

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

 Т.А. Замулина

«*26*» *августа* 2022 год

Индивидуальный предприниматель

 Н.И. Звягина

«*26*» *августа* 2022 год

Индивидуальный предприниматель

 В.Б. Карпачев

«*26*» *августа* 2022 год

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

для детей обучающихся по программам начального общего образования
дети с ограниченными возможностями здоровья
и дети из многодетных семей

«2022/2023 учебный год»

СОГЛАСОВАНО:

Исполняющий обязанности
руководителя комитета образования
администрации города Ставрополя
заместитель руководителя
комитета образования
администрации города Ставрополя



А.В. Шиянов

Заместитель начальника
отдела санитарного надзора
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

Заместитель руководителя
комитета образования
администрации города Ставрополя

Е.П. Сухота

Меню для детей обучаюшихся 1-4 классов с ОВЗ и многодетных семей на 2022-2023уч.год

1 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)
Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с крупной рисовой (№ рец. 101, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/250 (№ рец. 88, сб.2015)	Суп с макаронными изделиями и картофелем 1/250 (№ рец. 112, сб.2015)
Выпечка из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Рыба (минтай) припущенная с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 227, сб.2015)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/9 (№ рец. 171, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/270 (№ рец. 291, сб.2015)	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/80 (№ рец. 278, сб.2015, № рец. 331, сб.2015.)
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/7 (№ рец. 203, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/7 (№ рец. 125, сб.2015)	Коглеты из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/7 (№ рец. 128, сб.2015)
Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Кисель из яблок 1/200 (№ рец. 352, сб.2015)	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Кисель из плодов или ягод свежих (свежемороженых) 1/200 (№ рец. 350, сб.2015)
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50		Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Каша жидкая молочная из манной крупы 1/220 (№ рец. 181, сб.2015)	Запеканка рисовая с творогом и молоком стуженым 1/150/40 (№ рец. 188, сб.2015)	Каша жидкая молочная из овсяной крупы 1/220 (№ рец. 182, сб.2015)	Омлет с жареным картофелем с маслом сливочным 1/180/10 (№ рец. 213, сб.2015)	Вареники ленивые отварные с молоком стуженым 1/150/40 (№ рец. 218, сб.2015)
Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Какао с молоком 1/200 (№ рец. 382, сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Какао с молоком 1/200 (№ рец. 382, сб.2015)	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)		Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150

Меню для детей обучающихся 1-4 классов с ОВЗ и многодетных семей на 2022-2023уч.год

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРТ	ПЯТНИЦА
Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или соленные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)
Суп из овощей со сметаной 1/250/10 (№ рец. 99, сб.2015)	Рассольник Ленинградский 1/250 (№ рец. 96, сб.2015)	Суп картофельный с бобовыми 1/250 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с клецками 1/250 (№ рец. 108, сб.2015)
Тертые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом 1/90/80 (№ рец. 278, сб.2015, № рец. 331, сб.2015,)	Рыба, тушенная в томате с овощами 1/90/180 (№ рец. 229, сб.2015)	Котлеты рубленые из брокера-пыллит с маслом сливочным «Крестьянским» 1/90/8 (№ рец. 295, сб.2015)	Шницель рубленый из говядины с маслом сливочным 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)
Каша гречневая расщипчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/9 (№ рец. 171, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/7 (№ рец. 128, сб.2015)	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/7 (№ рец. 203, сб.2015)	Рагу из овощей 1/150 (№ рец. 143, сб.2015)	Каша пшеничная расщипчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/150/10 (№ рец. 171, сб.2015)
Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)	Компот из свежих плодов (яблоко) 1/200 (№ рец. 342, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/200 (№ рец. 388, сб.2015)	Кисель из плодов или ягод свежих (свежемороженых) 1/200 (№ рец. 350, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/200 (№ рец. 349, сб.2015)
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Макаронны отварные с сыром с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/128/25/7 (№ рец. 204, сб.2015)	Запеканка рисовая с творогом и молоком ступенным 1/150/40 (№ рец. 188, сб.2015)	Каша жидкая молочная из гречневой крупы 1/220 (№ рец. 183, сб.2015)	Пудинг из творога (запеченный) со ступенным молоком 1/150/40 (№ рец. 222, сб.2015)	Каша жидкая молочная из рисовой крупы 1/220 (№ рец. 182, сб.2015)
Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/200 (№ рец. 379, сб.2015)	Чай с лимоном 1/200/15/7 (№ рец. 377, сб.2015)	Какао с молоком 1/200 (№ рец. 382, сб.2015)
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)		Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)
	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150		Фрукты сезонные калиброванные (яблоко, апельсин, мандарин) 1 шт./150

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
 дети с ограниченными возможностями здоровья и дети из многодетных семей
 на 2022/2023 учебный год

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 день

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества						
			Вещч, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
Обед																						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6								
2	БЛЮДКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8								
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/150/7	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 203 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,3	1,0								
4	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1								
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0								
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
Итого за прием пищи:		864	36,2	32,6	132,8	982,5		0,6	15,9	0,7	143,2	153,3	427,0	8,5								
ПОЛДНИК (устраивается)																						
1	КАША ЖЕЛТКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	1/220	29,6	29,8	63,8	633,3	№ 181 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6								
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5								
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0								
6	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛЕРОВАЛЬНЫЕ (ЯБЛОКО, АПЕЛСИН, МАНДАРИН)	1/150	0,8	0,8	19,6	94,0		0,0	20,0	0,0	0,1	32,0	22,0	4,4								
Итого за прием пищи:		687	39,1	41,1	142,6	1117,7		0,3	24,6	0,2	97,7	234,1	311,8	10,5								
Всего за день:		1551	75,3	73,6	275,4	2100,2		0,9	40,5	0,9	240,9	387,4	738,8	19,0								

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины							Минеральные вещества						
			Вещч, г	Жиры, г	Углеводы, г	Белки, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
Обед																						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6								
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	54,5	51,8	1,3								
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	17,1	8,2	0,9	146,0	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	45,8	13,5	195,7	0,9								
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/150/7	3,6	7,1	25,2	189,0	№ 125 2015г.	0,2	25,9	0,0	36,6	24,6	100,4	1,5								
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИПОНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6								
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
Итого за прием пищи:		876	31,9	22,8	106,1	779,2		0,5	154,6	0,2	154,7	152,7	460,5	6,9								
ПОЛДНИК (устраивается)																						
1	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком сухим	1/150/40	9,3	7,2	33,6	320,0	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	135,6	177,0	1,9								
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0								
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0								
Итого за прием пищи:		490	20,4	11,9	123,8	609,9		0,2	1,2	0,0	94,2	279,6	351,0	4,9								
Всего за день:		1366	52,3	34,7	229,9	1479,1		0,7	155,8	0,2	248,9	432,3	811,5	11,8								

СРЕДА 1 июля

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зола, г	Вода, г			В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Мg, мкг	Ca, мкг	P, мкг	Fe, мкг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
			Обед																
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ (СУПЧИЛ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6					
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с крупой рисовой	1/250	1,7	2,7	13,3	85,2	№ 101 2015г.	0,1	16,5	0,2	24,3	23,6	55,1	1,0					
3	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с мяском свиным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 208 2015г.	0,1	0,3	0,4	35,8	43,1	188,8	2,8					
4	КАША ГРЯЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с мяском свиным "Крестьянское" 72,5%	1/150/9	10,6	11,5	47,8	336,0	№ 171 2015г.	0,2	0,0	0,0	168,6	31,6	252,4	5,7					
5	КИСЕЛЬ ИЗ ВЕЛОК	1/200	0,1	0,0	26,9	110,2	№ 352 2015г.	0,0	3,0	0,0	5,0	15,2	9,1	0,1					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Всего за прием пищи:	868	37,6	40,6	149,2	1129,3		0,6	23,8	0,6	295,1	150,3	614,6	12,2					
			ПОЛДНИК (уплотненный)																
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	1/220	8,0	10,2	33,2	256,7	№ 182 2015г.	0,2	1,3	0,1	68,4	140,6	224,5	2,6					
2	КОФЕЛЬНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0					
6	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛЬЦИЕВАТЫЕ (ЯБЛОКО, АЛЕСИНИ, МАЛИНАРИИ)	1/150	0,8	0,8	19,6	94,0		0,0	20,0	0,0	0,1	32,0	22,0	4,4					
	Всего за прием пищи:	680	20,2	23,9	115,5	775,1		0,4	22,6	0,2	120,2	258,7	386,0	9,3					
		1548	57,8	64,5	264,7	1904,4		1,0	48,4	0,8	415,3	409,0	1000,6	21,5					

ЧЕТВЕРГ 1 июля

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зола, г	Вода, г			В1, мкг	С, мкг	А, мкг	Мg, мкг	Ca, мкг	P, мкг	Fe, мкг			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
			Обед																
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ (СУПЧИЛ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6					
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с маргарином	1/250	2,0	6,1	7,0	83,2	№ 88 2015г.	0,0	34,1	0,2	20,1	52,4	37,1	0,9					
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	1/90/270	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	238,2	2,8					
4	Конфет из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	880	36,1	23,2	128,0	868,6	0,0	4,4	49,1	0,2	144,4	168,2	404,5	6,3					
			ПОЛДНИК (уплотненный)																
1	ОМЛЕТ с запеченным картофелем и мяском свиным	1/180/10	12,6	32,4	18,8	420,0	№ 213 2015г.	0,2	5,6	235,4	22,6	89,4	224,2	2,8					
2	КАША С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0					
	Итого за прием пищи:	490	23,7	37,1	89,0	799,9		0,4	6,6	235,4	69,6	233,4	398,2	5,8					
	Всего за день:	1370	59,8	60,2	217,0	1668,5		0,8	55,7	235,6	214,0	401,6	802,7	12,1					

ПИТАНИЯ 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обла	7			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Е, мг			
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6					
2	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/250	4,0	2,9	20,1	119,1	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9					
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с помидором	1/90/80	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4					
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Борстлявене" 72,5%	1/150/7	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 128 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	32,5	109,7	1,3					
5	КИСЕЛЬ ИЗ ШЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ)	1/200	0,1	0,0	26,9	110,2	№ 350 2015г.	0,0	3,0	0,0	5,0	15,2	9,1	0,1					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	937	29,5	31,0	133,4	1 002,7	0,4	39,7	0,2	132,9	174,3	429,4	6,3						
ПОДЛИННИК (уплотненный)																			
1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ отварные с мясным фаршем	1/150/40	25,7	13,8	39,3	384,7	№ 218 2015г.	0,0	0,6	92,6	37,3	250,9	291,0	0,5					
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	1/200/7	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО, АЛЕСИСИН, МАЛДАРИН)	1/150	0,8	0,8	19,6	94,0	0,0	20,0	0,0	0,1	32,0	22,0	4,4						
	Итого за прием пищи:	647	35,1	16,8	116,0	774,1	0,2	23,9	92,6	82,1	333,1	412,5	8,4						
	Всего за день:	1584	64,6	47,7	249,4	1 776,8	0,6	63,6	92,8	215,0	507,4	841,9	14,7						

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витаминны					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	7	В1, мг			С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Е, мг				
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6					
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/250/10	3,0	4,2	10,2	91,0	№ 99 2015г.	0,1	11,0	0,2	22,0	30,0	53,0	0,8					
3	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с помидором	1/90/80	12,8	14,3	16,8	301,6	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	144,6	1,4					
4	КАШИ ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным	1/150	3,6	4,6	37,7	206,0	№ 171 2015г.	0,0	0,0	0,0	26,0	11,0	78,0	0,6					
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4	№ 349 2015г.	0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0					
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	940	28,1	25,4	131,0	930,0	0,3	18,2	0,2	121,4	132,9	384,8	5,4						
ПОДЛИННИК (уплотненный)																			
1	МАКАРОНЫ ОТВАРЕННЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Борстлявене" 72,5%	1/128/25/7	10,8	12,0	27,2	267,5	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,2	236,1	161,6	0,9					
2	КОФЕЛЬНИК НАПЕТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3					
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО, АЛЕСИСИН, МАЛДАРИН)	1/150	0,8	0,8	19,6	94,0	0,0	20,0	0,0	0,1	32,0	22,0	4,4						
	Итого за прием пищи:	610	22,9	17,4	109,4	710,9	0,3	21,3	0,0	68,0	353,2	321,1	7,6						
	Всего за день:	1550	51,0	42,7	240,4	1 640,9	0,6	39,5	0,2	189,4	486,1	705,9	13,0						

ВТОРИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный	Жиры, г	Углеводы, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6						
	РАССОЛЫ ИЛИ РАЖАРЕНА	1/250	2,3	5,3	16,4	122,4	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2						
	РЫБА МИНТАЙ, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	1/90/180	8,1	2,3	5,9	84,0	№ 229 2015г.	0,0	2,6	1,0	29,0	30,0	121,0	0,5						
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Кристаллик" 72,5%	1/150/7	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 128 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3						
	КОМПОТ из свежих плодов (яблоко)	1/200	0,5	0,2	24,8	102,9	№ 342 2015г.	0,0	1,3	0,0	3,2	13,2	9,1	0,1						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за завтрак:	947	23,5	21,5	116,7	781,1		0,4	49,1	1,2	135,9	160,5	420,8	5,7						
	ПОЛДНИК (уплотненный)																			
	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком сливочным	1/150/40	12,3	13,6	64,6	434,9	№ 188 2015г.	0,0	0,2	0,0	47,2	-9,3	173,6	1,9						
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/7	0,1	0,0	15,9	65,0	№ 377 2015г.	0,0	2,8	0,0	3,0	12,8	1,5	0,1						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за обед:	497	20,6	18,8	125,9	748,8		0,2	3,0	0,0	83,2	26,5	259,1	4,0						
	Итого за день:	1444	44,1	37,3	242,6	1526,9	0,0	0,6	52,1	1,2	219,1	187,0	679,9	9,7						

СРЕДА 2 неделя

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Обезжиренный	Жиры, г	Углеводы, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/250	5,6	5,4	17,5	140,7	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1						
	КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ВЯЖДЕЛЬ-ЦЫПЦИТ	1/90/8	12,9	16,1	10,4	236,5	№ 295 2015г.	0,0	1,3	0,1	24,6	8,4	143,9	1,9						
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Кристаллик" 72,5%	1/150/7	5,4	0,7	34,7	166,5	№ 203 2015г.	0,1	0,0	0,0	8,4	15,2	45,5	1,0						
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИЛОУНИКА	1/200	0,7	0,3	20,8	88,2	№ 388 2015г.	0,0	100,0	0,0	3,4	21,3	3,4	0,6						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за завтрак:	865	33,3	24,7	130,3	885,9		0,5	116,9	0,4	113,4	130,5	385,5	8,2						
	ПОЛДНИК (уплотненный)																			
	Каша яловая молочная из гречневой крупы	1/220	6,6	9,7	24,4	210,3	№ 183 2015г.	0,1	1,3	0,1	52,9	150,9	188,3	2,6						
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Кристаллик" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	1,0	2,0	2,0	0,0						
	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО, АЛЕСИОН, МАНАРИН)	1/150	0,8	0,8	19,6	94,0		0,0	20,0	0,0	0,1	32,0	22,0	4,4						
	Итого за обед:	680	18,8	23,4	106,7	728,7	0,0	0,3	22,6	0,2	104,7	269,0	349,8	9,3						
	Итого за день:	1545	52,1	48,1	237,0	1614,6		0,8	139,5	0,6	218,1	399,5	735,3	17,5						

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества						
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6						
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	1,8	5,0	12,3	102,0	№ 82 2015г.	0,0	22,2	0,2	27,4	49,9	111,9	3,0						
3	ПШЕНИЦА РУЖАНОЧКА ИЗ ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянский" 72,5%	1/90/9	15,9	16,8	14,7	274,4	№ 268 2015г.	0,0	0,0	0,0	27,1	4,9	111,9	3,0						
4	РАТУ на овощах	1/150	2,5	15,7	0,5	202,0	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8						
5	КРЕМЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	1/200	0,1	0,0	28,9	110,2	№ 350 2015г.	0,0	3,0	0,0	5,0	15,2	9,1	0,1						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	1,65	24,2	116,9	№ 171 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/90	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 349 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	869	29,0	39,8	101,3	942,6		0,2	47,0	65,9	124,1	164,4	346,2	7,8						
ПОДЛИНКА (густотенный)																				
1	Пудинг из творога (запеченый) со фруктами и молоком	1/150/40	24,5	19,2	63,0	523,8	№ 222 2015г.	0,1	0,9	113,1	56,8	344,0	381,5	1,8						
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/200/7	0,3	0,1	16,4	67,0	№ 377 2015г.	0,0	3,2	0,0	5,4	8,6	10,8	1,1						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	497	33,0	21,5	124,8	836,7		0,5	4,1	113,1	95,2	375,6	476,3	4,9						
	Всего за день:	1366	62,0	61,2	226,1	1 779,3		0,5	51,1	179,0	219,3	540,0	822,5	12,7						

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества						
			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,5	0,1	1,5	8,1	№ 71 / 70 2015г.	0,0	6,0	0,0	8,4	13,8	25,2	0,6						
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КОЛБАСКИ	1/250	5,6	4,8	10,2	115,0	№ 108 2015г.	0,1	0,8	5,9	16,8	23,7	56,6	0,6						
3	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	343,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8						
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ разогретая с маслом сливочным	1/150/10	7,1	10,1	40,3	268,0	№ 171 2015г.	0,1	0,0	41,0	51,4	29,3	141,0	1,7						
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,0	0,0	19,4	77,4		0,0	0,0	0,0	2,0	9,4	0,0	0,0						
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/90	3,95	0,5	24,2	116,9	№ 171 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/90	4,3	1,65	21,25	129,00	№ 349 2015г.	0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
	Итого за прием пищи:	869	37,9	41,4	131,1	1 058,3		0,4	7,1	47,3	167,3	142,3	495,6	7,6						
ПОДЛИНКА (плототенный)																				
1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянский" 72,5%	1/220	6,8	10,1	25,6	212,4	№ 182 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	160,2	191,2	2,9						
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/200	2,9	2,5	24,8	134,0	№ 382 2015г.	0,0	1,0	0,0	14,0	121,0	90,0	1,0						
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,95	0,5	24,2	116,9		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	4,3	1,65	21,25	129,00		0,1	0,0	0,0	16,5	11,5	42,0	1,0						
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянский" 72,5%	1/10	0,1	8,3	0,1	75,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	0,1	0,0	1,0	2,0	0,0						
6	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАДЕРОВАНИЕ (ЯБЛОКО, АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН)	1/150	0,8	0,8	19,6	94,0		0,0	20,0	0,0	0,1	32,0	22,0	4,4						
	Итого за прием пищи:	680	18,8	23,9	115,5	761,3	0,0	0,3	22,7	0,1	100,9	337,2	399,2	10,3						
	Всего за день:	1549	56,7	65,2	246,6	1 819,6		0,7	29,8	47,4	268,2	479,5	894,8	17,9						

ИТОГО ПО ПРИЕМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									
	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
Итого за весь период	575,7	535,1	2 429,0	17 310,3																
Среднее значение за период	57,6	53,5	242,9	1 731,0																
Итого																				
Итого за весь период	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг													
Среднее значение за период	4,7	67,6	55,9	244,8	423,0	802,4	15,0													

*Можно готовить без добавления сахара, при покупке сахара можно подавать порционно (фосфорный) для в сахарнице