На стенд 13

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
НОВОКУЙБЫШЕВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ
УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ
«Фабрика школьного питания»

Согласовано
Директор школы № 13 г. Новокуйбышевска
Донина Н.Г.

Согласовано
Председатель Управляющего Совета
Горлова Горлова М.В

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор НМУП «ФШП»

Резинкина Л.П.

Примериое цикличное меню завтраков и обедов иа весенний период учащихся, один из родителей которых отиосится к категории лиц участвующих в СВО с 1 - 9 класс общеобразовательной школы г. о. Новокуйбышевск

2024год.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 1								
Завтрак								
с1-4кл	Тефтели с соусом	**100**	7.46	12.28	11.09	184.00	**279/331**	50/50
	Макароны отварные с огурцом соленым	**160**	5.02	4.58	27.30	171.00	**202/309/70**	140/20
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**40**	3.20	0.50	16.80	84.80		
	Итого:	**500**	**15.78**	**17.36**	**70.19**	**499.80**		
Обед								
с1-4кл	Суп картофельный с горохом	**200**	4.06	4.28	19.00	131.00	**102**	
	Плов с икрой кабачковой	**210**	15.04	31.90	36.10	491.70	**265/п.п**	150/30/30
	Компот из свежих плодов (яблок)	**200**	0.16	0.00	29.00	116.60	**342**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Хлеб ржаной	**40**	2.60	0.40	16.00	78.00		
	Итого:	**700**	**25.86**	**37.18**	**121.10**	**923.30**		
	Итого за день:		***41.64***	***54.54***	***191.29***	***1423.10***		
Завтрак								
с5-11кл	Тефтели с соусом	**100**	7.46	12.28	11.09	184.00	**279/331**	50/50
	Макароны отварные с огурцом соленым	**220**	5.90	5.40	32.00	201.00	**202/309/70**	170/50
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Итого:	**570**	**17.46**	**18.28**	**79.09**	**551.00**		
Обед	Сдоба обыкновенная	**50**	4.00	2.60	27.10	148.00	**421**	
с5-11кл	Суп картофельный с горохом	**250**	5.00	5.35	23.80	163.80	**102**	
	Плов с икрой кабачковой	**250**	18.00	37.10	42.60	577.60	**265/п/п**	180/30/40
	Компот из свежих плодов (яблок)	**200**	0.16	0.00	29.00	116.60	**342**	
	Хлеб пшеничный	**60**	4.80	0.80	25.20	127.20		
	Хлеб ржаной	**40**	2.60	0.40	16.00	78.00		
	Итого:	**850**	**34.56**	**46.25**	**163.70**	**1211.20**		
	Итого за день:		***52.02***	***64.53***	***242.79***	***1762.20***		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 2								
Завтрак								
с1-4кл	Булочка "бутербродная" с сыром	**100**	11.74	7.55	45,,92	227.20	**110*/15**	80/20
	Каша вязкая молочная	**200**	6.10	12.10	35.00	273.00	**173-175**	190/5/5
	Кофейный напиток с молоком	**200**	3.58	2.68	28.30	151.80	**379**	
	Итого:	**500**	**21.42**	**22.33**	**63.30**	**652.00**		
Обед								
с1-4кл	Щи из свежей капусты с картофелем	**200**	1.30	3.90	9.20	120.30	**88**	
	Биточки с соусом	**100**	7.10	9.20	10.90	168.00	**268**	*50/50*
	Картофельное пюре со свеклой отварной	**150**	2.57	3.50	15.30	140.00	**312/2***	130/20
	Компот из кураги	**200**	1.00	0.00	34.00	140.20	**348**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	63.60		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**700**	**15.67**	**17.20**	**90.00**	**671.10**		
	Итого за день:		***37.09***	***39.53***	***153.30***	***1323.10***		
Завтрак								
с5-11кл	Булочка "бутербродная" с сыром	**130**	16.00	10.80	57.40	390.00	**110*/15**	100/30
	Каша вязкая молочная	**250**	7.60	15.10	43.70	340.90	**173-175**	240/5/5
	Кофейный напиток с молоком	**200**	3.58	2.68	28.30	151.80	**379**	
	Итого:	**580**	**27.18**	**28.58**	**129.40**	**882.70**		
Обед								
с5-11кл	Фрукт	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**388**	
	Щи из свежей капусты с картофелем	**250**	1.60	4.80	11.50	129.00	**88**	
	Биточки с соусом	**100**	7.10	9.20	10.90	168.00	**268**	50/50
	Картофельное пюре со свеклой отварной	**180**	3.60	5.20	21.50	168.00	**312/2***	150/30
	Компот из кураги	**200**	1.00	0.00	34.00	140.20	**348**	
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Итого:	**900**	**19.00**	**20.00**	**119.50**	**802.20**		
	Итого за день:		***46.18***	***48.58***	***248.90***	***1684.90***		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 3								
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	**150**	18.40	13.90	76.20	503.00	**224**	130/20
