



МЕНЮ

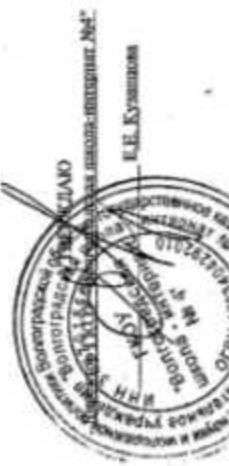
на 08 сентября 2023г.

Приним пища, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с крупой (перуллисовой)	200	3,2	5,4	133,2	Объем рецептур по ТК
Бутерброд с повидлом	307/020	2,4	7,3	181,5	Объем рецептур по ТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	86,7	Объем рецептур по ТК
Итого за прием пищи:	510	9,3	14,0	401,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)					
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	2,9	60,4	Объем рецептур по ТК
Фрикадельки мясные в соусе	90/20	8,7	19,5	281,5	Объем рецептур по ТК
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	144,2	Объем рецептур по ТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,3	39,2	Объем рецептур по ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	
Итого за прием пищи:	650	22,2	27,6	624,3	
Полдник (5-ти разовое)					
Кисель столовый	100	6,2	19,4	39,4	Объем рецептур по ТК
Желе из повидла	200	0,1	0,0	28,2	Объем рецептур по ТК
Итого за прием пищи:	300	6,3	19,4	67,6	
Ужин (5-ти разовое)					
Запеканка рисовая с творогом	200	11,4	7,8	354,3	Объем рецептур по ТК
Соус молочный (слизкий)	50	0,9	2,2	30,8	Объем рецептур по ТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	Объем рецептур по ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	16,1	10,3	516,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	94,3	Объем рецептур по ТК
Батон	30	2,3	0,9	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	172,0	
Итого за прием пищи (в среднем по пробному меню) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напиток (сок, нектар, компот) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	91,2	Объем рецептур по ТК
Всего за день:		77,8	10,3	300,3	2 847,6



Приним пища, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с крупой (перуллисовой)	200	6,4	6,4	162,4	Объем рецептур по ТК
Бутерброд с повидлом	307/020	2,4	7,3	181,5	Объем рецептур по ТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	86,7	Объем рецептур по ТК
Итого за прием пищи:	500	10,5	15,0	430,6	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	87	Объем рецептур по ТК
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	296,5	Объем рецептур по ТК
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	173,1	Объем рецептур по ТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	Объем рецептур по ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	
Итого за прием пищи:	880	33,0	29,2	792,6	
Полдник (5-ти разовое)					
Кисель столовый	150	9,2	29,3	89,1	Объем рецептур по ТК
Желе из повидла	200	0,1	0,0	28,2	Объем рецептур по ТК
Итого за прием пищи:	350	9,3	29,2	117,3	
Ужин (5-ти разовое)					
Запеканка рисовая с творогом	250	14,2	9,8	74,5	Объем рецептур по ТК
Соус молочный (слизкий)	50	0,9	2,2	6,7	Объем рецептур по ТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	Объем рецептур по ТК
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	
Итого за прием пищи:	600	22,6	12,6	146,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	Объем рецептур по ТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	
Итого за прием пищи (в среднем по пробному меню) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напиток (сок, нектар, компот) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	Объем рецептур по ТК
Всего за день:		88,9	100,0	480,6	3 157,5

Зав. Производствам



МЕНЮ

на 09 сентября 2023г.

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность вещества		Не растворимая вещность, кг	Не растворимая вещность, кг
		Ванна, г	Жир, г		
Завтрак					
Консервы овощные злуосо-ные (якра кабало-вова)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Сметан натуральной	100	15,6	21,0	2,8	259,0
Бульборд с маслом	40710	3,1	7,5	19,6	158,0
Кавко с маслом	200	3,8	3,0	24,5	141,1
Итого за прима ладра:	600	23,8	40,7	54,9	681,3
Обед					
Овоща по олову (пурец, свекла, огурец, солый, капуста каваная, свекла отварная, помидор солый, помидор солый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Суп картофельный с бобовыми (порок)	200	4,6	3,3	15,2	107,9
Котлеты, баточа, шницле	90	9,7	14,2	18,7	240,5
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	5,5	4,3	34,0	196,8
Комлот из свекла сукофруктов	200	0,4	0,0	20,4	81,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прима ладра:	620	29,3	22,8	146,7	908,2
Полдник					
Фрукты свежые	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Комлот из яблова	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прима ладра:	400	1,2	0,9	40,5	179,7
Ужин					
Якра свекло-ная	100	2,7	7,9	14,1	139,2
Запеканка из печени с рисом	150	16,1	18,4	24,2	335,7
Чай с сахаром, варенье, джем, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прима ладра:	600	22,7	27,6	77,6	660,3
Ужин 2					
Чай с маслом или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7
Бульборд с повидлом	20715	1,6	0,1	19,2	82,8
Итого за прима ладра:	238	3,3	1,4	36,5	169,5
Всего за день:	800	80,2	84,3	306,8	2 805,1

Директор ООО



Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Не растворимая вещность, кг	Не растворимая вещность, кг
		Ванна, г	Жир, г		
Завтрак					
Консервы овощные злуосо-ные (якра кабало-вова)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Сметан натуральной	200	15,6	21,0	3,8	346,1
Бульборд с маслом	40710	3,1	7,5	19,6	158,0
Кавко с маслом	200	3,8	3,0	24,5	141,1
Итого за прима ладра:	600	23,7	47,6	55,9	768,4
Обед					
Овоща по олову (пурец, свекла, огурец, солый, капуста каваная, свекла отварная, помидор солый, помидор солый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Суп картофельный с бобовыми (порок)	200	5,7	4,0	18,9	134,9
Котлеты, баточа, шницле	100	13,9	22,3	21,0	303,3
Макаронные изделия отварные (рожки)	180	6,7	5,3	40,7	236,2
Комлот из свекла сукофруктов	200	0,4	0,0	20,4	81,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прима ладра:	660	38,5	33,6	163,6	1 054,5
Полдник					
Фрукты свежые	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Комлот из яблова	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прима ладра:	400	1,2	0,9	40,5	179,7
Ужин					
Якра свекло-ная	100	2,7	7,9	14,1	139,2
Запеканка из печени с рисом	200	21,6	26,2	32,4	431,8
Чай с сахаром, варенье, джем, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,3
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/50	5,17,9	0,40,3	34/23,3	160,879,4
Итого за прима ладра:	600	31,6	34,8	107,8	871,7
Ужин 2					
Чай с маслом или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7
Бульборд с повидлом	20715	1,6	0,1	19,2	82,8
Итого за прима ладра:	238	3,3	1,4	36,5	169,5
Всего за день:	800	103,2	117,3	403,7	3 843,3

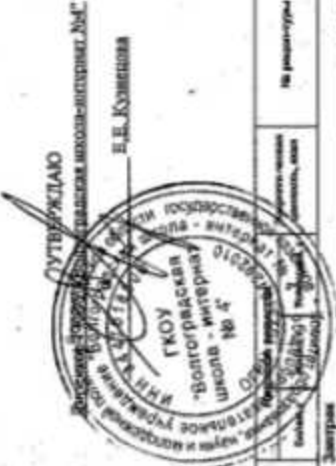
Зав. Производства:

МЕНЮ

на 10 сентября 2023г.

Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Средняя стоимость		Зачислено на счет ценность, руб.	№ рецептур
		Бюджет	Платежи		
Завтрак					
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,5	7,7	34,7	Службы питания № 178
Дружба с маслом	300/10	4,6	10,5	17,4	Службы питания № 178
Булгур с сыром	200	2,3	1,3	25,9	Службы питания № 178
Кофейный напиток на молоке	50	3,9	1,5	25,1	Службы питания № 178
Батон	50	16,3	31,8	100,4	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	860	23,7	26,4	132,7	
Обед					
Овощи по сезону (суперц свеклы), супурц соевый, капуста кочанная, свекла отварная, помидор свежий, болгарский перец, морковь (отварная и т.д.)	50	0,9	0,1	5,3	Службы питания № 178
Суп из овощей	200	1,5	3,8	8,9	Службы питания № 178
Тедфалы (1-й вариант) с соусом	90/30	8,6	11,7	17,2	Службы питания № 178
Каша гречневая вязкая	150	4,4	4,7	19,9	Службы питания № 178
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	Службы питания № 178
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Службы питания № 178
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	860	23,7	26,4	132,7	805,2
Полдник					
Ватрушка с повидлом	100	6,4	2,8	62,8	Службы питания № 178
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	300	7,0	3,3	85,7	404,1
Ужин					
Паштет с творогом с соусом молочный (слизками)	200/50	18,6	13,2	51,0	Службы питания № 178
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,2	Службы питания № 178
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	600	24,0	14,8	92,6	690,5
Ужин 2					
Виспелочный продукт (паштет)	150	4,8	4,4	18,8	Службы питания № 178
Батон	30	2,3	0,9	15,0	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6
Всего за день:		78,3	78,6	445,2	2 679,4

Директор ООО «Славия»



Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Средняя стоимость		Зачислено на счет ценность, руб.	№ рецептур
		Бюджет	Платежи		
Завтрак					
Каша вязкая молочная из риса и пшена	250	6,9	9,6	43,2	Службы питания № 178
Дружба с маслом	300/10	4,6	10,5	14,7	Службы питания № 178
Булгур с сыром	200	2,3	1,3	25,9	Службы питания № 178
Кофейный напиток на молоке	50	4,6	1,8	30,1	Службы питания № 178
Батон	50	18,4	33,2	113,9	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	860	28,6	25,6	144,2	892,7
Обед					
Овощи по сезону (суперц свеклы), супурц соевый, капуста кочанная, свекла отварная, помидор свежий, болгарский перец, морковь (отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	Службы питания № 178
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	Службы питания № 178
Тедфалы (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	15,2	19,2	Службы питания № 178
Каша гречневая вязкая	180	3,2	3,7	23,8	Службы питания № 178
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	Службы питания № 178
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Службы питания № 178
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	860	28,6	25,6	144,2	892,7
Полдник					
Ватрушка с повидлом	150	9,3	4,4	94,5	Службы питания № 178
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	350	9,9	4,6	117,4	556,1
Ужин					
Паштет с творогом с соусом молочный (слизками)	250/50	23,2	16,2	62,5	Службы питания № 178
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,2	Службы питания № 178
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	600	32,3	18,1	128,5	807,2
Ужин 2					
Виспелочный продукт (паштет)	150	4,8	4,4	18,8	Службы питания № 178
Батон	30	2,3	0,9	15,0	Службы питания № 178
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6
Всего за день:		96,3	91,9	537,8	3 199,0

Зав. Производства



МЕНЮ

на 11 сентября 2023г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		№ рецептуры
		ккал/г	г/100г	
Завтрак (2х, 8-ти разовое)				
Молоко вареное зернуто	1шт	5,4	4,9	87,1
Каша молочная вязкая жидкая с маслом	200	7,0	9,2	279,0
Каша с маслом	200	3,8	3,0	141,1
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	160,8
Итого за прием пищи:	568	31,3	17,5	648,0
Обед (2х, 8-ти разовое)				
Супчик по сезону (супчик свежий), супчик соевый, капуста квашеная, семечка отпаренная, помидор свежий, помидор соевый, морковь (отваренная в т.д.)	100	1,6	0,1	42,8
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,7	4,0	134,6
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/300	19,4	13,0	33,3
Рис отварной	190	4,5	13,5	46,8
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4
Хлеб пшеничный	50	2,7	0,3	24,3
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5
Итого за прием пищи:	980	39,8	30,5	570,3
Полдник (8-ти разовое)				
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	10,0
Напиток молочный	200	0,1	0,0	16,7
Итого за прием пищи:	260	0,9	0,8	166,7
Ужин (8-ти разовое)				
Фрикадельки мясные в соусе	100/200	17,0	20,0	19,3
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	7,5	3,9	43,2
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	13,0
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	160,8
Итого за прием пищи:	600	30,7	24,3	113,5
Ужин 2 (8-ти разовое)				
Бисквитный продукт (печенье)	180	5,0	4,4	7,0
Сахар песок	5	0,0	0,0	4,9
Батон	30	2,3	0,9	15,0
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	189,4
Всего за день:		100,0	91,8	438,3

Зам. Производства

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность энергии		№ рецептуры
		ккал/г	г/100г	
Завтрак (2х, 8-ти разовое)				
Молоко вареное зернуто	1шт	5,4	0,3	68,0
Каша молочная вязкая жидкая с маслом	200	5,6	3,6	223,0
Каша с маслом	200	3,8	3,0	141,1
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	137,8
Итого за прием пищи:	668	19,4	87,8	870,8
Обед (2х, 8-ти разовое)				
Супчик по сезону (супчик свежий), супчик соевый, капуста квашеная, семечка отпаренная, помидор свежий, помидор соевый, морковь (отваренная в т.д.)	60	0,9	0,1	25,7
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,6	3,2	107,7
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/200	17,9	11,1	33,3
Рис отварной	190	3,8	12,4	38,9
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4
Хлеб пшеничный	50	2,7	0,3	24,3
Хлеб пшеничный	60	5,4	0,4	160,8
Итого за прием пищи:	830	34,8	27,8	633,8
Полдник (8-ти разовое)				
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	10,0
Напиток молочный	200	0,1	0,0	16,7
Итого за прием пищи:	380	0,9	0,8	146,7
Ужин (8-ти разовое)				
Фрикадельки мясные в соусе	90/200	8,7	10,5	17,4
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	5,5	4,3	34,0
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	13,0
Хлеб пшеничный	50	2,7	0,3	24,3
Итого за прием пищи:	620	18,1	24,1	604,4
Ужин 2 (8-ти разовое)				
Бисквитный продукт (печенье)	180	5,0	4,4	7,0
Сахар песок	5	0,0	0,0	4,9
Батон	30	2,3	0,9	15,0
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	189,4
Всего за день:		86,1	78,8	388,1



Директор ООО

МЕНЮ

на 12 сентября 2023г.

Приниматель, наименование блюда 7-11 лет	2 день	Масса порции	Полная порция		Зерно-крупяная масса, кг	№ рецептуры
			Блюдо	Углеводы		
Завтрак (Зк, 5-ти разовое)						
Каши молочная рисовая вязкая с маслом	200	5,4	7,4	43,5	261,3	Объем рецепта от ТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	Объем рецепта от ТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	Объем рецепта от ТК
Батон	50	3,9	1,5	23,1	129,5	
Итого за прием пищи:	800	14,2	20,7	109,2	685,7	
Обед (Об, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (пюре кабачковая)	60	1,2	5,5	4,8	73,9	Объем рецепта от ТК
Суп из овощей	200	1,3	3,0	8,9	68,4	Объем рецепта от ТК
Котлеты, белковые, шницель	90	9,7	14,2	18,7	240,3	Объем рецепта от ТК
Картофельное пюре с маслом	150	3,2	4,6	21,5	139,4	Объем рецепта от ТК
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	81,5	Объем рецепта от ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	80	5,1	0,7	32,9	158,3	
Итого за прием пищи:	830	24,8	28,4	132,6	884,9	
Полдник (Пол, 5-ти разовое)						
Квас столовый	100	6,2	19,4	59,4	440,9	Объем рецепта от ТК
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	Объем рецепта от ТК
Итого за прием пищи:	300	7,2	19,6	79,0	530,1	
Ужин (Ужн, 5-ти разовое)						
Липецким с творогом с соусом молочным (сладким)	100/60	16,9	12,0	46,5	364,2	Объем рецепта от ТК
Чай с сахаром и лимон	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1	Объем рецепта от ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	600	20,8	12,3	86,0	541,1	
Ужин 2 (Ужн 2, 5-ти разовое)						
Мясомолочный продукт (размочен)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Объем рецепта от ТК
Батон	30	3,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Всего за день:		78,0	86,3	429,3	2 812,0	

Директор ООО «Слава»



Приниматель, наименование блюда 12-18 лет	2 день	Масса порции	Полная порция		Зерно-крупяная масса, кг	№ рецептуры
			Блюдо	Углеводы		
Завтрак (Зк, 5-ти разовое)						
Каши молочная рисовая вязкая с маслом	250	6,8	9,1	54,1	326,7	Объем рецепта от ТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	Объем рецепта от ТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	Объем рецепта от ТК
Батон	60	4,6	1,8	30,3	155,4	
Итого за прием пищи:	660	18,3	22,7	124,8	777,0	
Обед (Об, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (пюре кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2	Объем рецепта от ТК
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	85,4	Объем рецепта от ТК
Котлеты, белковые, шницель	100	15,9	22,3	21,0	303,3	Объем рецепта от ТК
Картофельное пюре с маслом	180	3,8	5,6	25,7	167,7	Объем рецепта от ТК
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	86,5	Объем рецепта от ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	950	33,1	41,8	140,3	1 031,4	
Полдник (Пол, 5-ти разовое)						
Квас столовый	150	9,2	29,2	89,1	661,1	Объем рецепта от ТК
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	Объем рецепта от ТК
Итого за прием пищи:	350	10,2	29,4	108,7	750,3	
Ужин (Ужн, 5-ти разовое)						
Липецким с творогом с соусом молочным (сладким)	250/60	21,3	16,2	62,5	490,9	Объем рецепта от ТК
Чай с сахаром и лимон	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1	Объем рецепта от ТК
Хлеб пшеничный	80	5,9	0,5	38,9	183,8	
Итого за прием пищи:	600	27,3	16,7	116,6	736,8	
Ужин 2 (Ужн 2, 5-ти разовое)						
Мясомолочный продукт (размочен)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Объем рецепта от ТК
Батон	30	3,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Всего за день:		87,2	118,9	812,8	3 487,6	

Зав. Производства:



Директор ООО «Слава»



МЕНЮ

на 13 септември 2023г.

Приним пицце, наименование блюда 7-15 лет	3 день	Масса порция	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная пшеница из ячменя с маслом	250	9,5	10,4	53,5	345,9	Сборная рецептура на ТК
Бутерброд с помидором	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	Сборная рецептура на ТК
Чай с молоком или сливок (молоко)	200	1,7	1,2	17,3	85,7	Сборная рецептура на ТК
Итого за прием пицце:	880	14,5	19,0	121,9	709,9	
Обед (2х, 6-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свежая отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8	
Суп картофельный	250	2,4	2,2	19,4	108,0	Сборная рецептура на ТК
Котлета из говядины с капустой	100	15,6	23,2	13,6	175,3	Сборная рецептура на ТК
Рыбу свежую	180	3,6	7,6	20,3	169,7	Сборная рецептура на ТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборная рецептура на ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пицце:	960	31,5	34,1	129,7	888,3	
Полдник (5-ти разовое)						
Печенье (сдоба обыкновенная)	150	12,1	7,1	84,0	438,0	Сборная рецептура на ТК
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	Сборная рецептура на ТК
Итого за прием пицце:	350	12,5	7,2	105,5	546,5	
Ужин (6-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3	Сборная рецептура на ТК
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	200	5,3	5,5	52,9	281,9	Сборная рецептура на ТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,2	69,5	Сборная рецептура на ТК
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/70	5,17,6	0,40,3	34,12,2	160,879,4	
Итого за прием пицце:	600	22,8	16,2	126,2	747,9	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (сырок)	180	4,8	4,4	18,8	137,9	Сборная рецептура на ТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пицце:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Дополнительные питания (к основному на протяжении дня) (2х, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Напитки (сок, нектар, компот) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборная рецептура на ТК
Всего за день:	90,3	91,9	871,4	3 139,9		

Зав. Производством

Приним пицце, наименование блюда 7-15 лет	3 день	Масса порция	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная пшеница из ячменя с маслом	200	7,6	8,4	42,9	276,8	Сборная рецептура на ТК
Бутерброд с помидором	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	Сборная рецептура на ТК
Чай с молоком или сливок (молоко)	200	1,7	1,2	17,3	85,7	Сборная рецептура на ТК
Итого за прием пицце:	800	12,6	17,0	111,3	640,8	
Обед (2х, 6-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свежая отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,9	23,7	
Суп картофельный	200	1,9	1,9	13,6	86,6	Сборная рецептура на ТК
Котлета из говядины с капустой	50	14,0	20,8	12,1	151,2	Сборная рецептура на ТК
Рыбу свежую	150	3,1	6,5	17,2	141,3	Сборная рецептура на ТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборная рецептура на ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пицце:	820	28,2	30,5	117,5	717,1	
Полдник (6-ти разовое)						
Печенье (сдоба обыкновенная)	100	8,0	4,8	56,0	305,4	Сборная рецептура на ТК
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	Сборная рецептура на ТК
Итого за прием пицце:	300	8,4	4,9	77,5	393,9	
Ужин (6-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	80	8,4	8,8	11,2	167,1	Сборная рецептура на ТК
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	3,9	4,0	39,8	211,4	Сборная рецептура на ТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборная рецептура на ТК
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	
Итого за прием пицце:	600	16,9	14,2	96,9	585,8	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (сырок)	180	4,8	4,4	18,8	137,9	Сборная рецептура на ТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пицце:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Дополнительные питания (к основному на протяжении дня) (2х, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Напитки (сок, нектар, компот) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборная рецептура на ТК
Всего за день:	77,0	78,0	838,6	2 672,2		



Директор ОО



МЕНЮ

на 14 сентября 2023г.

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания		Итого за день
		калории, ккал	Жиры, г	
Завтрак (Зк, 8-ти разовое)				
Каши молочная манная каша с маслом	250	7,0	9,2	41,8
Яйцо вареное всмятку	1шт.	5,4	4,9	0,3
Каша с маслом	200	3,8	3,0	24,5
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,9
Итого за завтрак	565	21,3	17,5	100,6
Обед (Об, 5-ти разовое)				

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность питания		Итого за день
		калории, ккал	Жиры, г	
Завтрак (Зк, 8-ти разовое)				
Каши молочная манная каша с маслом	200	5,6	7,4	33,6
Яйцо вареное всмятку	1шт.	5,5	5,0	0,5
Каша с маслом	200	3,8	3,0	24,5
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2
Итого за завтрак	565	19,4	15,8	87,6
Обед (Об, 5-ти разовое)				

Овощи по сезону (огурец, салат, капуста, морковь, лук, помидор, болгарский перец, картофель, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	75,7
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5
Каша гречневая вязкая	180	5,2	5,7	23,8	166,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,3
Итого за pranzo	860	35,9	30,4	134,2	918,6
Полдник (Пол, 5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,1	13,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за pranzo	360	1,8	0,1	41,9	193,7
Ужин (Уж, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (яйра сабунотав)	100	1,9	9,2	9,0	133,2
Макароник с сыром	200	19,9	22,5	48,4	453,7
Чай с сахаром в каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/20	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/9,4
Итого за pranzo	600	28,0	32,4	117,7	857,6
Ужин 2 (Уж 2, 5-ти разовое)					
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоник	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за pranzo	258	1,8	0,1	34,4	144,5
Итого за день					
Фрукты или овощи или салат (соя, капуста, морковь) или Кисломолоочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Всего за день:		89,3	82,6	430,8	2 762,4

Овощи по сезону (огурец, салат, капуста, морковь, лук, помидор, болгарский перец, картофель, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,9	7,0	60,6
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	281,5
Каша гречневая вязкая	150	4,4	4,7	19,9	138,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,6	98,0
Итого за pranzo	830	22,7	27,9	114,9	863,9
Полдник (Пол, 5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,1	13,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за pranzo	360	1,8	0,1	41,9	193,7
Ужин (Уж, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (яйра сабунотав)	100	1,9	9,2	9,0	133,2
Макароник с сыром	150	12,0	14,9	38,0	314,8
Чай с сахаром в каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за pranzo	510	18,6	24,5	91,2	656,3
Ужин 2 (Уж 2, 5-ти разовое)					
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоник	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за pranzo	258	1,8	0,1	34,4	144,5
Итого за день					
Фрукты или овощи или салат (соя, капуста, морковь) или Кисломолоочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Всего за день:		79,8	79,9	271,0	2 368,5

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность питания		Итого за день
		калории, ккал	Жиры, г	
Завтрак (Зк, 8-ти разовое)				
Каши молочная манная каша с маслом	250	7,0	9,2	41,8
Яйцо вареное всмятку	1шт.	5,4	4,9	0,3
Каша с маслом	200	3,8	3,0	24,5
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,9
Итого за завтрак	565	21,3	17,5	100,6
Обед (Об, 5-ти разовое)				

Овощи по сезону (огурец, салат, капуста, морковь, лук, помидор, болгарский перец, картофель, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	75,7
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5
Каша гречневая вязкая	180	5,2	5,7	23,8	166,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,3
Итого за pranzo	860	35,9	30,4	134,2	918,6
Полдник (Пол, 5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,1	13,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за pranzo	360	1,8	0,1	41,9	193,7
Ужин (Уж, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (яйра сабунотав)	100	1,9	9,2	9,0	133,2
Макароник с сыром	200	19,9	22,5	48,4	453,7
Чай с сахаром в каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/20	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/9,4
Итого за pranzo	600	28,0	32,4	117,7	857,6
Ужин 2 (Уж 2, 5-ти разовое)					
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоник	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за pranzo	258	1,8	0,1	34,4	144,5
Итого за день					
Фрукты или овощи или салат (соя, капуста, морковь) или Кисломолоочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Всего за день:		89,3	82,6	430,8	2 762,4

Зав. Производством:

