

10-ти дневное меню
для организации питания обучающихся, с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 7 до 11 лет
МБОУ-Теренгульская СОШ

Организация: МБОУ-Теренгульская СОШ

Название меню: ОВЗ 7-11

Возрастная категория: от 7 до 11 лет Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ Срок действия меню: 01.09.2024 - 30.09.2025

						Энергетическая
№ рецептуры	Название блюда	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность
		г	г	г	Γ	ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6
	Каша жидкая молочная					
54-1ĸ	кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
	Итого за Завтрак	505	18,9	15,1	74,7	510,4
	Обед					
	Салат из моркови и					
54-173	чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8
54-25c	Суп гороховый	200	6,5	2,8	14,9	110,9
54-12M	Плов с курицей	200	27,2		33,2	·
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2		6,6	
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	
•	Итого за Обед	860	42,6	12,4	114,8	
	Итого за день	1365	61,5		189,5	
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
	·					
53-193	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
	Каша жидкая молочная		,		,	,
54-25.1ĸ	рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
	ľ				,	,
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Завтрак	510			77,3	484,1
	Обед		-			·
54-23	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
	Борщ с капустой и			<u> </u>	·	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
54-2c	картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
П/Ф	Котлеты Домашние	90	13,7	13	8	203,9
	<u> </u>					
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81

Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
•	Итого за Обед	900	30,5	25,3	108,6	783,6
	Итого за день	1410	43,3	39,1	185,9	1267,7
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
	Суп молочный с					
54-19к	макаронными изделиями	250	6,9	5,7	22,3	167,8
54-6o	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2
	Итого за Завтрак	620	19,1	10,8	90,6	535,9
	Обед					
54-113	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3
	Суп из овощей с					
54-5c	фрикадельками мясными	200	8,6	6,1	13,9	144,9
				,	·	
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1
54-3coyc	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2
54-2гн	, . Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Йогурт 2.5%	100	3,4	2,5	5,5	58,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
•	Итого за Обед	855	33,7	28,6	98	785,3
	Итого за день	1475	52,8	39,4	188,6	1321,2
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6
	Каша жидкая молочная					
54-27к	манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	505	21,6	17,4	72,4	532,6
	Обед					
	Салат из белокочанной					
54-83	капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
F.4.6	[	200		2.0		22.5
54-6c	Суп картофельный с клецками	200	4,6	3,3	11,4	93,6
54-21r	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
П/Ф	Котлеты Куриные	90	12,3	11,1	7,9	180,4
54-1coyc	Соус сметанный	40	0,6	3,3	1,3	37,2
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6