с1-4кл	Плоды свежие	**150**	0.60	0.00	18.90	78.00	**338**	
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Итого:	**500**	**19.10**	**13.90**	**110.10**	**641.00**		
Обед	Суп картофельный с рисом	**200**	1.60	2.20	16.70	93.00	**101**	
с1-4кл	Котлета из птицы с соусом	**100**	10.00	11.00	11.60	186.00	**295/331**	50/50
	Горох отварной с огурцом соленым	**150**	11.80	1.20	38.60	214.00	**197/306/70**	130/20
	Компот из смеси сухофруктов	**200**	0.10	0.00	21.80	87.60	**349**	
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Хлеб пшеничный	**40**	3.20	0.50	16.80	84.80		
	Итого:	**710**	**28.00**	**15.10**	**113.50**	**704.40**		
	Итого за день:		***47.10***	***29.00***	***223.60***	***1345.40***		
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	**200**	24.50	18.50	101.60	670.60	**224**	170/30
с5-11кл	Плоды свежие	**200**	0.80	0.00	25.20	104.00	**338**	
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Итого:	**600**	**25.40**	**18.50**	**141.80**	**834.60**		
Обед	Плоды свежие	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**338**	
с5-11кл	Суп картофельный с рисом	**250**	2.00	2.76	20.90	116.30	**101**	
	Котлета из птицы с соусом	**100**	10.00	11.00	11.60	186.00	**295/331**	50/50
	Горох отварной с огурцом соленым	**180**	14.20	1.48	46.40	256.40	**197/306/70**	160/20
	Компот из смеси сухофруктов	**200**	0.10	0.00	21.80	87.60	**349**	
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Итого:	**900**	**32**	**16.04**	**142.30**	**843.30**		
	Итого за день:		***57.40***	***34.54***	***284.10***	***1677.90***		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 4								
Завтрак								
с1-4кл								
	Птица тушенная в соусе	**90**	12.50	13.95	3.42	189.00	**290/331**	40/50
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом свежим	**170**	7.24	5.90	39.01	237.76	**171/302/71**	140/30
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**40**	3.20	0.50	16.80	84.80		
	Итого:	**500**	**23.04**	**20.35**	**74.23**	**571.56**		
Обед	Борщ с капустой и картофелем	**200**	1.40	4.00	12.00	100.00	**82**	
с1-4кл	Тефтели рыбные с соусом	**100**	6.40	5.90	9.10	125.00	**239/331**	50/50
	Рис припущенный с кукурузой консервированной	**150**	3.60	4.30	37.00	199.00	**305**	130/20
	Напиток из плодов шиповника	**200**	0.68	0.00	35.00	143.80	**388**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	63.60		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**700**	**15.78**	**14.80**	**113.70**	**670.40**		
	Итого за день:		***38.82***	***35.15***	***187.93***	***1241.96***		
Завтрак	Птица тушенная в соусе	**100**	13.90	15.50	3.80	210.00	**290/331**	
с5-11кл	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом свежим	**210**	8.40	6.80	45.10	274.60	**171/302/71**	160/50
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**60**	4.80	0.80	25.20	127.20		
	Итого:	**570**	**27.20**	**23.10**	**89.10**	**671.80**		
Обед	Крендель сахарный	**50**	3.50	5.60	29.40	182.00	**415**	
с5-11кл	Борщ с капустой и картофелем	**250**	1.80	5.00	15.00	112.00	**82**	
	Тефтели рыбные с соусом	**100**	6.40	5.90	9.10	125.00	**239/331**	50/50
	Рис припущенный с кукурузой консервированной	**180**	4.30	5.20	44.40	239.00	**305**	160/20
	Напиток из плодов шиповника	**200**	0.68	0.00	35.00	143.80	**388**	
	Хлеб пшеничный	**60**	4.80	0.80	25.20	127.20		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**860**	**22.78**	**22.70**	**166.10**	**968.00**		
	Итого за день:		***49.98***	***45.80***	***255.20***	***1639.80***		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 5								
Завтрак								
с1-4кл	Рагу из птицы с помидором свежим	**255**	17.60	20.90	24.90	358.80	**289/71**	175/50/30
	Чай с молоком	**215**	1.40	1.60	17.70	91.00	**378**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	64.00		
	Итого:	**500**	**21.40**	**22.90**	**55.20**	**513.80**		
Обед								
с1-4кл	Рассольник ленинградский	**200**	1.70	4.00	16.40	109.00	**96**	
	Кнели из птицы с соусом	**90**	8.90	11.30	0.40	162.00	**301/331**	40/50
	Макароны отварные с огурцом свежим	**160**	5.16	5.10	35.10	165.60	**202/309**	140/20
	Компот из свежих плодов (яблок)	**200**	0.16	0.00	29.00	116.60	**342**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	64.00		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**700**	**19.62**	**21.00**	**101.50**	**656.20**		
	Итого за день:		***41.02***	***43.90***	***156.70***	***1170.00***		
Завтрак								
с5-11кл	Рагу из птицы с помидором свежим	**285**	18.00	20.90	27.50	366.60	**289/71**	175/50/60
	Чай с молоком	**215**	1.40	1.60	17.70	91.00	**378**	
	Хлеб пшеничный	**70**	5.60	0.84	29.40	148.40		
	Итого:	**570**	**25.00**	**23.34**	**74.60**	**606.00**		
Обед	Плоды свежие	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**338**	
с5-11кл	Рассольник ленинградский	**250**	1.90	5.20	16.70	136.30	**96**	
	Кнели из птицы с соусом	**100**	9.88	12.55	0.44	180.00	**301/331**	50/50
	Макароны отварные с огурцом свежим	**180**	5.60	5.40	37.60	179.00	**202/309**	150/30
	Компот из свежих плодов (яблок)	**200**	0.16	0.00	29.00	116.60	**342**	
	Хлеб пшеничный	**60**	4.80	0.80	25.20	127.20		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**910**	**24.04**	**24.15**	**129.54**	**830.10**		
	Итого за день:		**49.04**	**47.49**	**204.14**	**1436.10**		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
Неделя 2 День 1			**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**			
Завтрак								
с1-4кл	Котлета с соусом	**100**	7.10	9.20	10.90	168.00	**268/331**	50/50
	Макароны отварные с икрой кабачковой	**150**	7.10	9.20	10.90	140.00	**202/309/п.п**	120/30
	Чай с сахаром, с лимоном	**222**	0.20	0.00	16.00	65.00	**377**	
	Хлеб пшеничный	**40**	3.20	0.50	16.80	84.80		
	Итого:	**512**	**17.60**	**18.90**	**54.60**	**457.80**		
Обед	Суп картофельный с горохом	**200**	4.06	4.28	19.00	131.00	**102**	
с1-4кл	Тефтели с соусом	**100**	7.46	12.28	11.09	184.00	**279/331**	50/50
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соленым	**150**	6.50	5.40	36.00	220.00	**171/302/70**	130/20
	Компот из свежих плодов (яблок)	**200**	0.16	0.00	29.00	116.60	**342**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	63.60		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**700**	**21.88**	**22.56**	**115.69**	**754.20**		
	Итого за день:		***39.48***	***41.46***	***170.29***	***1212.00***		
Завтрак								
с5-11кл	Котлета с соусом	**100**	7.10	9.20	10.90	168.00	**268**	50/50
	Макароны отварные с икрой кабачковой	**200**	9.40	12.20	14.40	226.00	**202/309/п.п**	150/50
	Чай с сахаром, с лимоном	**222**	0.20	0.00	16.00	65.00	**377**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Итого:	**572**	**20.70**	**22.00**	**62.30**	**565.00**		
Обед	Плоды свежие	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**338**	
с5-11кл	Суп картофельный с горохом	**250**	5.00	5.35	23.80	163.80	**102**	
	Тефтели с соусом	**100**	7.46	12.28	11.09	184.00	**279/331**	
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соленым	**180**	8.20	6.70	44.00	269.60	**171/302/70**	160/20
	Компот из свежих плодов (яблок)	**200**	0.16	0.00	29.00	116.60	**342**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**900**	**26.52**	**25.13**	**149.49**	**931**		
	Итого за день:		**47.22**	**47.13**	**211.79**	**1496.00**		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
Неделя 2 День 2			**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**			
Завтрак	Ватрушка с творогом	**100**	11.74	3.47	40.40	240.00	**410**	
с1-4кл	Каша вязкая молочная	**200**	8.50	13.30	62.20	269.00	**173-175**	190/5/5
	Какао с молоком	**200**	3.70	3.20	26.70	150.80	**382**	
	Итого:	**500**	**23.94**	**19.97**	**129.30**	**659.80**		
Обед	Салат из свеклы отварной	**70**	1.10	4.20	7.70	72.80	**52**	
с1-4кл	Суп овощной	**200**	1.40	4.00	11.40	90.00	**99**	
	Запеканка картофельная с мясом	**130**	20.00	26.00	13.90	292.00	**284**	100/30
	Компот из смеси сухофруктов	**200**	0.10	0.00	21.80	87.60	**349**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Хлеб ржаной	**50**	3.30	0.50	20.00	97.00		
	Итого:	**700**	**29.90**	**35.30**	**95.80**	**745.40**		
	Итого за день:		***53.84***	***55.27***	***225.10***	***1405.20***		
Завтрак	Ватрушка с творогом	**100**	11.74	3.47	40.40	240.00	**410**	
с5-11кл	Каша вязкая молочная	**250**	10.60	16.60	77.53	326.00	**173-175**	240/5/5
	Какао с молоком	**200**	3.70	3.20	26.70	150.80	**382**	
	Хлеб пшеничный	**20**	1.60	0.27	8.40	42.40		
	Итого:	**570**	**27.64**	**23.54**	**153.03**	**759.20**		
Обед	Пирожок с джемом	**75**	4.00	1.30	42.70	199.00	**406**	
