МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НЕВОНСКАЯ ШКОЛА
Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НЕВОНСКАЯ ШКОЛА
Дата: 2023.10.11 11:49:59 +07'00'

"Утверждаю"
Директор МКОУ Невонская школа

А.А.Аничкина

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение Невонская школа

# ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 6 ДО 10 ЛЕТ ОВЗ

Меню разработано с помощью следующей литературы:
1.Сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов,детских домов и детских оздоровительных учреждений. ГОУ ВПО " Пермская государственная медицинская академия" им.акад.Е.А.Вагнера Уральский региональный центр питания.
2. Единый сборник технологических нормативов,рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов,школ,школ-интернатов,детских домов,детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования,специализированных учреждений для несовершеннолетних,нуждающихся в социальной реабилитации,лечебно-профилактических учреждений Уральский региональный центр питания ФГБОУ ВО "Пермский государственный медицинский университет им.академика Е.А. Вагнера" Минздрава России

# 1 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 279-2 | **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА** | | | 100 | 15,9 | 7,7 | 15 | 194 | 0,08 | 0,00 | 52 | 0,6 | 153,00 | 212,00 | 22,00 | 0,75 |
| | ТВОРОГ | 93 | 92 | | | | | | | | | | | | | |
| | КРУПА МАННАЯ | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | |
| | СУХАРИ | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЯЙЦА | 4,6 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | |
| | ВАНИЛИН | 0,009 | 0,009 | | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ.ДЛЯ СМАЗКИ | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| 298-1 | **ЧАЙ С МОЛОКОМ** 100 | | | 200 | 2,79 | 2,55 | 13,3 | 87 | 0,03 | 1,04 | 0,02 | 0,00 | 98,79 | 73,60 | 12,40 | 0,28 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 40 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 13 | 13 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 80 | 80 | | | | | | | | | | | | | |
| 69-2 | **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ** | | | 35 | 1,6 | 11 | 10 | 146 | 0,02 | 0 | 60 | 0,4 | 7,0 | 18,00 | 3,00 | 0,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **427** | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 98-2 | **СВЕКОЛЬНИК** | | | 250 | 2,33 | 4,73 | 10,3 | 93 | 0,06 | 7,9 | 0 | 2,38 | 36,75 | 61,25 | 28,25 | 1,45 |
| | БУЛЬОН М.2 60 | 200 | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | СВЕКЛА | 80 | 64 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 57,5 | 43 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК | 13,5 | 5,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 8,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТ | 3,25 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 10 | 10 | 10 | 0,26 | 2,5 | 0,25 | 25 | 0 | 0,04 | 0,02 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,80 | 0,02 |
| 330-2 | **ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ** | | | 200 | 16,3 | 18,2 | 34,6 | 368 | 0,06 | 0,88 | 30,4 | 0,64 | 19,20 | 214,40 | 42,40 | 2,10 |
| | МЯСО | 78,4 | 72,8 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК | 9,6 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 24,8 | 17,6 | | | | | | | | | | | | | |
| | РИС | 56 | 55,2 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 8 | 8 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 8 | 5,2 | | | | | | | | | | | | | |
| 456-457-2 | **ЧАЙ С САХАРОМ** | | | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 5,10 | 7,70 | 4,20 | 0,82 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 50 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **БАНАН** | 143 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **758** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1229** | | | | | | | | |

# 2 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 112-1 | **КАША ПШЕННАЯ** | | | 205 | 6,04 | 7,27 | 34,3 | 227 | 0,21 | 1,31 | 0,05 | 0,17 | 133,11 | 185,00 | 47,34 | 1,21 |
| | КРУПА ПШЕННАЯ | 50 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 96 | 96 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 285-1 | **КОФ.НАПИТОК НА СГУЩ.МОЛОКЕ** | | | 200 | 2,0 | 2,4 | 25,7 | 132 151,82 | 0,02 | 0,28 | 0,00 | 0,05 | 92,34 | 68,08 | 13,52 | 0,23 |
| | КОФ.НАПИТОК | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО 1л 1000 | 28 | 28 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 72-2 | **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ** | | | 45 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 | 0,02 | 0,1 | 20 | 0,3 | 8 | 16 | 4 | 0,5 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ПОВИДЛО | 21 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **493** | | | | | | | | |
| | ***ОБЕД*** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 104-2 | **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТ.** | | | 250 | 1,5 | 4,5 | 3,8 | 62 | 0,04 | 8,5 | 0 | 2,33 | 49,50 | 35,75 | 16,00 | 0,64 |
| | КАПУСТА | 50 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 40 | 30 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 8,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ПЕТРУШКА | 3,25 | 2,25 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | БУЛЬОН | 200 | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 10 | 10 | 10 | 0,3 | 2,5 | 0,3 | 25 | 0 | 0,04 | 0,02 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,80 | 0,02 |
| 377-2 | **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ** | | | 200 | 5,4 | 8,0 | 11,6 | 140 | 0,16 | 4,8 | 40 | 0,2 | 50,00 | 98,00 | 32,00 | 1,10 |
| | КАРТОФЕЛЬ | 232 | 162 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 30 | 30 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 9 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| 307-2 | **БИТОЧКИ РЫБНЫЕ** | | | 70 | 9,0 | 1,1 | 7,0 | 74 | 0,05 | 0 | 13 | 1 | 37,00 | 123,00 | 18,00 | 0,42 |
| | РЫБА (минтай) | 69 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 2,28 | 2,28 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 14 | 14 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1 | 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТИТ. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| 419-2 | **СОУС ТОМАТНЫЙ** | | | 50 | 0,5 | 1,6 | 2,3 | 26 | 0,01 | 0,55 | 10,00 | 0,10 | 3,50 | 6,75 | 2,85 | 0,15 |
| | ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 7,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 0,9 | 0,9 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 495-2 | **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ** | | | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 0,01 | 0,20 | 0,00 | 0,40 | 20,10 | 19,20 | 14,40 | 0,69 |
| | СМЕСЬ СУХОФРУКТОВ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 82-2 | **ЯБЛОКИ** | 114 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **689** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ ККАЛ.** | | | | | | | **1182** | | | | | | | | |

# 3 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) Б | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) B1 | C | A | E | Минеральные вещества (мг) Ca | P | Mg | Fe |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 268-2 | **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ** | | | 130 | 11,2 | 17,0 | 2,8 | 208 | 0,06 | 0,4 | 248 | 1 | 100,00 | 194,00 | 16,00 | 2,10 |
| | ЯЙЦА | 2шт | 80 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 48 | 48 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 271-1 | **КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ** | | | 200 | 3,78 | 3,91 | 26 | 154 | 0,03 | 0,31 | 0,01 | 0,05 | 126,27 | 113,22 | 29,92 | 1,03 |
| | КАКАО | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО ш.у 100 | 38 | 38 | 45 | 6,9 | 9 | 10 | 149 | | | | | | | | |
| 64-2 | **БУТЕРБРОД С СЫРОМ** | | | 35 | 5,2 | 7,8 | 7,4 | 121 | 0,02 | 0,1 | 52 | 0,28 | 158,00 | 103,00 | 11,00 | 0,28 |
| | СЫР | 16 21 | 15 21 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 15 21 | 15 21 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **483** | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 116-2 | **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ** | | | 250 | 2 | 4,53 | 6,33 | 74 | 0,08 | 7,25 | 0,0 | 2,35 | 22,75 | 45,25 | 18,25 | 0,71 |
| | КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 25 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 66,75 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 7,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВ. | 11,5 | 7,48 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ИЛИ МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | БУЛЬОН ш. 2 36,21 | 187,5 | 187,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 10 | 10 | 10 | 0,26 | 2,5 | 0,25 | 25 | 0 | 0,04 | 0,02 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,80 | 0,02 |
| 202-2 | **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ** | | | 104 | 5,9 | 4,41 | 26,14 | 168 | 0,14 | 0,00 | 16,00 | 0,42 | 11,10 | 140,30 | 93,30 | 3,14 |
| | КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ | 47,6 | 47,6 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| 422-2 | **СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ** | | | 50 | 1 | 1,31 | 3,1 | 28 | 0,01 | 1,34 | 5,7 | 0,14 | 6,85 | 16,30 | 7,35 | 0,33 |
| | МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,5 | 1,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТ-ПЮРЕ | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 0,9 | 0,9 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 5 | 3,9 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,4 | 2,02 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 1,25 | 1,25 | | | | | | | | | | | | | |
| 339-2 | **КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ** | | | 75 | 13,2 | 9,23 | 11,25 | 182 | 0,12 | 0,00 | 3,00 | 1,05 | 39,75 | 129,75 | 19,50 | 2,10 |
| | МЯСО | 65,25 | 60,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 13,5 | 13,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 16,5 | 16,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| | СУХАРИ | 8,25 | 8,25 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 501-2 | **СОК** | 200 | 200 | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,20 | 86 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 82-2 | **ГРУША** | 112 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **841** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1324** | | | | | | | | |

