



|       |  |       |       |        |      |  |
|-------|--|-------|-------|--------|------|--|
| Всего |  | 42,86 | 48,34 | 276,06 | 1734 |  |
|-------|--|-------|-------|--------|------|--|

ДЕНЬ: СРЕДА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                             | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|  |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак  |              |                      |       |        |           |             |
| Каша молочная пшеница с фруктами               | 200/100      | 8,79                 | 7,77  | 74,38  | 370       | 302         |
| Чай с сахаром                                  | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный                                 | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого  |              | 12,99                | 8,29  | 114,38 | 551       |             |
| Обед   |              |                      |       |        |           |             |
| Уха школьная с гренками                        | 250          | 11,72                | 4,77  | 26,57  | 205       | акт         |
| Голубцы ленивые с соусом                       | 100          | 5,22                 | 4,8   | 7,53   | 112       | 485         |
| Гюре картофельное                              | 200          | 4,2                  | 9     | 29,2   | 218       | 520         |
| Напиток из ягод                                | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный                                 | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Хлеб ржаной                                    | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5   | 66        |             |
| Итого  |              | 27,61                | 19,39 | 126,24 | 821       |             |
| Полдник  |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром                                  | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Булочка дорожная                               | 50           | 3,55                 | 7,4   | 28,05  | 193       | 770         |
| Фруктово-ягодный десерт / кондитерское изделие | 100          | 13,5                 | 0,6   | 6,5    | 78        |             |
| Итого  |              | 17,25                | 8,02  | 49,55  | 332       |             |
| Всего  |              | 57,85                | 35,7  | 290,17 | 1704      |             |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Закуска из овощей                             | 100          | 1,83                 | 4,5   | 7,5    | 78        | акт         |
| Макаронные изделия отварные                   | 200          | 1,09                 | 5,99  | 49,44  | 284       | 516         |
| Чай с сахаром и лимоном                       | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25  | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого   |              | 7,18                 | 11,02 | 97,19  | 546       |             |
| Обед  |              |                      |       |        |           |             |
| Закуска из овощей                             | 100          | 1,83                 | 4,5   | 7,5    | 78        | акт         |
| Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250          | 2,06                 | 5,05  | 10,08  | 95        | 124         |
| Мясо по-куцечески с птицей                    | 250          | 23,25                | 10,18 | 29,63  | 352       | акт         |
| Напиток из ягод                               | 200          | 0,22                 | 0,04  | 28,59  | 117       | 699         |
| Хлеб пшеничный                                | 45           | 3,6                  | 0,45  | 22,5   | 108       |             |
| Хлеб ржаной                                   | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5   | 66        |             |
| Итого   |              | 33,36                | 20,52 | 111,8  | 816       |             |
| Полдник                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Булочка ванильная                             | 50           | 3,95                 | 4,25  | 29,05  | 172       | 107         |
| Фрукты запеченные                             | 100          | 0,2                  |       | 19,6   | 81        |             |
| Итого   |              | 4,35                 | 4,27  | 63,65  | 314       |             |
| Всего   |              | 44,89                | 35,81 | 272,64 | 1676      |             |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Каша молочная пшеничная с фруктами            | 200/100      | 8,2                  | 11,1  | 56,5   | 365       | Таб 4       |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого   |              | 12,4                 | 11,62 | 96,5   | 546       |             |
| Обед  |              |                      |       |        |           |             |
| Суп-лапша домашняя с гречками                 | 250          | 4,14                 | 5,09  | 25,45  | 169       | 148         |
| Котлеты рыбные с соусом                       | 100          | 10,53                | 8,52  | 14,06  | 181       | 388         |
| Пюре картофельное                             | 200          | 4,2                  | 9     | 29,2   | 218       | 520         |
| Напиток из ягод                               | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный                                | 45           | 3,6                  | 0,45  | 22,5   | 108       |             |
| Хлеб ржаной                                   | 20           | 1,6                  | 0,2   | 9      | 44        |             |
| Итого   |              | 24,14                | 23,28 | 124,65 | 820       |             |
| Полдник                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Сдоба обыкновенная                            | 100          | 8                    | 5,4   | 54,2   | 166       | 421         |
| Фруктово-ягодный десерт: кондитерское изделие | 50           | 1,2                  |       | 30     | 125       |             |
| Итого   |              | 9,4                  | 5,42  | 99,2   | 352       |             |
| Всего   |              | 45,94                | 40,32 | 320,35 | 1718      |             |

ДЕНЬ: СУББОТА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА          | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                     |              |                      |       |        |           |             |
| Закуска из овощей           | 100          | 1,83                 | 4,5   | 7,5    | 78        | акт         |
| Макаронные изделия отварные | 200          | 1,09                 | 5,99  | 49,44  | 284       | 516         |
| Чай с сахаром и лимоном     | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25  | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный              | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого                       |              | 7,18                 | 11,02 | 97,19  | 546       |             |
| Обед                        |              |                      |       |        |           |             |
| Суп картофельный с фасолью  | 250          | 5,95                 | 4,19  | 19,56  | 140       | 139         |
| Шницели с соусом            | 100          | 9,05                 | 8,65  | 11,8   | 175       | 454         |
| Каша гречневая вязкая       | 200          | 6,17                 | 6,68  | 27,78  | 196       | 510         |
| Напиток из сухофруктов      | 200          | 0,6                  | 0,06  | 29,79  | 124       | акт         |
| Хлеб пшеничный              | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       | акт         |
| Хлеб ржано-пшеничный        | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5   | 66        |             |
| Итого                       |              | 28,17                | 20,38 | 127,43 | 821       |             |
| Полдник                     |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром               | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Рожки обсыпные              | 50           | 3,9                  | 2,8   | 28,6   | 157       | с/п         |
| Фрукты запеченные           | 100          | 0,2                  |       | 19,6   | 81        |             |
| Итого                       |              | 4,3                  | 2,82  | 63,2   | 299       |             |
| Всего                       |              | 39,65                | 34,22 | 287,82 | 1666      |             |

Среднее значение за период 46,39 36,59 297,56 1696

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможны изменения в меню