с5-11кл	Салат из свеклы отварной	**100**	1.60	6.00	11.00	104.00	**52**	
	Суп из овощей	**250**	1.75	4.90	14.20	109.00	**99**	
	Запеканка картофельная с мясом	**180**	27.69	36.00	21.30	401.00	**284**	150/30
	Компот из смеси сухофруктов	**200**	0.10	0.00	21.80	87.60	**349**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**875**	**40.44**	**49.00**	**140.00**	**1045.60**		
	Итого за день:		***68.08***	***72.54***	***293.03***	***1804.80***		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
Неделя 2 День 3			**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**			
Завтрак	Винегрет овощной	**60**	0.84	1.60	5.16	37.80	**67**	
с1-4кл	Плов из птицы	**200**	19.00	22.00	29.00	408.00	**291**	150/50
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**40**	3.20	0.50	16.80	84.80		
	Итого:	**500**	**23.14**	**24.10**	**65.96**	**590.60**		
Обед								
с1-4кл	Суп картофельный с макаронными изделиями	**200**	2.12	2.20	19.00	106.00	**103**	
	Шницель с соусом	**100**	7.10	9.20	10.90	168.00	**268/331**	50/50
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	**150**	4.43	4.74	31.00	187.00	**171/302/п.п**	120/30
	Напиток из плодов шиповника	**200**	0.68	0.00	8.00	143.80	**388**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	63.60		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**700**	**18.03**	**16.74**	**89.50**	**707.40**		
	Итого за день:		**41.17**	**40.84**	**155.46**	**1298.00**		
Завтрак	Винегрет овощной	**100**	1.40	2.60	8.60	63.00	**67**	
с5-11кл	Плов из птицы	**220**	20.90	24.20	31.90	448.00	**291**	170/50
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.70		
	Итого:	**570**	**26.40**	**27.40**	**76.50**	**677.70**		
Обед	Плоды свежие	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**338**	
с5-11кл	Суп картофельный с макаронными изделиями	**250**	2.65	2.80	24.20	132.00	**103**	
	Гуляш	**100**	10.78	4.48	2.59	134.00	**260**	35/65
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	**180**	5.31	5.69	37.20	202.50	**171/302/п.п**	150/30
	Напиток из плодов шиповника	**200**	0.68	0.00	8.00	143.80	**388**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.00		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**900**	**25.12**	**13.77**	**113.59**	**809.3**		
	Итого за день:		***51.52***	***41.17***	***190.09***	***1487.00***		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
Неделя 2 День 4			**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**			
Завтрак								
с1-4кл	Биточки рыбные с соусом	**100**	7.10	6.80	7.70	160.50	**234/330**	50/50
	Картофельное пюре с огурцом свежим	**150**	3.10	5.10	18.60	180.90	**312**	130/20
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.70		
	Итого:	**500**	**14.30**	**12.50**	**62.30**	**508.10**		
Обед								
с1-4кл	Борщ с капустой и картофелем	**200**	1.40	4.00	12.00	100.00	**82**	
	Птица тушенная в соусе	**90**	12.50	13.95	3.42	189.00	**290/331**	40/50
	Макароны отварные с помидором свежим	**150**	4.70	3.96	24.30	151.30	**202/309/71**	120/30
	Компот из смеси сухофруктов	**200**	0.10	0.00	21.80	87.60	**349**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	63.60		
	Хлеб ржаной	**30**	2.00	0.30	12.00	58.50		
	Итого:	**700**	**23.10**	**22.61**	**86.12**	**650.00**		
	Итого за день:		***37.40***	***35.11***	***148.42***	***1158.10***		
Завтрак								
с5-11кл	Биточки рыбные с соусом	**100**	7.10	6.80	7.70	160.50	**234/330**	50/50
	Картофельное пюре с огурцом свежим	**210**	4.30	7.00	25.90	254.00	**312**	160/50
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**60**	4.80	0.80	25.20	127.20		
	Итого:	**570**	**16.30**	**14.60**	**73.80**	**601.70**		
Обед	Булочка "Домашняя"	**50**	3.70	6.50	32.30	202.00	**118***	
с5-11кл	Борщ с капустой и картофелем	**250**	1.80	5.00	15.00	112.00	**82**	
	Птица тушенная в соусе	**100**	13.90	15.50	3.80	210.00	**290/331**	50/50
	Макароны отварные с помидором свежим	**180**	5.80	4.90	38.00	187.00	**202/309/71**	150/30
	Компот из смеси сухофруктов	**200**	0.10	0.00	21.80	87.60	**349**	
	Хлеб пшеничный	**60**	4.80	0.80	25.20	127.20		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**860**	**31.40**	**32.90**	**144.10**	**964.80**		
	Итого за день:		***47.70***	***47.50***	***217.90***	***1566.50***		

