



«Разработано»

Автономная некоммерческая организация  
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

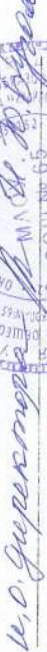
Директор 

М.С. Шевченко



«Согласовано»

Директор образовательного учреждения



# Основное (организованное)

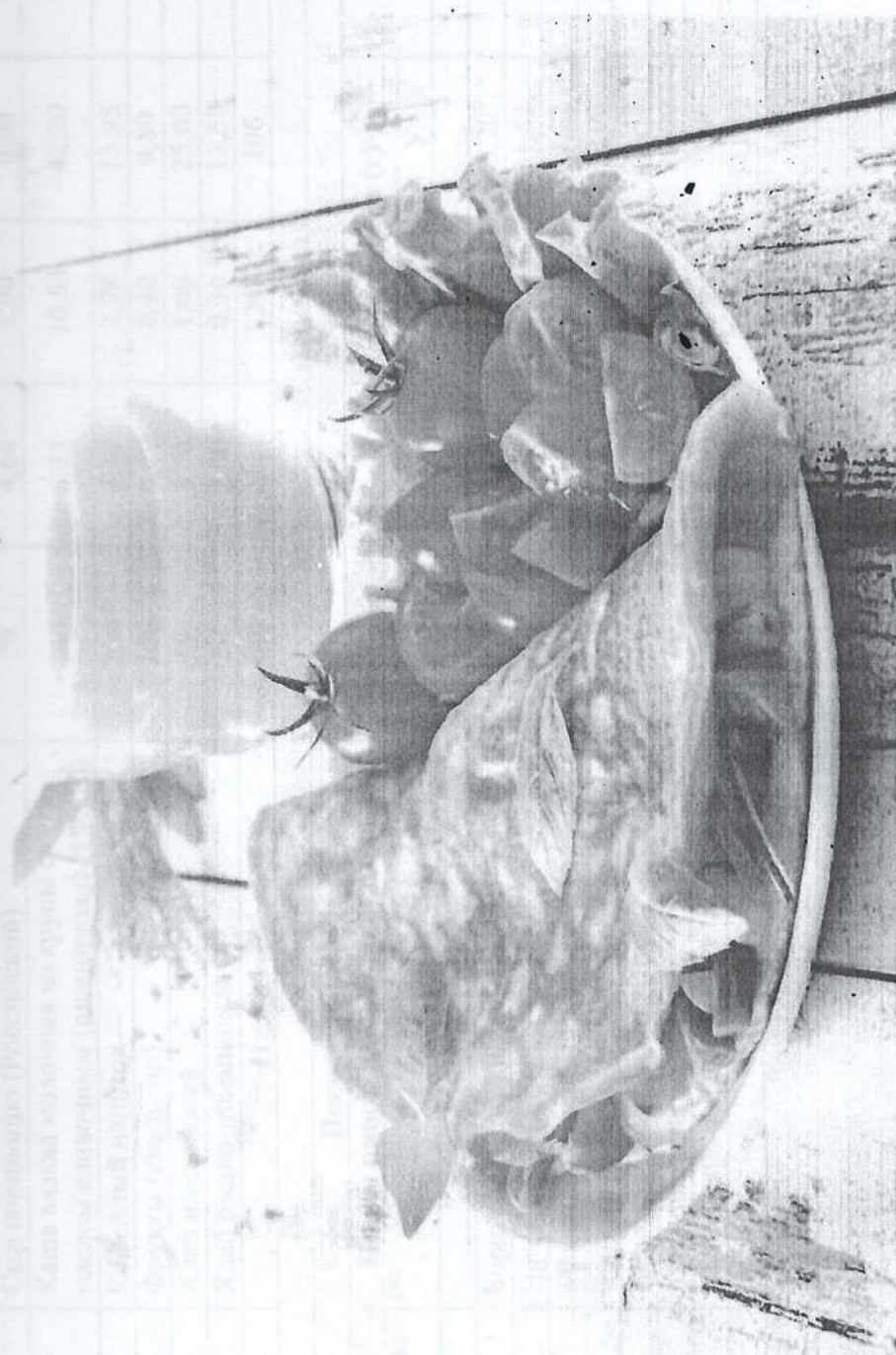
## МЕНЮ

Для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных общеобразовательных организациях  
муниципального образования город Краснодар