Мармелад фруктово-ягодный					
формовой	30	0,5	2,8	19,3	103,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого за Обед	820	38,3	28,3	129,5	924
Итого за день	1325	59,9	45,7	201,9	1456,6
Потиция 1 неполя					
		-			
<b>з</b> автрак		+			
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66,1
					300,7
Charlet Haryparieness.	200	10,5	- '	1,3	300,1
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
	50		0,4		117,2
				· ·	85,4
·					650,4
' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' '		,-			,
· · ·	60	0,7	0,1	2,3	12,8
		-,	-,	,-	7-
	200	4.8	2.2	15.5	100,9
		-,-			
курицы	250	31	7,8	22	282
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого за Обед	910	47,9	14,4	102,1	728,7
Итого за день	1420	72,5	46,7	167,6	1379,1
<u> </u>					
' '	200	0.0	10.1	27.6	274.0
					274,9
·					26,8
•					51,2
					117,2
''			_		52,3
· ·	500	14,4	10,9	91,6	522,4
· · ·					
	co	4 -	C 1	<i>C</i> 2	0.5
·	60	1,5	6,1	6,2	85,8
	200	F 0	<i>C</i> 0	12.5	124.6
<u>' ' '</u>					134,6
·					196,8
. , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		-			109,1
Соус красныи основнои Компот из смородины	200	0,3	0,7	2,7 8,4	21,2 35,5
TOTAL PLACE OF THE PROPERTY OF	200	0.3	υ, 1	0,4	33,3
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	формовой  Хлеб пшеничный  Итого за Обед  Итого за день  Пятница, 1 неделя  Завтрак  Масло сливочное (порциями) Омлет натуральный  Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого за Завтрак Обед Помидор в нарезке Суп картофельный с макаронными изделиями Жаркое по-домашнему из курицы  Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной Яблоко Хлеб пшеничный Итого за Обед Итого за День  Понедельник, 2 неделя Завтрак Каша жидкая молочная пшенная Чай с сахаром Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Повидло яблочное Итого за Завтрак Обед Салат из белокочанной капусты Суп с рыбными консервами (сайра) Макароны отварные Тефтели "Натуральные" Соус красный основной	формовой 50  Хлеб пшеничный 50  Итого за Обед 820  Итого за День 1325  Пятница, 1 неделя 3автрак 200  Компот из смеси сухофруктов 200  Компот из смеси сухофруктов 500  Хлеб пшеничный 50  Итого за Завтрак 510  Обед Помидор в нарезке 60  Суп картофельный с макаронными изделиями 200  Жаркое по-домашнему из курицы 250  Кофейный напиток с молоком 200  Хлеб ржаной 50  Итого за Завтрак 500  Кофейный напиток с молоком 200  Хлеб ржаной 50  Итого за Обед 910  Итого за Обед 910  Итого за День 1420  Понедельник, 2 неделя 3автрак 200  Хлеб пшеничный 50  Хлеб пшеничный 50  Кофейный напиток 50  Итого за Обед 910  Итого за Обед 910  Каша жидкая молочная пшенная 200  Хлеб ржаной 30  Хлеб пшеничный 50  Повидло яблочное 20  Итого за Завтрак 500  Обед Салат из белокочанной капусты 60  Суп с рыбными консервами (сайра) 200  Макароны отварные 150  Тефтели "Натуральные" 65  Соус красный основной 30	формовой 30 0,5  Хлеб пшеничный 50 3,8  Итого за Обед 820 38,3  Итого за Обед 820 38,3  Итого за день 1325 59,9  Пятница, 1 неделя  Завтрак 200 16,9  Компот из смеси сухофруктов 200 0,5  Хлеб пшеничный 50 3,8  Хлеб ржаной 50 3,3  Итого за Завтрак 510 24,6  Обед 60 0,7  Суп картофельный с макаронными изделиями 200 4,8  Жаркое по-домашнему из курицы 250 31  Кофейный напиток с молоком 200 3,9  Хлеб ржаной 50 3,3  Итого за Обед 910 47,9  Итого за День 1420 72,5  Понедельник, 2 неделя 3автрак 200 0,2  Хлеб ржаной 30 2  Хлеб ржаной 30 2  Хлеб пшеничный 50 3,8  Итого за Обед 910 47,9  Итого за День 1420 72,5  Понедельник, 2 неделя 3автрак 200 0,2  Хлеб пшеничный 50 3,8  Чай с сахаром 200 0,2  Хлеб пшеничный 50 3,8  Повидло яблочное 20 0,1  Итого за Завтрак 500 14,4  Обед Салат из белокочанной капусты 60 1,5  Суп с рыбными консервами (сайра) 200 5,9  Макароны отварные 150 5,3  Тефтели "Натуральные" 65 8  Соус красный основной 30 1	формовой 30 0,5 2,8  Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4  Итого за Обед 820 38,3 28,3  Итого за День 1325 59,9 45,7  Пятница, 1 неделя  Завтрак  Масло сливочное (порциями) 10 0,1 7,3  Омлет натуральный 200 16,9 24  Компот из смеси сухофруктов 200 0,5 0  Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4  Хлеб ржаной 50 3,3 0,6  Итого за Завтрак 510 24,6 32,3  Обед Помидор в нарезке 60 0,7 0,1  Суп картофельный с макаронными изделиями 200 4,8 2,2  Жаркое по-домашнему из курицы 250 31 7,8  Кофейный напиток с молоком 200 3,9 2,9  Хлеб ржаной 50 3,3 0,6  Итого за Обед 100 0,4 0,4  Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4  Итого за Обед 910 47,9 14,4  Итого за День 1420 72,5 46,7  Понедельник, 2 неделя  Завтрак Каша жидкая молочная пшенная 200 8,3 10,1  Повидло яблочое 20 0,2 0  Хлеб ржаной 30 2 0,4  Хлеб ржаной 30 2 0,4  Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4  Повидло яблочное 20 0,1 0  Итого за Завтрак 500 14,4 10,9  Обед Салат из белокочанной капусты 60 1,5 6,1  Суп с рыбными консервами (сайра) 200 5,9 6,8  Макароны отварные 150 5,3 4,9  Тефтели "Натуральные" 65 8 6,5  Соус красный основной 30 1 0,7	формовой 30 0,5 2,8 19,3 Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4 24,6 Итого за Обед 820 38,3 28,3 129,5 Итого за день 1325 59,9 45,7 201,9 Пятница, 1 неделя 3автрак 200 16,9 24 4,3 Компот из смеси сухофруктов 200 0,5 0 19,8 Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4 24,6 Хлеб ржаной 50 3,3 0,6 16,7 Итого за Завтрак 510 24,6 32,3 65,5 Обед Помидор в нарезке 60 0,7 0,1 2,3 Суп картофельный с макароными изделиями 200 4,8 2,2 15,5 Жарбо ржаной 50 3,3 0,6 16,7 Карбо ржаной 50 3,8 0,4 24,6 Карбо ржаной 30 2 0,4 10 Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4 24,6 Повидло яблочное 20 0,2 0 6,4 Хлеб ржаной 30 2 0,4 10 Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4 24,6 Повидло яблочное 20 0,1 0 13 Итого за Завтрак 500 14,4 10,9 91,6 Обед Салат из белокочанной капусты 60 1,5 6,1 6,2 Суп с рыбными консервами (сайра) 200 5,9 6,8 12,5 Макароны отварные 150 5,3 4,9 32,8 Тефтели "Натуральные" 65 8 6,5 4,7 Соус красный основной 30 1 0,7 2,7

	Итого за Обед	855	27,3	26	112,9	794,7
	Итого за день	1355	41,7	36,9	204,5	1317,1
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
53-193	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
	Каша жидкая молочная					
54-20к	гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3
54-6хн	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Завтрак	510	14,6	14,2	78,3	498,8
	Обед					
	Винегрет с растительным					
54-163	маслом	60	0,7	5,4	4	67,1
54-18c	Свекольник (со сметаной)	200	1,8	4,3	10,7	88,3
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
П/Ф	Котлеты Домашние	70	10,7	10,1	6,3	158,6
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Йогурт 1.5%	100	4,1	1,5	5,9	53,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Обед	910	28,2	29,3	103,5	788,6
	Итого за день	1420	42,8	43,5	181,8	1287,4
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6
54-18к	Суп молочный с рисом	250	6,1	5,6	23	166,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Завтрак	575	19,2	14,1	70,9	486,9
	Обед					
54-23	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-9c	Суп фасолевый	250	8,5	5,7	18	157,4
П/Ф	Пельмени	200	18,6	24,5	24,6	392,9
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Обед	910	39,8	35,2	107,7	906,2
	Итого за день	1485	59	49,3	178,6	1393,1
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6

54-2o	Омлет с зеленым горошком	180	11,6	12,8	5,7	184,2
54-23гн _	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Завтрак	505	28,4	24,1	58,2	562,4
	Обед					
54-33	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
	Щи из свежей капусты со					
54-1c	сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-21M	Курица отварная	100	32,1	2,4	1,1	154,8
54-3coyc	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	Итого за Обед	910	48,9	14,3	101,7	731,6
	Итого за день	1415	77,3	38,4	159,9	1294
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-6o	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
П/Ф	Вареники	150	16,9	8,4	22,1	232,2
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5
	Итого за Завтрак	500	29,8	13,6	74,2	539,4
	Обед					
	Салат из белокочанной					
54-83	капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
	Борщ с капустой и					
54-2c	картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
	Жаркое по-домашнему из					
54-28M	курицы	200	24,8	6,2	17,6	225,6
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Обед	860	40,1	19,7	116	801,2
	Итого за день	1360	69,9	33,3	190,2	1340,6

Утверждаю: Директор Унього Теренгульская СОШ Варганов Р.В. Прика в 109,01.2025г № 3

10-ти дневное меню
для организации питания обучающихся, с ограниченными
возможностями здоровья в возрасте от 12 до 18 лет
в МБОУ-Теренгульская СОШ

Организация: МБОУ-Теренгульская СОШ

Название меню: ОВЗ 12-18

Возрастная категория: от 12 до 18 лет Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ Срок действия меню: 01.09.2024 - 30.09.2025

№ рецептуры	Название блюда	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		Γ	Г	Г	Г	
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-1ĸ	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7,4	7,3	41,2	259,8
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6		8,6	
Пром.	хлеб ржаной	50	3,3			
Пром.	Хлеб пшеничный	40			· ·	93,8
'	Итого за Завтрак	570	22,3			
	Обед			,	,	,
54-173	Салат из моркови и чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8
54-25c	Суп гороховый	250		3,5		
54-12m	Плов с курицей	200	27,2		33,2	314,6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234,4
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
	Итого за Обед	960	48,2	13,5	144,8	892,8
	Итого за день	1530	70,5	31,7	231	1490,2
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
53-193	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	250	5,7	7,2		· ·
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200			7,2	
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6			· ·
Пром.	Хлеб ржаной	50		0,6		
'	Итого за Завтрак	575	14			
	Обед			-		
54-23	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
	Борщ с капустой и картофелем со					
54-2c	сметаной	250	5,9	7,1	12,7	138
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
П/Ф	Котлеты Домашние	90				
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200				
Пром.	Апельсин	100				
Пром.	Хлеб пшеничный	60				140,6
Пром.	Хлеб ржаной	40				68,3

	Итого за Обед	1000	32,8	28,5	119,4	863,9
	Итого за день	1575	46,8	47,8	203,3	1428,9
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
	Суп молочный с макаронными					
54-19к	изделиями	250	6,9	5,7	22,3	167,8
54-60	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1
	Итого за Завтрак	620	19,3	10,8	93,7	548,6
	Обед					
54-113	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3
	Суп из овощей с фрикадельками					
54-5c	мясными	250	10,8	7,6	17,4	181,1
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1
54-3coyc	Соус красный основной	40	1,3	1	3,6	28,2
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Йогурт 2.5%	100	3,4	2,5	5,5	58,1
	Итого за Обед	915	36,2	30,4	102,4	828,5
	Итого за день	1535	55,5	41,2	196,1	1377,1
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	6,7	7,2	31,6	217,8
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	560	24,2	20,4	78,7	594,1
	Обед					
	Салат из белокочанной капусты с					
54-83	морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-6c	Суп картофельный с клецками	250	5,8	4,1	14,2	117
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
П/Ф	Котлеты Куриные	90	12,3	11,1	7,9	180,4
54-1coyc	Соус сметанный	40	0,6	3,3	1,3	37,2
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6
	Мармелад фруктово-ягодный					
Пром.	формовой	30	0,5	2,8	19,3	103,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Обед	870	39,5	29,1	132,3	947,4
	Итого за день	1430	63,7	49,5	211	1541,5

	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
53-193	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-10	Омлет натуральный	250	21,1	30	5,4	375,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
1	Итого за Завтрак	565	28,8	41,9	66,7	758,5
	Обед		-,-	,-		
54-33	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
	Суп картофельный с макаронными		-,	-,	,-	,-
54-24c	изделиями	250	6	2,7	19,4	126,1
	- Indiana in the second in the			_/-		
54-28m	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7,8	22	282
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234,4
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Обед	1010	52,9	15,3	130,6	
	Итого за день	1575	81,7	57,2	197,3	1629,6
			- ,	,		
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-24к	Каша жидкая молочная пшенная	250	10,4	12,7	47,1	343,6
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
•	Итого за Завтрак	550	16,5	13,5	101,1	591,1
	Обед			-	-	
54-73	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-27c	Суп с рыбными консервами (сайра)	250	7,4	8,4	15,7	168,3
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	75	9,2	7,5	5,4	125,9
54-3coyc	Соус красный основной	35	1,1	0,9	3,1	24,7
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого за Обед	920	29,6	29	109,3	816,9
	Итого за день	1470	46,1	42,5	210,4	1408
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
53-193	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1

54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8,9	7,2	33,4	234,2
54-6хн	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Завтрак	565	16,4	19,2	85,1	578,7
	Обед					
54-163	Винегрет с растительным маслом	60	0,7	5,4	4	67,1
54-18c	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
П/Ф	Котлеты Домашние	90	13,7	13	8	203,9
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Йогурт 2.5%	100	3,4	2,5	5,5	58,1
	Итого за Обед	990	31,5	34,3	110,9	877,7
	Итого за день	1555	47,9	53,5	196	1456,4
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-18к	Суп молочный с рисом	250	6,1	5,6	23	166,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5
	Итого за Завтрак	600	21,9	15,8	79,1	545,3
	Обед					
54-23	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-9c	Суп фасолевый	250	8,5	5,7	18	157,4
П/Ф	Пельмени	200	18,6	24,5	24,6	392,9
54-21гн -	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	
	Итого за Обед	910	39,8	35,2	107,7	906,2
	Итого за день	1510	61,7	51	186,8	1451,5
	Четверг, 2 неделя					
T 4 1 0	Завтрак	20	7	9.0	0	107.5
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	30	10.1	8,9	0	107,5
54-20	Омлет с зеленым горошком	250	16,1	17,7	11.2	255,9
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Завтрак	580	34,1	30,5	60,5	652
54-33	Обед	60	0.7	0.1	2.2	12.0
J <del>4</del> -33	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8

54-1с       Щи из свежей капусты со сметаной       250       5,8       7         54-6г       Рис отварной       250       6       8         54-21м       Курица отварная       100       32,1       2,4         54-3соус       Соус красный основной       30       1       0,7         54-46гн       Чай с яблоком и сахаром       200       0,2       0,1	7,1 60,7 1,1 2,7 7,5 24,6 7,5	154,8
54-6гРис отварной2506854-21мКурица отварная10032,12,454-3соусСоус красный основной3010,754-46гнЧай с яблоком и сахаром2000,20,1	60,7 1,1 2,7 7,5 24,6 7,5	339,2 154,8 21,2 31,7
54-3соус     Соус красный основной     30     1     0,7       54-46гн     Чай с яблоком и сахаром     200     0,2     0,1	2,7 7,5 24,6 7,5	21,2 31,7
54-3соус       Соус красный основной       30       1       0,7         54-46гн       Чай с яблоком и сахаром       200       0,2       0,1	7,5 24,6 7,5	31,7
' ' '	24,6 7,5	
N-16-1-1 Y-16-1-1 Y-1	7,5	117.2
Пром. Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4		
Пром. Мандарин 100 0,8 0,2		35
Итого за Обед 1040 50,4 18,9	113,5	827,2
Итого за день 1620 84,5 49,4	174	1479,2
Пятница, 2 неделя		
Завтрак		
54-60 Яйцо вареное 40 4,8 4	0,3	56,6
П/Ф Вареники 200 22,6 11,3	29,5	309,6
54-6гн Чай со смородиной и сахаром 200 0,3 0,1	7,2	30,9
Пром. Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4	24,6	117,2
Пром. Хлеб ржаной 60 4 0,7	20	102,5
Итого за Завтрак 550 35,5 16,5	81,6	616,8
Обед		
Салат из белокочанной капусты с		
54-83 морковью 60 1 6,1	5,8	81,5
Борщ с капустой и картофелем со		
54-2с сметаной 250 5,9 7,1	12,7	138
54-28м	22	282
Пром. Сок яблочный 200 1 0,2	20,2	86,6
Пром. Хлеб пшеничный 50 3,8 0,4	24,6	117,2
Пром. Хлеб ржаной 50 3,3 0,6	16,7	85,4
Пром. Банан 100 1,5 0,5	21	94,5
Итого за Обед 960 47,5 22,7	123	885,2
Итого за день 1510 83 39,2	204,6	1502