# 4 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 114-1 | **КАША РИСОВАЯ** | | | 205 | 5,12 | 6,62 | 32,6 | 210 | 0,07 | 1,39 | 0,05 | 0,17 | 131,85 | 143,73 | 30,36 | 0,44 |
| | МОЛОКО | 106,7 | 106,7 | | | | | | | | | | | | | |
| | РИС | 30,8 | 30,8 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 298-1 | **ЧАЙ С МОЛОКОМ** | | | 200 | 2,79 | 2,55 | 13,3 | 87 | 0,03 | 1,04 | 0,02 | 0,00 | 98,79 | 73,60 | 12,40 | 0,28 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 40 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 13 | 13 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 80 | 80 | | | | | | | | | | | | | |
| 69-2 | **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ** | | | 35 | 1,6 | 11 | 10 | 146 | 0,02 | 0 | 60 | 0,4 | 7,0 | 18,00 | 3,00 | 0,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **443** | | | | | | | | |
| | ***ОБЕД*** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 129-2 | **СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ** | | | 250 | 2,9 | 4,15 | 12,2 | 98 | 0,07 | 3,80 | 2,13 | 1,95 | 16,00 | 46,75 | 17,00 | 0,82 |
| | ВЕРМИШЕЛЬ | 12,5 | 12,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 66,75 | 50,05 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК | 12 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 3,75 | 3,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | БУЛЬОН м.г 63,75 | 212,5 | 212,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 376-2 | **РАГУ ИЗ ПТИЦЫ** | | | 200 | 21 | 19 | 15,9 | 319 | 0,16 | 8,3 | 68 | 0,72 | 36,00 | 229,00 | 47,00 | 2,60 |
| | КУРИЦА 1 КАТЕГОРИИ | 183 | 97 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 124 | 93 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 24 | 17 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТ ПЮРЕ | 8 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 1,5 | 1,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 274-1 | **КИСЕЛЬ** | | | 200 | 1,36 | | 29,02 | 116 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,90 | 18,48 | 0,00 | 0,03 |
| | КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ | 24 | 24 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **АПЕЛЬСИН** | 150 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **811** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1254** | | | | | | | | |