Краснодар  
2023

# Горячие завтраки и обеды, обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет, 1-ой смены

№	№ п/п	Сред. количество (по количеству)	Сред. стоимость (руб.)
015-17	Сред. количество (по количеству)	0,00	7,200
173-174, 174	Каши вязкая, молочная из крупы	2,200	298,100
175-177	Машины хлебобулочные (длиннохлебцы)	10,500	100,500
178	Удоб. завтрак (обед)	0,500	38,000
179	Обед (завтрак)	23,000	119,500
180	Жидкая каша (рисовая)	1,500	69,000
181	Жидкая каша (пшеничная)	1,000	69,000





№ рецептуры	Понедельник		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда			Б	Ж	У	
	Завтрак						
015-17	Сыр порционно (Российский)		20	4,64	5,90	0,00	72,00
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)		200	8,23	10,53	42,20	298,00
ТК	Кофейный напиток		200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты (апельсин)		100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный		50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>		<b>600</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>106</b>	<b>691,10</b>

№ рецептуры	Понедельник		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда			Б	Ж	У	
	Обед						
110-04	Борщ с капустой и картофелем		250	2,00	5,20	5,20	106,00
ТК	Нагетсы куриные		100	7,30	7,60	31,82	233,83
205-17	Макаронные отварные с овощами		180	6,20	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром		200	0,07	0,02	10,00	40,00
406-17	Пирожок печеный с печенью		75	11,68	8,04	22,48	143,40
ТК	Хлеб пшеничный		40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>		<b>885</b>	<b>32,45</b>	<b>29,25</b>	<b>141,72</b>	<b>928,91</b>

Понедельник		Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
Итого		1485	54,45	50,25	247,72	1620,01

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	120	1,32	0,24	4,56	26,40
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>25,09</b>	<b>21,78</b>	<b>83,02</b>	<b>649,05</b>
<b>Вторник</b>						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,80
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	25	1,10	0,79	6,75	64,50
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>945</b>	<b>36,66</b>	<b>30,10</b>	<b>138,50</b>	<b>971,52</b>



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
015-17	Сыр порционно (Российский)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (200/5)	205	16,60	19,70	32,27	402,30
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>29,02</b>	<b>28,95</b>	<b>78,57</b>	<b>711,00</b>
<b>Среды</b>						
<b>№ рецептуры</b>	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
<b>Обед</b>						
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,00	0,50	22,50	105,00
	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>33,80</b>	<b>34,73</b>	<b>133,78</b>	<b>996,19</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Четверг			
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40
310-16	Вок "Курица с овощами"	200	11,20	20,60	37,40	286,67
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	122,00
ТК	Кондитерское изделие (лакомка)	20	2,30	1,80	5,10	67,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>21,01</b>	<b>24,00</b>	<b>118,31</b>	<b>672,57</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Четверг			
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-17	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>41,53</b>	<b>52,53</b>	<b>95,64</b>	<b>952,90</b>



№ рецептуры	Пример пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б				У
			Б	Ж	У		
	<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (огурец соленый)	110	1,21	0,22	4,18	13,20	
ТК	Рыба, запеченная с маслом сливочным (110/5)	115	17,81	15,80	4,83	268,40	
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28	
389-17, ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>28,36</b>	<b>23,37</b>	<b>84,45</b>	<b>683,80</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>125,2</b>	<b>119,01</b>	<b>470,80</b>	<b>3407,51</b>	
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>25,04</b>	<b>23,80</b>	<b>94,16</b>	<b>681,50</b>	
<b>Пятница</b>							
	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
	<b>Обед</b>						
138-04	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00	
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00	
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	
	<b>Итого</b>	<b>867</b>	<b>18,62</b>	<b>13,17</b>	<b>214,03</b>	<b>928,06</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>163,1</b>	<b>159,78</b>	<b>723,67</b>	<b>4777,58</b>	
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>32,61</b>	<b>31,96</b>	<b>144,73</b>	<b>955,52</b>	

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40
ТК	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,89	31,11	3,54	369,54
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>31,01</b>	<b>37,85</b>	<b>59,40</b>	<b>680,54</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
108-17	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144,25
268-17	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	15,04	25,63	13,09	311,67
205-17	Макаронные отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>32,31</b>	<b>39,00</b>	<b>132,03</b>	<b>985,72</b>



Вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из моркови с яблоками)	100	1,06	0,17	8,52	39,90
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226,27
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,70	4,10	13,00	102,50
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>30,60</b>	<b>18,58</b>	<b>96,24</b>	<b>658,17</b>

Вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	100	1,3	0,1	6,9	12
93-18	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	70,75
443-04	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117
ТК	Кондитерское изделие (ирис в пром. упак.)	30	1,6	1,8	8,54	126
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>33,26</b>	<b>29,62</b>	<b>141,16</b>	<b>950,15</b>

№ рецептуры	Среды Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>25,00</b>	<b>24,78</b>	<b>106,90</b>	<b>687,62</b>

**Среды**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной)	100	0,75	6,02	2,35	59,60
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121,00
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,90	9,40	4,60	200,29
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,40
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>29,92</b>	<b>27,82</b>	<b>125,02</b>	<b>936,69</b>



Четверг

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	180	7,20	1,26	50,40	225
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Фрукты (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>26,27</b>	<b>14,24</b>	<b>111,40</b>	<b>680,70</b>

