

Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд		№ рецепта	масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценнос	Витамин С,мг
				белки	жиры	углеводы		
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием								
день 1 первой недели	Бутерброд с сыром	№ 3	30/10	5	3	14,5	106	0,07
	Тефтели	№ 105	80/50	11,4	18,4	15,6	274	2,08
	Макаронные изделия отварные	№202	180/5	6,6	5	40	235	0
	Чай с лимоном	№270	200	0,2	0,04	10,2	41	2,8
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Фрукт (яблоко)	№Д07ФР19	150	0,6	0,6	14,7	71	15
	Итого за завтрак		620/65	25,8	27,04	109	798	19,95
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат "Пестрый"	№ 32	80	1,3	5,9	5,3	79,6	7,77
	Суп бобовый с мясом	№63	200/15	6,4	3,5	25,5	161	3,46
	Чай с молоком	№ 269	200	1,6	1,8	12,4	69	0,65
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	25	2		12	59	
	Итого за обед		305/15	11,3	11,2	55,2	368,6	11,88
	Итого за день		925/80	37,1	38,24	164,2	1166,6	31,83
Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд			масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценнос	Витамин С,мг
				белки	жиры	углеводы		
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием								
день 2 первой недели	Каша гречневая молочная	№175	180/5	8,2	8	33,4	240	0,46
	Масло сливочное (порциями)	№81	10		7		66	
	Чай с сахаром	№268	200	0,1	0,03	9,9	35	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Груша		150	0,3	0,15	6,15	28,2	3
	Итого за завтрак		570/5	10,6	15,18	63,45	440,2	0,46
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Винегрет	№ 40	80	1	1,8	5,8	44	4,14
	Щи с мясом	№ 53	200/8	1,5	4,5	5,7	71	6
	Кисель	№ 292	200	0,1	0,1	27,6	109	1,36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Итого за обед		505/8	4,6	6,4	53,1	295	11,5
	Итого за день		1075/13	15,2	21,58	116,55	735,2	11,96



Возраст		от 7 до 11 лет						Витамин С,мг
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценнос		
			белки	жиры	углеводы			
день 5 первой недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Булочка сдобная	№ 260	100	7,8	8,6	52,6	318	0,04
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	№54	200/8	1,9	6,6	10,9	110	6,55
	Бульон мясной прозрачный	№50						
	Хлеб пшениный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Кофейный напиток	№ 272	200	2,9	2,8	14,9	94	0,52
	Итого за завтрак		530/8	14,6	18	92,4	593	7,11
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат из свеклы отварной	№ 25	80	1,1	6,6	6,4	88	7,25
	Жаркое по домашнему	№ 98	250	18,8	20,1	20,3	339	1,6
	Чай с сахаром	№268	200	0,1	0,03	9,9	35	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Итого за обед		560	22	26,73	50,6	533	8,85
	Итого за день		1080/8	36,6	44,73	143	1126	15,96

		1080/8		36,6		44,73		143		1126		15,96	
Возраст		от 7 до 11 лет										Витамин С, мг	
наименование блюд		масса порц. (г)		Пищевая ценность			Эн. ценнос						
				белки	жиры	углеводы							
день 1 второй недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием												
	Сыр (порциями)	№ 1	10	3	3		36	0,07					
	Биточки мясные	№39	60	11	8	10	160	0,15					
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2	0,24	14	71						
	Макаронные изделия отварные	№33	150	6	5	36	212						
	Чай с молоком	№43	150/50	1	2	12	70	0,65					
	Итого за завтрак		400/50	23	18,24	72	549	0,87					
	обед для ОВЗ 2 прием												
	Салат из свеклы с яблоками	№7, 04	60	1	3	5	51	5,63					
	Суп с макаронными изделиями на мясе	№59	200	2,1	2	15	89	5,28					
	Мясной бульон прозрачный	№50											
	Шоколад "Аленка"		15										
	Инстантный витаминизированный (кисель)	№47	200			12	128	16,2					
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71						
	Итого за обед		505	5,1	5	46	339	27,11					
Итого за день		905/50	28,1	23,24	118	888	27,98						



РАБЫСОВ И.И.

Возраст		от 7 до 11 лет					Витамин С,мг	
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценнос		
			белки	жиры	углеводы			
день 4 второй недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Жаркое по домашнему	№ 98	250	18,8	20,1	20,3	339	1,6
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Чай с лимоном	№270	200	0,2	0,04	10,2	41	2,8
	Фрукт (яблоко)	№Д07ФР19	150	0,6	0,6	14,7	71	15
	Итого за завтрак		630	21,6	20,74	20,74	522	19,4
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат из капусты белокочанной с морковью	№ 5, 04	60	1	6	6	82	22,98
	Суп-лапша домашняя с курицей	№ 19,29	200	16	10	12	200	1,77
	Компот из сухофруктов	№278	200	1	0,05	27,5	110	0,32
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Итого за обед		490/5	20	16,05	59,5	463	25,07
	Итого за день		1120/5	41,6	36,79	80,24	985	44,47
Возраст		от 7 до 11 лет					Витамин с,мг	
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценнос		
			белки	жиры	углеводы			
день 5 второй недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Каша "Дружба" с маслом	№ 187	180/5	5,7	8	30,6	217	0,48
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Чай с сахаром	№268	200	0,1	0,03	9,9	35	
	Булочка сдобная	№260	100	7,8	8,6	52,6	318	0,04
	Банан		150	0,6	0,2	8,4	38,4	4
	Итого за завтрак		660/5	16,2	16,83	115,5	679,4	4,52
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Суп с рыбными консервами	№87	200	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1
	Салат "Здоровье"	№ 20	80	1,6	3,6	5,7	62	3
	Детская мини-пицца	№ 249	70	9,7	7,4	18,5	182	0,59
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Компот из сухофруктов	№278	200	1	0,05	27,5	110	0,32
Итого за обед		580	22,9	19,45	80	592,3	13,01	
Итого за день		1040/5	39,1	36,28	195,5	1271,7	17,53	



[Handwritten signature]

Рябенко И.И.