40,51	45,88	187,59	1326,37

День: вторник
Неделя: 2

№ 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						
502,55	Тфтели из мяса птицы с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
188	Каша ячневая рассыпчатая	150/5	4,86	4,02	30,41	187,68
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			20,02	19,83	75,74	574,22
Обед						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
66,63	Суп-лапша	250	2,78	5,29	15,62	121,35
97,64	Жаркое по-домашнему	200	12,85	15,68	23,43	286,54
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			23,95	26,94	101,51	742,16
Итого за день			43,97	46,77	177,25	1316,38

День: среда
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
131,8	Плов из мяса птицы	200	16,90	18,50	41,43	399,13
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
Итого за Завтрак			19,36	24,60	68,01	569,91
Обед						
129,08	Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	8,28	4,85	35,72	219,62
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	251,97
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,99	5,18	44,50	252,60
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			41,50	28,82	133,53	956,09
Итого за день			60,86	53,42	201,54	1526,00

День: четверг
Неделя: 2

№ 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							
502,56	Фрикадельки из мяса птицы с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63	
138,06	Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,50	177,19	
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	
Итого за Завтрак			16,46	16,34	66,65	481,10	
Обед							
1505	Салат «Степной»	40	1	4	4	55	
67,32	Свекольник со сметаной	250/10	2,82	6,15	18,43	140,94	
423,18	Тефтели рыбные с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8	
302,01	Каша гречневая вязкая с маслом	180/10	5,78	10,19	25,85	217,92	
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95	
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			24,26	27,45	123,05	834,66	
Итого за день			40,72	43,79	189,70	1315,76	

День: пятница
Неделя: 2

№ 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						
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	5,84	8,07	31,62	223,11
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			12,32	18,92	68,23	495,11
Обед						
129,2	Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,47	Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	7,82	10,58	49,52	324,74
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			30,24	25,57	136,87	897,32
Итого за день			42,56	44,49	205,10	1392,43