# 5 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 104-1 | **КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ** | | | 205 | 7,94 | 8,21 | 35,1 | 246 | 0,22 | 1,73 | 0,05 | 0,29 | 168,95 | 222,40 | 78,65 | 2,12 |
| | КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ | 40 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 133 | 133 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 285-1 | **КОФ.НАПИТОК НА СГУЩ.МОЛОКЕ** | | | 200 | 2,0 | 2,4 | 25,7 | 132 | 0,02 | 0,28 | 0,00 | 0,05 | 92,34 | 68,08 | 13,52 | 0,23 |
| | КОФ.НАПИТОК | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 28 | 28 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 72-2 | **ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ** | | | 45 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 | 0,02 | 0,1 | 20 | 0,3 | 8 | 16 | 4 | 0,5 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ПОВИДЛО | 21 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| 267-2 | **ЯЙЦО ВАРЕНОЕ** | | | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,03 | 0,0 | 100 | 0,2 | 22,00 | 77,00 | 5,00 | 1,01 |
| | ЯЙЦО(в шт.) | 46 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **575** | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 100-2 | **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ** | | | 250 | 2,63 | 5,1 | 13,3 | 110 | 0,09 | 7,1 | 0 | 2,35 | 16,75 | 61,00 | 25,50 | 0,86 |
| | КАРТОФЕЛЬ | 100 | 75 | | | | | | | | | | | | | |
| | КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 8,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ОГУРЦЫ | 25 | 12,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | БУЛЬОН | 187,5 | 187,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 10 | 10 | 10 | 0,26 | 2,5 | 0,25 | 25 | 0 | 0,04 | 0,02 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,80 | 0,02 |
| 380-2 | **КАПУСТА ТУШЕНАЯ** | | | 250 | 5 | 8,5 | 19 | 172,5 | 0,075 | 29,3 | 42,5 | 0,75 | 137,5 | 102,5 | 50 | 1,975 |
| | КАПУСТА | 420 | 265 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТ-ПЮРЕ | 20 | 12,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 17,75 | 7,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 8,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 11,25 | 11,25 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 7,5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| 350-2 | **ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ** | | | 80 | 8,4 | 6,5 | 9,70 | 131 | 0,04 | 0,00 | 16,00 | 0,30 | 37,00 | 99,00 | 15,00 | 0,83 |
| | ГОВЯДИНА | 43 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 24,5 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | РИС | 6 | 5,9 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 456-457-2 | **ЧАЙ С САХАРОМ** | | | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 5,10 | 7,70 | 4,20 | 0,82 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 50 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 82-2 | **БАНАН** | 143 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **754** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1329** | | | | | | | | |

# 6 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 259-2 | **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ** | | | 200 | 12 | 10 | 35,3 | 280 | 0,07 | 0,20 | 73 | 1 | 224,00 | 179,00 | 21,00 | 1,40 |
| | **С МАСЛОМ,СЫРОМ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 61 | 61 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | СЫР | 22 | 21,1 | | | | | | | | | | | | | |
| 271-1 | **КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ** | | | 200 | 3,78 | 3,91 | 26 | 154 | 0,03 | 0,31 | 0,01 | 0,05 | 126,27 | 113,22 | 29,92 | 1,03 |
| | КАКАО | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО м.ц 100 | 38 | 38 | | | | | | | | | | | | | |
| 69-2 | **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ** | | | 35 | 1,6 | 11 | 10 | 146 | 0,02 | 0 | 60 | 0,4 | 7,0 | 18,00 | 3,00 | 0,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **580** | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 45-1 | **СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ** | | | 250 | 2,34 | 3,89 | 13,6 | 99 | 0,1 | 8,41 | 0,24 | 0,21 | 18,43 | 59,12 | 22,52 | 0,80 |
| | БУЛЬОН м.г 52,5 | 175 | 175 | | | | | | | | | | | | | |
| | ГОРОХ | 21,25 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 67,5 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 385-2 | **РИС ОТВАРНОЙ** | | | 100 | 2,51 | 3,62 | 25,9 | 146 | 0,02 | 0,00 | 18 | 0,19 | 11,50 | 55,80 | 18,10 | 0,06 |
| | КРУПА РИСОВАЯ | 36 | 35,6 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,5 | 4,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 327-2 | **ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ** | | | 100 | 20 | 19,5 | 3,3 | 226 | 0,03 | 0 | 26 | 0,6 | 15,00 | 162,00 | 22,00 | 2,76 |
| | ГОВЯДИНА | 131 | 122 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6,5 | 6,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 17 | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 11 | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 3,7 | 3,7 | | | | | | | | | | | | | |
| 495-2 | **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ** | | | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 0,01 | 0,20 | 0,00 | 0,40 | 20,10 | 19,20 | 14,40 | 0,69 |
| | СМЕСЬ СУХОФРУКТОВ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 573 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **ЯБЛОКИ** | 114 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **833** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1413** | | | | | | | | |

# 7 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 106-1 | **КАША МАННАЯ** | | | 205 | 6,53 | 7,03 | 38,8 | 214 | 0,09 | 0,91 | 0,04 | 0,72 | 94,23 | 102,24 | 17,82 | 0,54 |
| | МОЛОКО | 70 | 70 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВ. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | КРУПА МАННАЯ | 44,4 | 44,4 | | | | | | | | | | | | | |
| 298-1 | **ЧАЙ С МОЛОКОМ** | | | 200 | 2,79 | 2,55 | 13,3 | 87 | 0,03 | 1,04 | 0,02 | 0,00 | 98,79 | 73,60 | 12,40 | 0,28 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 40 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 13 | 13 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 80 | 80 | | | | | | | | | | | | | |
| 64-2 | **БУТЕРБРОД С СЫРОМ** | | | 35 | 5,2 | 7,8 | 7,4 | 121 | 0,02 | 0,1 | 52 | 0,28 | 158,00 | 103,00 | 11,00 | 0,28 |
| | СЫР | 16 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **422** | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 118-2 | **СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ** | | | 250 | 2,4 | 5 | 8,5 | 89 | 0,08 | 4,35 | 0 | 2,48 | 28,75 | 64,25 | 24,50 | 0,90 |
| | БУЛЬОН | 212,5 | 212,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАПУСТА | 37,5 | 30 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 33,5 | 25,13 | | | | | | | | | | | | | |
| | КРУПА ПЕРЛОВАЯ, РИСОВАЯ | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 7,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 10 | 10 | 10 | 0,26 | 2,5 | 0,25 | 25 | 0 | 0,04 | 0,02 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,80 | 0,02 |
| 328-2 | **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ** | | | 200 | 18,8 | 14,30 | 25,8 | 307 | 0,18 | 15 | 24,0 | 0,6 | 31,00 | 209,00 | 54,00 | 3,36 |
| | МЯСО ГОВЯДИНА | 89 | 83 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 262 | 196 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 24 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТНАЯ ПАСТА | 12 | 7,8 | | | | | | | | | | | | | |
| 274-1 | **КИСЕЛЬ** | | | 200 | 1,36 | | 29,02 | 116,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,90 | 18,48 | 0,00 | 0,03 |
| | КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ | 24 | 24 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **ГРУША** | 112 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **814** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1237** | | | | | | | | |

## 8 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 139-2 | **СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ** | | | 250 | 7,2 | 8,1 | 24,6 | 200 | 0,1 | 1,13 | 58,25 | 0,35 | 204,25 | 171,5 | 25,75 | 0,64 |
| | ВЕРМИШЕЛЬ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 175 | 175 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 69-2 | **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ** | | | 35 | 1,6 | 11 | 10 | 146 | 0,02 | 0 | 60 | 0,4 | 7,0 | 18,00 | 3,00 | 0,25 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| 285-1 | **КОФ.НАПИТОК НА СГУЩ.МОЛОКЕ** | | | 200 | 2,0 | 2,4 | 25,7 | 132 | 0,02 | 0,28 | 0,00 | 0,05 | 92,34 | 68,08 | 13,52 | 0,23 |
| | КОФ.НАПИТОК | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 28 | 28 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ. | | | | | | | **409** | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 95-2 | **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФ.** | | | 250 | 1,85 | 4,43 | 6,95 | 75 | 0,04 | 8 | 0 | 2,35 | 36,75 | 49,00 | 23,25 | 1,10 |
| | СВЕКЛА | 50 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАПУСТА СВЕЖАЯ | 25 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | ИЛИ КВАШЕННАЯ | 21,5 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 26,75 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 15,75 | 11,25 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | БУЛЬОН | 200 | 200 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 7,5 | 4,75 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | **СМЕТАНА** | 10 | 10 | 10 | 0,26 | 2,5 | 0,25 | 25 | 0 | 0,04 | 0,02 | 0,03 | 8,80 | 6,10 | 0,80 | 0,02 |
| 375-2 | **ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ КУРИЦЫ** | | | 200 | 12,3 | 8,2 | 24,8 | 223 | 0,12 | 0 | 15 | 0,6 | 20,00 | 87,00 | 28,00 | 0,71 |
| | КУРИЦА | 165 | 63 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 8 | 8 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 22 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 18 | 13 | | | | | | | | | | | | | |
| | РИС | 45 | 44,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 501-2 | **СОК** | 200 | 200 | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,20 | 86 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,20 | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **МАНДАРИН** | 100 | 100 | 100 | 11,4 | 8,3 | 80,4 | 38 | 4 | 42 | 1,1 | 1,3 | 35 | 17 | 11 | 23 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **935,1** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1384,27** | | | | | | | | |

# 9ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 109-1 | **КАША ОВСЯНАЯ** | | | 205 | 6,33 | 8,9 | 25,5 | 207 | 0,19 | 1,39 | 0,05 | 0,56 | 148,69 | 202,23 | 49,76 | 1,30 |
| | КРУПА "ГЕРКУЛЕС" | 30 | 30 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 106,7 | 106,7 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 271-1 | **КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ** | | | 200 | 3,78 | 3,91 | 26 | 154 | 0,03 | 0,31 | 0,01 | 0,05 | 126,27 | 113,22 | 29,92 | 1,03 |
| | КАКАО | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 3 | 3 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО м.у. 100 | 38 | 38 | | | | | | | | | | | | | |
| 72-2 | **ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ** | | | 45 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 | 0,02 | 0,1 | 20 | 0,3 | 8 | 16 | 4 | 0,5 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ПОВИДЛО | 21 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **496** | | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 46-1 | **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ** | | | 250/30 | 3,75 | 3,29 | 16,8 | 112 | 0,06 | 10,4 | 0,21 | 2,39 | 35,50 | 58,40 | 22,05 | 0,66 |
| | КАРТОФЕЛЬ | 66,25 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 12 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | БУЛЬОН м.г 46,88 | 187,5 | 187,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | КЛЕЦКИ: | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 1,25 | 1,25 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1/16шт | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЯЙЦА | 15 | 16 | | | | | | | | | | | | | |
| 192-1 | **ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | 70 | 23,3 | 29 | 4,7 | 377 | 0,33 | 10 | 8,72 | 1,23 | 56,48 | 359,54 | 23,50 | 7,26 |
| | ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ | 124 | 103 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 9 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| | ИЛИ МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 9 | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| 264-1 | **СОУС СМЕТАННЫЙ** | | | 40 | | | | | | | | | | | | |
| | СМЕТАНА | 40 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 377-2 | **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ** | | | 100 | 2,7 | 4 | 5,8 | 70 | 0,8 | 2,4 | 20 | 0,1 | 25,00 | 49,00 | 16,00 | 0,55 |
| | КАРТОФЕЛЬ | 116 | 81 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4,5 | 4,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 456-457-2 | **ЧАЙ С САХАРОМ** | | | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 5,10 | 7,70 | 4,20 | 0,82 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 50 | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **БАНАН** | 143 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **875** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1370** | | | | | | | | |

# 10 ДЕНЬ

| № рец/№ сборника | Прием пищи, наименование блюда | БРУТТО | НЕТТО | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Б | Ж | У | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102-1 | **КАША "ДРУЖБА"** | | | 205 | 6,55 | 8,33 | 35,1 | 211 | 0,07 | 0,30 | 0,03 | 0,14 | 65,22 | 94,41 | 23,62 | 0,52 |
| | РИС | 15 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | ПШЕНО | 11 | 11 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 102 | 102 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 298-1 | **ЧАЙ С МОЛОКОМ** | | | 200 | 2,79 | 2,55 | 13,3 | 87 | 0,03 | 1,04 | 0,02 | 0,00 | 98,79 | 73,60 | 12,40 | 0,28 |
| | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 40 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 13 | 13 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОЛОКО | 80 | 80 | | | | | | | | | | | | | |
| 64-2 | **БУТЕРБРОД С СЫРОМ** | | | 35 | 5,2 | 7,8 | 7,4 | 121 | 0,02 | 0,1 | 52 | 0,28 | 158,00 | 103,00 | 11,00 | 0,28 |
| | СЫР | 16 | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБ | 15 | 15 | | | | | 94,00 | | | | | | | | |
| 267-2 | **ЯЙЦО ВАРЕНОЕ** | | | 60 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,03 | 0,0 | 100 | 0,2 | 22,00 | 77,00 | 5,00 | 1,01 |
| | ЯЙЦО(в шт.) | 46 | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ККАЛ.** | | | | | | | **482** | | | | | | | | |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 72-1 | **СУП КАРТОФ. С РЫБНЫМИ КОНСЕР.** | | | 250 | 6,62 | 8,31 | 21,3 | 184 | 0,16 | 11,8 | 0,21 | 1,55 | 57,30 | 136,36 | 41,83 | 1,49 |
| | КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ | 26 | 25 | | | | | | | | | | | | | |
| | КАРТОФЕЛЬ | 150 | 112,5 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК | 12 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 2,5 | 2,5 | | | | | | | | | | | | | |
| 321-2 | **МЯСО ТУШЕНОЕ** | | | 100 | 16 | 15,00 | 5 | 219 | 0,06 | 1,6 | 0,0 | 1,42 | 18,00 | 173,00 | 28,00 | 2,60 |
| | ГОВЯДИНА | 91 | 85 | | | | | | | | | | | | | |
| | МОРКОВЬ | 21 | 16 | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛУК | 12 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО РАСТ. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | ТОМАТНОЕ ПЮРЕ | 8 | 8 | | | | | | | | | | | | | |
| | МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| 256-2 | **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ** | | | 100 | 3,7 | 3,3 | 19,7 | 123 | 0,04 | 0,00 | 21 | 0,5 | 8,00 | 30,00 | 5,00 | 0,70 |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 34 | 34 | | | | | | | | | | | | | |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |
| 495-2 | **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ** | | | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 0,01 | 0,20 | 0,00 | 0,40 | 20,10 | 19,20 | 14,40 | 0,69 |
| | СМЕСЬ СУХОФРУКТОВ | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | САХАР | 10 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| 573-2 | **ХЛЕБ** | | | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,20 | 234 | 0,11 | 0,00 | 0,00 | 1,10 | 20,00 | 65,00 | 14,00 | 1,10 |
| 82-2 | **ЯБЛОКИ** | 114 | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 44 | 0,03 | 7,00 | 0,00 | 0,20 | 16,10 | 11,00 | 9,00 | 2,21 |
| | **ИТОГО ЗА ОБЕД ККАЛ.** | | | | | | | **888** | | | | | | | | |
| | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ КАЛЛ.** | | | | | | | **1371** | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | **ВСЕГО ККАЛ. ЗА 10 ДНЕЙ** | | | | | | | **12948** | | | | | | | | |

## *ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ*

**для детей 6-10 лет**

| № | Наименование группы продуктов | Норма продукт. в г (нетто) | Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека | | | | | | | | | | В среднем за 10 дней | Отклонение от нормы % |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день | | |
| 1 | Хлеб | 200 | 24 | 134 | 136,75 | 120 | 120 | 120 | 115 | 120 | 120 | 115 | 112,475 | -43,8 |
| 2 | Мука | 20 | | 2,5 | 2,5 | 1,5 | | 3,7 | | | 3,75 | 4 | 1,795 | -91,0 |
| 3 | Крупы | 50 | 61,2 | 50 | 47,6 | 30,8 | 40 | 35,6 | 54,4 | 44,5 | 30 | 26 | 42,01 | -16,0 |
| 4 | Макароны | 20 | | | | 12,5 | | 61 | | 20 | | 34 | 12,75 | -36,3 |
| 5 | Картофель | 187 | 43 | 192 | 50 | 143,05 | 75 | 50 | 221,13 | 20 | 131 | 112,5 | 103,768 | -44,5 |
| 6 | Овощи | 320 | 78,25 | 56 | 49,9 | 41 | 193 | 27 | 56,5 | 97,25 | 20 | 46 | 66,49 | -79,2 |
| 7 | Фрукты | 185 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | -45,9 |
| 8 | Фрукты (сухие) | 20 | | 20 | | | | 20 | | | | 20 | 6 | -70,0 |
| 9 | Соки | 200 | | | 200 | | | | | 200 | | | 40 | -80,0 |
| 10 | Мясо | 78 | 99,85 | 60 | 117 | 63,75 | 147,25 | 174,5 | 146,75 | 60 | 46,88 | 85 | 100,098 | 28,3 |
| 11 | Печень | 40 | | | | | | | | | 103 | | 10,3 | -74,3 |
| 12 | Птица ц/б | 53 | | | | 97 | | | | 63 | | | 16 | -69,8 |
| 13 | Рыба | 77 | | 50 | | | | | | | | 25 | 7,5 | -90,3 |
| 14 | Молоко | 350 | | 201,96 | 164,5 | 186,7 | 206,68 | 100 | 150 | 248,68 | 221,7 | 182 | 166,222 | -52,5 |
| 15 | Творог | 60 | 92 | | | | | | | | | | 9,2 | -84,7 |
| 16 | Сыр | 15 | | | 15 | | | 21,1 | 15 | | | 15 | 6,61 | -55,9 |
| 17 | Сметана | 10 | 13 | 10 | 10 | | 10 | | 10 | 10 | 40 | | 10,3 | 3,0 |
| 18 | Масло слив. | 35 | 13 | 27,5 | 20,5 | 19 | 10 | 36 | 10 | 20 | 22 | 14 | 19,2 | -45,1 |
| 19 | Масло раст. | 18 | 15 | 7 | 8 | 5,75 | 9 | | 6 | 13 | 9 | 4,5 | 7,725 | -57,1 |
| 20 | Яйцо | 40 | 4 | | 80 | | 40 | | | | 16 | 40 | 18 | -55,0 |
| 21 | Сахар | 35 | 35,5 | 15,9 | 9,25 | 23 | 25 | 13 | 28 | 15 | 18 | 28 | 21,065 | -39,8 |
| 22 | Кондитерские | 15 | | | | | | | | | | | 0 | -100,0 |
| 23 | Чай | 2 | 9 | | | 4 | 5 | | 4 | | 5 | 4 | 3,1 | 55,0 |
| 24 | Какао | 1,2 | | | 4 | | | 4 | | | 4 | | 1,2 | 0,0 |
| 25 | Коф.напиток | 2 | | 2 | | | 2 | | | 2 | | | 0,6 | -70,0 |

Рекомендации по корректировке меню:_____

Подпись медицинского работника и дата:_____

Подпись руководителя образовательной организации, организации по уходу и присмлтру и дата ознакомления:

_____.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника:

_____