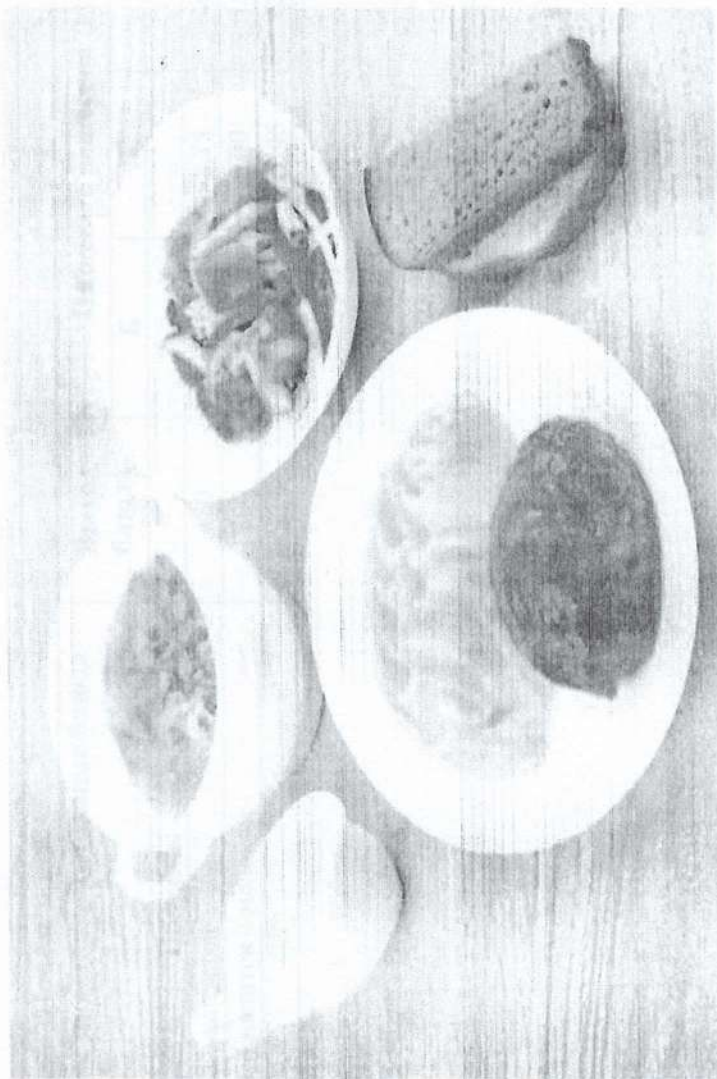
Четверг

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-07	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,20	9,30	0,90	176,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	75,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>43,93</b>	<b>35,01</b>	<b>102,76</b>	<b>979,89</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Итого			
			Б	Ж	У	
<b>Пятница</b>						
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	100	1,10	0,20	3,80	12,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
205-17	Макаронные отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-17	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>33,42</b>	<b>21,82</b>	<b>93,65</b>	<b>694,50</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>146,3</b>	<b>117,27</b>	<b>467,59</b>	<b>3401,53</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>29,26</b>	<b>23,45</b>	<b>93,52</b>	<b>680,31</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>271,5</b>	<b>236,28</b>	<b>938,38</b>	<b>6809,04</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>27,15</b>	<b>23,63</b>	<b>93,84</b>	<b>680,90</b>
<b>Пятница</b>						
	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
	<b>Обед</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих помидор)	100	0,75	6,02	2,35	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	0,75	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)	120	19,39	13,29	5,19	256,8
204-04	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,4	18	84
	<b>Итого</b>	<b>940</b>	<b>35,04</b>	<b>34,93</b>	<b>95,45</b>	<b>911,78</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>174,5</b>	<b>166,38</b>	<b>596,43</b>	<b>4764,22</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>34,89</b>	<b>33,28</b>	<b>119,29</b>	<b>952,24</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>337,5</b>	<b>326,16</b>	<b>1320,1</b>	<b>9541,80</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>33,75</b>	<b>32,62</b>	<b>132,01</b>	<b>954,18</b>



**Горячие обеды и полдники для обучающихся детей ОВЗ и  
детей-инвалидов 12-18 лет, 2-ой смены**



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106,00
ТК	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	233,83
205-17	Макаронны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
406-17	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,40
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>885</b>	<b>32,45</b>	<b>29,25</b>	<b>141,72</b>	<b>928,91</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
742-04	Кулебяка с капустой	150	9,05	8,75	46,85	324,29
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>12,21</b>	<b>11,45</b>	<b>62,80</b>	<b>424,89</b>

3



№ рецептуры	Приним пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,80
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	25	1,10	0,79	6,75	64,50
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>945</b>	<b>36,66</b>	<b>30,10</b>	<b>138,50</b>	<b>971,52</b>

№ рецептуры	Приним пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Вторник</b>					
	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
	<b>Полдник</b>					
ТК	Булочка с сыром	100	19,83	27,33	69,33	305,00
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>20,30</b>	<b>27,75</b>	<b>99,13</b>	<b>394,00</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Среды			Энергетическая ценность (ккал)
			Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,00	0,50	22,50	105,00
	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>33,80</b>	<b>34,73</b>	<b>133,78</b>	<b>996,19</b>
	<b>Среды</b>					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Среды			Энергетическая ценность (ккал)
			Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (ряженка)	250	7,25	6,25	10,00	125,00
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>19,55</b>	<b>13,56</b>	<b>48,90</b>	<b>394,33</b>



Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-17	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>41,53</b>	<b>52,53</b>	<b>95,64</b>	<b>952,90</b>
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	1,99	10,41	33,17	274,00
ТК	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>13,39</b>	<b>10,81</b>	<b>63,17</b>	<b>405,80</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-17	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00
138-04	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	44,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
ТК	<b>Итого</b>	<b>867</b>	<b>18,62</b>	<b>13,17</b>	<b>214,03</b>	<b>928,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>163,05</b>	<b>159,78</b>	<b>723,67</b>	<b>4777,58</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>32,61</b>	<b>31,96</b>	<b>144,73</b>	<b>955,52</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
743-04	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250,00
350-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	117,00
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>16,10</b>	<b>35,62</b>	<b>39,81</b>	<b>414,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>81,55</b>	<b>99,19</b>	<b>313,81</b>	<b>2033,02</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>16,31</b>	<b>19,84</b>	<b>62,76</b>	<b>406,60</b>



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
108-17	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144,25
268-17	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	15,04	25,63	13,09	311,67
205-17	Макаронны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>32,31</b>	<b>39,00</b>	<b>132,03</b>	<b>985,72</b>
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>8,45</b>	<b>10,89</b>	<b>60,62</b>	<b>397,00</b>

Вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	100	1,3	0,1	6,9	12
93-18	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	70,75
443-04	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117
ТК	Кондитерское изделие (ирис в пром. упак.)	30	1,6	1,8	8,54	126
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>33,26</b>	<b>29,62</b>	<b>141,16</b>	<b>950,15</b>

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Вторник</b>					
	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
406-17	<b>Полдник</b>					
ТК	Пирожок печеный с картофелем	150	9,05	11,4	55,35	360,00
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>9,12</b>	<b>11,42</b>	<b>75,35</b>	<b>400,00</b>



№ рецептуры	Среда			Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Обед			Б	Ж	У	
		Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной капусты)	Суп с макаронными изделиями					
ТК	Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной капусты)	100	0,75	6,02	2,35	59,60		
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121,00		
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,90	9,40	4,60	200,29		
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,40		
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00		
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00		
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00		
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>29,92</b>	<b>27,82</b>	<b>125,02</b>	<b>936,69</b>		
№ рецептуры	Среда			Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Полдник			Б	Ж	У	
		Котлета куриная, запеченная в тесте	Сок натуральный (яблочный)					
ТК	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88		
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32		
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00		
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упак.)	15	0,98	4,20	9,30	56,00		
	<b>Итого</b>	<b>395</b>	<b>14,27</b>	<b>15,01</b>	<b>70,45</b>	<b>404,20</b>		

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-07	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,20	9,30	0,90	176,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	75,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>43,93</b>	<b>35,01</b>	<b>102,76</b>	<b>979,89</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00
342-17, ТК	Компот из свежих плодов (черная смородина)	200	0,16	0,16	27,81	105,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>16,13</b>	<b>11,28</b>	<b>67,58</b>	<b>423,00</b>



№ рецептуры	Пятница		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)					
		Б		Ж	У		
	<b>Обеда</b>						
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих помидор)		100	6,02	2,35	77,7	
110-04	Борщ с капустой и картофелем		250	5,2	5,2	106	
ТК	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)		120	13,29	5,19	256,8	
54-11г-20	Пюре картофельное		180	6,24	23,76	167,28	
ТК	Кофейный напиток		200	2,78	15,95	100,5	
ТК	Хлеб пшеничный		50	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		40	0,4	18	84	
	<b>Итого</b>		<b>940</b>	<b>34,93</b>	<b>95,45</b>	<b>911,78</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>166,38</b>	<b>596,43</b>	<b>4764,22</b>	
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>33,28</b>	<b>119,29</b>	<b>952,84</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>			<b>326,16</b>	<b>1320,09</b>	<b>9541,80</b>	
	<b>СРЕДНЯЯ</b>			<b>32,62</b>	<b>132,01</b>	<b>954,18</b>	

№ рецептуры	Пятница		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества (г)					
		Б		Ж	У		
	<b>Полдник</b>						
440-17	Булочка творожная		100	6,06	38,68	300,00	
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)		180	0,00	18,18	76,32	
ТК	Фрукты свежие(яблоко)		100	0,40	9,80	47,00	
	<b>Итого</b>		<b>380</b>	<b>6,46</b>	<b>66,66</b>	<b>423,32</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>55,06</b>	<b>340,66</b>	<b>2047,52</b>	
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>11,01</b>	<b>68,13</b>	<b>409,50</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>			<b>158,80</b>	<b>655,94</b>	<b>4066,72</b>	
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 10 ДНЕЙ</b>			<b>15,88</b>	<b>65,59</b>	<b>406,67</b>	