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	цевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 5								
Завтрак	Плоды свежие	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**338**	
с1-4кл	Омлет натуральный с икрой свекольной	**156**	15.68	25.60	10.20	255.00	**210**	106/50
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.70		
	Итого:	**506**	**20.18**	**26.20**	**58.80**	**473.70**		
Обед	Суп картофельный с пшеном и рыбой	**200**	3.44	3.18	16.46	108.20	**101/226**	200/(10р)
с1-4кл	Котлета из птицы с соусом	**100**	10.00	11.00	11.60	186.00	**295/331**	50/50
	Рагу овощное с огурцом свежим	**150**	1.80	11.00	14.00	157.00	**143**	130/20
	Компот из кураги	**200**	1.00	0.00	34.00	140.20	**348**	
	Хлеб пшеничный	**30**	2.40	0.40	12.60	63.60		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**700**	**19.94**	**25.78**	**96.66**	**694.00**		
	Итого за день:		***40.12***	***51.98***	***155.46***	***1167.70***		
Завтрак	Плоды свежие	**100**	0.40	0.00	12.60	52.00	**338**	
с5-11кл	Омлет натуральный с икрой свекольной	**225**	22.60	36.00	12.00	330.00	**210**	125/100
	Чай с сахаром	**200**	0.10	0.00	15.00	60.00	**376**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.70		
	Итого:	**575**	**27.10**	**36.60**	**60.60**	**548.70**		
Обед	Пирожок с курагой	**75**	4.20	1.70	37.40	182.00	**406/473**	
с5-11кл	Суп картофельный с пшеном и рыбой	**250**	4.30	3.98	20.57	135.50	**101/226**	250/(10р)
	Котлета из птицы с соусом	**100**	10.00	11.00	11.60	186.00	**295/331**	50/50
	Рагу овощное с огурцом свежим	**180**	2.50	12.50	16.30	183.00	**330**	150/30
	Компот из кураги	**200**	1.00	0.00	34.00	140.20	**348**	
	Хлеб пшеничный	**50**	4.00	0.60	21.00	106.70		
	Хлеб ржаной	**20**	1.30	0.20	8.00	39.00		
	Итого:	**875**	**27.30**	**29.98**	**148.87**	**972.40**		
	Итого за день:		***54.40***	***66.58***	***209.47***	***1521.10***		
Среднее значение за период 10 дней: для детей 7-10 лет			***41.77***	***42.68***	***176.76***	***1274.46***		
Среднее значение за период 10 дней: для детей 12 лет и старш			***52.35***	***51.59***	***235.74***	***1607.63***		

В питании ежедневно исползуется иодированная соль и проводится С - витаминизация III блюда. Технолог: