

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Т.А. Замулина

2022 год

Индивидуальный предприниматель

Н.И. Звягина

2022 год

Индивидуальный предприниматель

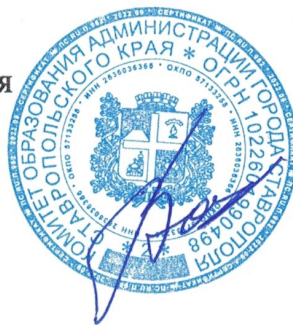
В.Б. Карпачев

2022 год

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА
для детей обучающихся
по программам начального общего образования
«на 2 полугодие 2022/2023 учебного года»

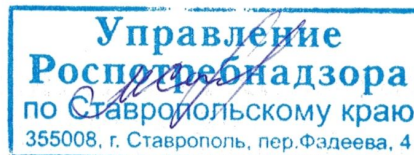
СОГЛАСОВАНО:

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



Е.В. Волосовцова

Заместитель начальника
отдела санитарного надзора
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

Заместитель руководителя
комитета образования
администрации города Ставрополя

Е.П. Сухота

Меню раскладка для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на 2 полугодие 2022-2023 уч.год (1 неделя)

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	Омлет натуральный с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/135/13 (№ рец. 210, сб.2015)	Макаронные отварные с сыром с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/8/32 (№ рец. 204, сб.2015)	Запеканка из творога с морковью и молоком ступенным 1/160/50 (№ рец. 224, 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)	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)
Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Икра кабачковая консервированная 1/80	Кисель из плодов или ягод свежих (свежемороженных) 1/180 (№ рец. 350, сб.2015)	Какао с молоком 1/180 (№ рец. 382, сб.2015)	Рату из птицы 1/90/250 (№ рец. 289, сб.2015)	Чай с лимоном 1/180/15 (№ рец. 377, сб.2015)	Чай с лимоном 1/180/15 (№ рец. 377, сб.2015)	Чай с лимоном 1/180/15 (№ рец. 377, сб.2015)	Чай с лимоном 1/180/15 (№ рец. 377, сб.2015)	Чай с лимоном 1/180/15 (№ рец. 377, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Кофейный напиток с молоком 1/180 (№ рец. 379, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 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)	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)	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)
Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Биогурт фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый) в индивидуальной упаковке 1/125	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	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)	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 1/200 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/200/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с крупой рисовой 1/200 (№ рец. 101, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)	Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 (№ рец. 88, сб.2015)
Биточки 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% 1/160/9 (№ рец. 171, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)	Плов из птицы 1/90/250 (№ рец. 291, сб.2015)
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/7 (№ рец. 203, сб.2015)	Картофель отварной с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/7 (№ рец. 125, сб.2015)	Котлеты из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120

Handwritten signatures and initials.

Меню раскладка для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на 2 полугодие 2022-2023 уч.год (2 недели)

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180/10 (№ рец. 173, сб.2015)	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/7 (№ рец. 237, сб.2015)	Пудинг из творога (запеченный) со стухнутым молоком 1/160/50 (№ рец. 222, сб.2015)	Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Лапшевник с творогом и маслом сливочным «Крестьянским» 1/200/7 (№ рец. 224, сб.2015)
Сок фруктовый (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) 1/200	Рагу из овощей 1/160 (№ рец. 143, сб.2015)	Какао с молоком 1/180 (№ рец. 382, сб.2015)	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным «Крестьянским» 1/90/9 (№ рец. 295, сб.2015)	Кофейный напиток с молоком 1/180 (№ рец. 379, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Овощи натуральные свежие или солёные (огурцы) 1/60 (№ рец. 70, 71, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/8 (№ рец. 171, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 349, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Чай с лимоном 1/180/15 (№ рец. 377, сб.2015)	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)
Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Бийогурт фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый) в индивидуальной упаковке 1/125	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Сыр «Российский» (порциями) 1/15 (№ рец. 15, сб.2015)
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями) 1/10 (№ рец. 14, сб.2015)	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120
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 из овощей со сметаной 1/200/10 (№ рец. 99, сб.2015)	Рассольник Ленинградский 1/200 (№ рец. 96, сб.2015)	Суп картофельный с бобовыми 1/200 (№ рец. 102, сб.2015)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/200/10 (№ рец. 82, сб.2015)	Суп картофельный с клёцками 1/200 (№ рец. 108, сб.2015)
Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом 1/90/70 (№ рец. 278, сб.2015, № рец. 331, сб.2015,)	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами 1/90/90 (№ рец. 229, сб.2015)	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами 1/90/90 (№ рец. 229, сб.2015)	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным 1/90/5 (№ рец. 274, сб.2015)	Биточки из говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/90/9 (№ рец. 268, сб.2015)
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/10 (№ рец. 171, сб.2015)	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/7 (№ рец. 128, сб.2015)	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/7 (№ рец. 203, сб.2015)	Рагу из овощей 1/160 (№ рец. 143, сб.2015)	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/160/10 (№ рец. 171, б.2015)
Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 349, сб.2015)	Напиток из плодов шиповника 1/180 (№ рец. 388, сб.2015)	Компот из свежих плодов (яблоко) 1/180 (№ рец. 342, сб.2015)	Кисель из плодов или ягод свежих (свежемороженых) 1/180 (№ рец. 350, сб.2015)	Компот из смеси сухофруктов 1/180 (№ рец. 349, сб.2015)
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной 1/50/50
Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120	Фрукты сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт, мандарины по 2 шт) 1/120

Handwritten signatures and initials.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
на 2 полугодие 2022/2023 учебного года**

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Жирный, г		Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
			Белки, г	Жиры, г											
ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ															
2															
Завтрак															
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180/10	5,1	6,1	37,7	228,4	№ 174 2015г.	0,0	1,1	0,0	31,8	55,9	97,9	0,3	
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8	
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% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блоком или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	635	18,3	20,5	114,5	734,1		0,2	17,3	118,0	83,4	378,5	360,9	7,8	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/200	5,6	5,4	17,5	112,5	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	БИТЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	314,9	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	188,8	2,8	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/7	6,9	7,3	25,2	217,8	№ 203 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/180	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	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блоком или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	926	37,7	39,2	123,3	978,1		0,5	13,9	1,0	147,8	153,2	427,8	17,5	
	Всего за день:	1561	56,0	59,6	237,8	1712,2		0,8	31,2	119,0	231,2	531,7	788,7	25,3	

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества				
			Белки, г		Жиры, г				Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг
			4	5	6	7			8	9							
Завтрак																	
1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/135/13	13,8	24,5	2,6	285,8	№ 210 2015г.	0,1	0,0	0,2	15,9	101,7	222,7	2,6			
2	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	1/80	1,3	1,0	6,4	36,1		0,0	3,5	0,0	11,4	15,8	18,7	0,6			
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/180	3,1	2,4	17,2	103,5	№ 379 2015г.	0,0	1,3	0,0	18,7	62,1	53,5	0,3			
4	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			
5	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			
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порошковое)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0			
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блобло или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4			
	Итого за прием пищи:	640	26,8	37,7	83,4	793,7		0,3	16,8	40,2	79,1	224,2	393,9	7,9			
Обед																	
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4			
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/200/10	1,8	5,0	12,3	82,3	№ 82 2015г.	0,0	17,9	0,2	22,1	44,0	41,8	1,3			
3	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	15,3	8,2	0,9	131,4	№ 227 2015г.	0,1	0,5	0,0	41,2	15,5	176,1	0,9			
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/7	3,6	7,1	19,2	167,0	№ 125 2015г.	0,2	22,6	0,0	28,9	21,1	88,7	1,5			
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/180	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			
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блобло или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4			
	Итого за прием пищи:	936	30,2	22,8	100,1	724,4		0,5	144,9	0,2	139,8	138,5	418,0	6,7			
	Всего за день:	1576	57,0	60,5	183,5	1 518,1		0,8	161,7	40,4	218,9	362,7	811,9	14,6			

СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блока	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/32/8	4,6	7,7	23,2	165,4	№ 204 2015г.	0,1	0,0	0,0	7,9	11,4	38,1	0,9
2	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ)	1/180	0,1	0,0	26,9	110,2	№ 350 2015г.	0,0	3,0	0,0	5,0	15,2	9,1	0,1
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
5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	БЛЮДО ФРУКТОВЫЙ (облепих, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8
	Итого за прием пищи:	615	17,4	20,1	102,1	683,7		0,4	15,5	40,0	95,9	67,0	169,2	3,8
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ рисовой	1/200	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	КОЛЕТЫ ИЗ МЯСА ТОВАДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5%	1/90/9	16,5	24,2	14,3	309,5	№ 268 2015г.	0,1	0,3	0,4	55,8	43,1	169,2	2,8
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/10	9,4	10,1	39,7	300,6	№ 171 2015г.	0,2	0,0	0,0	150,8	31,6	225,8	5,7
5	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	1/180	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
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блоком или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	Итого за прием пищи:	929	36,5	39,3	141,1	1 061,0		0,6	23,8	0,6	280,1	150,1	567,2	12,0
	Всего за день:	1544	53,8	59,3	243,2	1 744,7		0,9	39,3	0,4	376,0	217,1	736,4	15,8

ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком ступенным	1/160/50	23,1	24,1	82,1	627,4	№ 224 2015г.	0,2	2,2	0,1	68,7	411,6	421,0	2,0	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/180	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 "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блоко или апельсин по 1 шт., мадлеры по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	665	38,2	40,8	164,1	1 183,7		0,4	15,5	118,1	126,3	841,2	760,0	7,7	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	1/200	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	1/90/250	25,4	14,8	54,7	454,0	№ 291 2015г.	0,2	9,0	0,0	80,9	69,6	258,2	2,8	
4	Компот из смеси сухофруктов	1/180	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	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (блоко или апельсин по 1 шт., мадлеры по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	910	36,2	23,2	128,0	870,1		0,4	47,0	0,2	147,2	168,0	403,3	6,1	
	Всего за день:	1575	74,3	63,9	292,1	2 053,8		0,8	62,5	118,3	273,5	1 009,2	1 163,3	13,8	

ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества				
		3			4					Жир, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	6	7	8											
1	2	Завтрак																
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4				
2	РАГУ из мяса птицы	1/85/250	20,60	16,5	23,1	320,6	№ 289 2011г.	0,20	6,50	29,00	67,10	63,00	190,20	3,20				
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/180/15	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5				
4	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				
5	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				
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0				
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4				
	Итого за прием пищи:	735	30,2	26,4	93,5	748,0		0,4	25,7	69,0	123,1	148,4	328,7	9,5				

Обед

1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	1/200	4,0	2,9	15,7	95,2	№ 112 2015г.	0,1	7,1	0,2	22,0	24,1	56,8	0,9
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным	1/90/5	11,6	13,5	13,8	202,6	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/7	3,9	11,5	22,7	191,4	№ 128 2015г.	0,1	17,6	0,0	29,8	48,2	87,9	1,3
5	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ)	1/180	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
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	Итого за прием пищи:	922	28,4	30,2	126,0	854,9		0,5	31,8	31,4	119,2	156,2	378,4	13,1
	Всего за день:	1657	58,6	56,5	219,5	1 602,9		0,9	57,5	100,4	242,3	304,6	707,1	22,6

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мг, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак														
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180/10	5,1	8,4	20,9	192,1	№ 173 2015г.	0,1	1,7	0,0	53,8	144,9	172,9	2,9
2	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	1/200	1,0	0,2	19,6	83,4		0,0	4,0	0,0	8,0	14,0	14,0	2,8
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% (поришки)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0
6	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (поришки)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	Итого за прием пищи:	635	18,3	22,8	97,7	697,8		0,3	17,9	118,0	105,4	467,5	435,9	10,4
Обед														
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной	1/200/10	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 томатом	1/90/70	12,8	14,3	16,8	268,0	№ 278/331 2015г.	0,0	1,2	0,0	30,0	45,7	128,5	1,4
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/10	10,6	11,5	40,9	300,0	№ 171 2015г.	0,2	0,0	0,0	150,8	31,6	225,8	5,7
5	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/180	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9
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
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4
	Итого за прием пищи:	1000	35,4	32,4	141,9	1 025,6		0,5	20,1	0,2	251,9	158,4	519,7	11,2
	Всего за день:	1635	53,6	55,2	239,6	1 723,4		0,8	38,0	118,2	357,3	625,9	955,6	21,6

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
															4	5
Завтрак																
1	БРАУН РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/7	12,1	16,2	13,4	201,6	№ 237 2015г.	0,1	0,0	0,1	25,4	38,7	140,4	1,5		
2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4		
3	РАТУ из овощей	1/160	2,5	15,7	0,5	179,5	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8		
4	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/180	0,2	0,2	27,1	111,1	№ 342 2015г.	0,0	4,0	0,0	4,9	14,5	4,4	0,9		
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		
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4		
	Итого за прием пищи:	717	24,0	34,8	99,6	804,1		0,3	35,7	65,8	97,8	162,0	329,0	8,0		
Обед																
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4		
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/200	1,8	4,2	13,1	97,9	№ 96 2015г.	0,1	16,8	0,2	27,8	28,0	71,8	1,2		
3	РЫБА МИНТАЙ, тушеная в томате с овощами	1/90/90	15,8	9,9	7,6	189,0	№ 229 2015г.	0,1	7,5	0,0	97,1	78,1	324,4	1,7		
4	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/7	3,9	11,5	22,7	217,8	№ 128 2015г.	0,1	22,4	0,0	34,5	52,5	109,7	1,3		
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/180	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		
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4		
	Итого за прием пищи:	1007	30,9	28,1	111,1	848,4		0,5	150,6	0,2	207,0	216,6	617,3	7,2		
	Всего за день:	1724	54,9	62,9	210,7	1 652,5		0,8	186,3	66,0	304,8	378,6	946,3	15,2		

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	Пудинг из творога (запеченный) со ступенным молоком	1/160/50	27,3	25,4	69,3	416,3	№ 222 2015г.	0,1	0,9	122,3	56,8	301,1	552,6	1,8	
2	КАКАО С МОЛОКОМ	1/180	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 "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	ВНИЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	4,4	3,0	6,5	96,2		0,1	12,5		50,0	15,0	35,0	0,8	
	Итого за прием пищи:	625	42,9	40,3	146,1	958,4		0,4	14,4	162,3	153,8	462,5	764,6	5,6	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	1/200	5,6	5,4	17,5	112,5	№ 102 2015г.	0,2	9,6	0,3	35,6	48,8	83,7	2,1	
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	217,5	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0	
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/7	6,9	7,3	20,1	217,8	№ 203 2015г.	0,1	0,0	0,3	10,2	15,3	47,3	10,2	
5	КОМПОТ из свежих плодов (яблоко)	1/180	0,5	0,2	24,8	102,9	№ 342 2015г.	0,0	1,3	0,0	3,2	13,2	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	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	926	35,9	33,5	125,1	906,2		0,6	16,2	0,8	121,6	123,4	394,0	16,8	
	Всего за день:	1551	78,7	73,8	271,2	1 864,6		1,0	30,6	163,1	275,4	585,9	1 158,6	22,4	

ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг	
															3
Завтрак															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/9	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295 2015г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0	
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/10	9,4	10,1	39,7	300,6	№ 171 2015г.	0,2	0,0	0,0	150,8	31,6	225,8	5,7	
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ*	1/180/15	0,4	0,0	11,7	49,5	№ 377 2015г.	0,0	3,3	0,0	11,7	27,2	15,5	1,5	
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	
7	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	754	33,1	38,4	125,8	969,7		0,5	20,6	40,2	235,2	126,5	510,2	14,0	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/200/10	1,8	5,0	12,3	82,3	№ 82 2015г.	0,0	17,9	0,2	22,1	44,0	41,8	1,3	
3	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/90/5	11,6	13,5	13,8	224,0	№ 274 2015г.	0,1	0,2	31,2	18,2	32,1	116,6	8,4	
4	РАГУ из овощей	1/160	2,5	15,7	0,5	179,5	№ 143 2015г.	0,0	15,8	65,7	23,2	53,0	64,2	0,8	
4	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ)	1/180	0,1	0,0	26,9	110,2	№ 350 2015г.	0,0	3,0	0,0	5,0	15,2	9,1	0,1	
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	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	925	24,8	36,5	100,4	851,5		0,3	40,8	97,1	112,7	180,9	339,7	13,0	
	Всего за день:	1679	57,9	74,8	226,2	1 821,2		0,8	61,4	137,3	347,9	307,4	849,9	27,0	

ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛИ

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
															4
Завтрак															
1	ЛАПШЕВИК С ТВОРОГОМ и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/7	17,7	17,3	40,3	388,6	№ 208 2015г.	0,1	0,3	94,0	26,5	136,7	211,2	1,2	
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	1/180	2,9	1,9	20,9	113,4	№ 379 2015г.	0,0	0,2	1,0	1,3	128,7	86,5	0,0	
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	4,0	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% (порциями)	1/10	0,1	7,2	0,1	66,0	№ 14 2015г.	0,0	0,0	40,0	0,0	2,4	3,0	0,0	
6	Сыр "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	1/15	3,5	4,4	0,0	54,0	№ 15 2015г.	0,0	0,2	78,0	10,5	264,0	150,0	0,3	
7	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	632	32,8	33,4	118,5	924,3		0,3	12,8	213,0	71,4	574,0	546,7	5,9	
Обед															
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	1/60	0,6	0,1	1,5	9,6	№ 71 2015г.	0,0	3,9	0,0	11,2	13,6	24,0	0,4	
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	1/200	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 "Крестьянским" 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 рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/160/10	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	1/180	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	
8	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарин по 2 шт.)	1/120	0,4	0,4	11,7	56,4		0,0	12,0	0,0	0,1	19,2	12,0	2,4	
	Итого за прием пищи:	929	38,0	41,4	131,1	1 059,8		0,4	5,1	47,3	170,1	142,1	494,4	7,4	
	Всего за день:	1561	70,7	74,7	249,5	1 984,1		0,7	17,8	260,3	241,5	716,1	1 041,1	13,3	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	615,6	641,1	2 373,4	17 677,5
Среднее значение за период	61,6	64,1	237,3	1 767,8

Итого	Витамины			Минеральные вещества				
	В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
Итого за весь период	8,3	686,3	1 123,7	2 868,8	5 039,2	9 156,9	191,7	
Среднее значение за период	0,83	68,63	112,37	286,88	503,92	915,89	19,17	

*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице