«Разработано»
Автономная некоммерческая организация
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»
Утверждено
Директор М.С. Шевченко

«Согласовано»
Директор муниципальной организации
_____

# Основное (организованное)

# меню

Для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования

Краснодар
2023

# *Горячие завтраки для обучающихся 7 - 11 лет*

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 173-17, 174-17, 175-17 | Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным[1](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 свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **550** | **15,10** | **14,51** | **91,95** | **559,30** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (перец сладкий) | 70 | 0,56 | 0,07 | 1,75 | 18,90 |
| 451-04 | Шницель говяжий | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 278,67 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 148,69 |
| 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **580** | **23,30** | **20,82** | **73,07** | **601,96** |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 015-17 | Сыр порционно[4] (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной (140/10) | 150 | 11,66 | 13,79 | 22,60 | 302,50 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт[5] (кефир) | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **500** | **25,22** | **25,39** | **63,60** | **616,20** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (морковные палочки) | 90 | 1,17 | 0,09 | 6,21 | 39,38 |
| 310-16 | Вок "Курица с рисом и овощами" | 150 | 8,40 | 15,45 | 28,05 | 215,00 |
| ТК | Кисель из сушеных плодов[6] (курага) | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 154,60 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **590** | **14,16** | **16,80** | **100,81** | **569,68** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (помидор свежий) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22,00 |
| ТК | Рыба, запеченная[7] (филе минтая) с маслом сливочным (90/5) | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 225,60 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 148,69 |
| ТК | Напиток витаминизированный[9] | 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **585** | **23,29** | **20,14** | **71,06** | **586,31** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **101,1** | **97,66** | **400,49** | **2933,45** |
| | **СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ** | | **20,21** | **19,53** | **80,10** | **586,69** |

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (морковные палочки) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 43,75 |
| 210-17 | Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10) | 150 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт[5] (кефир) | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **580** | **23,96** | **30,73** | **47,44** | **584,11** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (помидор соленый) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 20,00 |
| 210-03, ТК | Рагу из филе птицы | 150 | 13,40 | 7,36 | 15,30 | 169,70 |
| ТК | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (пряник в пром. упак.) | 25 | 3,50 | 4,50 | 18,00 | 176,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **505** | **24,97** | **16,05** | **76,92** | **586,40** |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 234-17, ТК | Котлета рыбная[7] (филе минтая) | 100 | 14,80 | 13,90 | 11,80 | 164,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 181,50 |
| 389-17, ТК | Сок натуральный (яблочный)[9] | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **580** | **22,40** | **22,75** | **87,63** | **582,52** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (помидор свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 347-18 | Котлеты "Школьные" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5) | 105 | 14,70 | 11,66 | 12,70 | 243,00 |
| ТК | Каша рассыпчатая с овощами[1] (пшеничная) | 150 | 6,00 | 1,05 | 42,00 | 187,50 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **565** | **24,73** | **13,65** | **90,98** | **597,40** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[1] (огурец свежий) | 80 | 0,88 | 0,16 | 3,04 | 9,60 |
| ТК | Гратен из печени | 90 | 15,99 | 10,15 | 6,71 | 206,00 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188,40 |
| 389-17, | Сок натуральный[9] (вишневый) | 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **550** | **26,24** | **17,10** | **80,45** | **594,02** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **122,30** | **100,28** | **383,42** | **2944,45** |
| | **СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ** | | **24,46** | **20,06** | **76,68** | **588,89** |
| | **ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ** | | **223,37** | **197,94** | **783,91** | **5877,90** |
| | **СРЕДНЯЯ** | | **22,34** | **19,79** | **78,39** | **587,79** |

# *Горячие обеды для детей с 1 по 4 класс*

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84,80 |
| ТК | Нагетсы куриные | 100 | 7,30 | 7,60 | 31,82 | 233,83 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188,40 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (апельсин) | 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 |
| | **Итого** | **880** | **20,29** | **20,17** | **121,6** | **799,63** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (огурец свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 7,2 |
| 135-04 | Суп из овощей | 200 | 1,76 | 3,52 | 9,92 | 79,20 |
| ТК | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,40 |
| ТК | Ризотто с овощами | 150 | 4,03 | 7,98 | 32,85 | 211,50 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный (вишневый)[9] | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (печенье в пром. упак) | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,40 | 92,50 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **810** | **35,57** | **29,75** | **117,6** | **858,2** |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (помидор свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 139-04 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,96 | 4,48 | 17,84 | 133,60 |
| 235-17 | Шницель рыбный натуральный[7] (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 181,50 |
| ТК | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **775** | **30,61** | **31,25** | **106,27** | **847,80** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (из свежих помидоров и огурцов) | 60 | 0,58 | 3,65 | 2,19 | 42,42 |
| 111-04 | Борщ сибирский | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94,40 |
| ТК | Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10) | 180 | 18,20 | 26,80 | 5,20 | 318,17 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (слива) | 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 |
| | **ИТОГО** | **820** | **30,77** | **38,37** | **84,44** | **784,99** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 015-17 | Сыр порционно[4] (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 138-04 | Суп картофельный с крупой[1] (пшеничная) | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114,40 |
| ТК | Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5) | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403,15 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2](груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **735** | **18,10** | **16,15** | **161,95** | **816,15** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **135,34** | **135,69** | **591,86** | **4106,77** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **27,07** | **27,14** | **118,37** | **821,35** |

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (огурец свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 7,2 |
| 108-17 | Суп картофельный с клецками | 200 | 2,85 | 3,67 | 14,83 | 115,40 |
| 268-17 | Шницель говяжий | 100 | 15,00 | 22,00 | 13,02 | 278,67 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 150 | 3,20 | 5,20 | 19,80 | 138,78 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный (вишневый) | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (мандарин) | 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 |
| | **ИТОГО** | **890** | **28,41** | **32,69** | **118,43** | **845,35** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (овощные палочки: морковь, перец сладкий) | 60 | 0,78 | 0,06 | 4,14 | 26,25 |
| 93-18 | Борщ из свежей капусты | 200 | 1,26 | 3,50 | 5,00 | 56,60 |
| 443-04, ТК | Плов из говядины | 150 | 16,20 | 15,90 | 28,30 | 262,50 |
| 350-17, ТК | Кисель из свежих плодов[2] (клубника с/м) | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117,00 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (вафли в пром. упак.) | 15 | 2,10 | 2,70 | 10,80 | 122,40 |
| ТК | Фрукты свежие[2](слива) | 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 |
| | **ИТОГО** | **805** | **26,22** | **24,00** | **120,48** | **814,25** |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 147-04 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 96,80 |
| ТК | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25) | 95 | 14,69 | 5,57 | 3,10 | 219,50 |
| 302-17 | Каша рассыпчатая[1] (гречневая) | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 243,75 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 42,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **785** | **27,42** | **15,51** | **95,17** | **797,75** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 015-07 | Сыр порционно[4] (Российский) | 25 | 5,80 | 7,38 | 0,00 | 90,00 |
| 137-04 | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 10,80 | 6,20 | 0,60 | 124,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной (155/5) | 160 | 12,44 | 14,71 | 24,11 | 322,95 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (нектарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **780** | **37,21** | **32,57** | **83,96** | **843,05** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84,80 |
| ТК | Рыба, запеченная с маслом (филе минтая)[7] (90/5) | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 225,60 |
| 204-04 | Картофель отварной с луком | 150 | 3,20 | 8,40 | 26,10 | 181,25 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Напиток витаминизированный[9] | 200 | 0,44 | 0,44 | 10,89 | 52,22 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **875** | **25,97** | **28,99** | **92,21** | **805,47** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **23484,05** | **133,76** | **510,25** | **4105,87** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **4696,81** | **26,75** | **102,05** | **821,17** |
| | **ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ** | | **23619,39** | **269,45** | **1102,11** | **8212,64** |
| | **СРЕДНЯЯ** | | **2361,94** | **26,94** | **110,21** | **821,26** |

# *Горячие завтраки и обеды для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (I смена)*

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 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 свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **550** | **15,10** | **14,51** | **91,95** | **559,30** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84,80 |
| ТК | Нагетсы куриные | 100 | 7,30 | 7,60 | 31,82 | 233,83 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188,40 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (апельсин) | 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 |
| | **Итого** | **880** | **20,29** | **20,17** | **121,6** | **799,63** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (перец сладкий) | 70 | 0,56 | 0,07 | 1,75 | 18,90 |
| 451-04 | Шницель говяжий | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 278,67 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 148,69 |
| 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **580** | **23,30** | **20,82** | **73,07** | **601,96** |

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (огурец свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 7,2 |
| 135-04 | Суп из овощей | 200 | 1,76 | 3,52 | 9,92 | 79,20 |
| ТК | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,40 |
| ТК | Ризотто с овощами | 150 | 4,03 | 7,98 | 32,85 | 211,50 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный (вишневый)[9] | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (печенье в пром. упак) | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,40 | 92,50 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **810** | **35,57** | **29,75** | **117,6** | **858,2** |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно[4] (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной (140/10) | 150 | 11,66 | 13,79 | 22,60 | 302,50 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт[5] (кефир) | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **500** | **25,22** | **25,39** | **63,60** | **616,20** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (ассорти овощное: огурец, перец сладкий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 139-04 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,96 | 4,48 | 17,84 | 133,60 |
| 235-17 | Шницель рыбный натуральный[7] (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 181,50 |
| ТК | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **775** | **30,61** | **31,25** | **106,27** | **847,80** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (морковные палочки) | 90 | 1,17 | 0,09 | 6,21 | 39,38 |
| 310-16 | Вок "Курица с рисом и овощами" | 150 | 8,40 | 15,45 | 28,05 | 215,00 |
| ТК | Кисель из сушеных плодов[6] (курага) | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 154,60 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **590** | **14,16** | **16,80** | **100,81** | **569,68** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (из свежих помидоров и огурцов) | 60 | 0,58 | 3,65 | 2,19 | 42,42 |
| 111-04 | Борщ сибирский | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94,40 |
| ТК | Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10) | 180 | 18,20 | 26,80 | 5,20 | 318,17 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (слива) | 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 |
| | **ИТОГО** | **820** | **30,77** | **38,37** | **84,44** | **784,99** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (помидор свежий) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22,00 |
| ТК | Рыба, запеченная[7] (филе минтая) с маслом сливочным (90/5) | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 225,60 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 148,69 |
| ТК | Напиток витаминизированный | 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **585** | **23,29** | **20,14** | **71,06** | **586,31** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **101,07** | **97,66** | **400,49** | **2933,45** |
| | **СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ** | | **20,21** | **19,53** | **80,10** | **586,69** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно[4] (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 138-04 | Суп картофельный с крупой[1] (пшеничная) | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114,40 |
| ТК | Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5) | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403,15 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2](груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **735** | **18,10** | **16,15** | **161,95** | **816,15** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **135,3** | **135,69** | **591,86** | **4106,77** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **27,07** | **27,14** | **118,37** | **821,35** |

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (морковные палочки) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 43,75 |
| 210-17 | Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10) | 150 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт[5] (кефир) | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **580** | **23,96** | **30,73** | **47,44** | **584,11** |

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (огурец свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 7,2 |
| 108-17 | Суп картофельный с клецками | 200 | 2,85 | 3,67 | 14,83 | 115,40 |
| 268-17 | Шницель говяжий | 100 | 15,00 | 22,00 | 13,02 | 278,67 |
| 54-11г-20 | Пюре картофельное | 150 | 3,20 | 5,20 | 19,80 | 138,78 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный (вишневый)[9] | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (мандарин) | 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 |
| | **ИТОГО** | **890** | **28,41** | **32,69** | **118,43** | **845,35** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (помидор соленый) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 20,00 |
| 210-03, ТК | Рагу из филе птицы | 150 | 13,40 | 7,36 | 15,30 | 169,70 |
| ТК | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (пряник) | 25 | 3,50 | 4,50 | 18,00 | 176,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **505** | **24,97** | **16,05** | **76,92** | **586,40** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (овощные палочки: морковь, перец сладкий) | 60 | 0,78 | 0,06 | 4,14 | 26,25 |
| 93-18 | Борщ из свежей капусты | 200 | 1,26 | 3,50 | 5,00 | 56,60 |
| 443-04, ТК | Плов из говядины | 150 | 16,20 | 15,90 | 28,30 | 262,50 |
| 350-17, ТК | Кисель из свежих плодов[2] (клубника с/м) | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117,00 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (вафли) | 15 | 2,10 | 2,70 | 10,80 | 122,40 |
| ТК | Фрукты свежие[2](слива) | 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 |
| | **ИТОГО** | **805** | **26,22** | **24,00** | **120,48** | **814,25** |
| | | | | | | |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 234-17, ТК | Котлета рыбная[7] (филе минтая) | 100 | 14,80 | 13,90 | 11,80 | 164,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 181,50 |
| 389-17, ТК | Сок натуральный [9] (яблочный) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **580** | **22,40** | **22,75** | **87,63** | **582,52** |

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[5] (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 147-04 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 96,80 |
| ТК | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25) | 95 | 14,69 | 5,57 | 3,10 | 219,50 |
| 302-17 | Каша рассыпчатая[1] (гречневая) | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 243,75 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 42,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **785** | **27,42** | **15,51** | **95,17** | **797,75** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (помидор свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 347-18 | Котлеты "Школьные" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5) | 105 | 14,70 | 11,66 | 12,70 | 243,00 |
| ТК | Каша рассыпчатая с овощами[1] (пшеничная) | 150 | 6,00 | 1,05 | 42,00 | 187,50 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **565** | **24,73** | **13,65** | **90,98** | **597,40** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-07 | Сыр порционно[4] (Российский) | 25 | 5,80 | 7,38 | 0,00 | 90,00 |
| 137-04 | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 10,80 | 6,20 | 0,60 | 124,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной (155/5) | 160 | 12,44 | 14,71 | 24,11 | 322,95 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (нектарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **780** | **37,21** | **32,57** | **83,96** | **843,05** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[1] (огурец свежий) | 80 | 0,88 | 0,16 | 3,04 | 9,60 |
| ТК | Гратен из печени | 90 | 15,99 | 10,15 | 6,71 | 206,00 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188,40 |
| 389-17, | Сок натуральный[9] (вишневый) | 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **550** | **26,24** | **17,10** | **80,45** | **594,02** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **122,3** | **100,28** | **383,42** | **2944,45** |
| | **СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ** | | **24,46** | **20,06** | **76,68** | **588,89** |
| | **ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ** | | **223,4** | **197,94** | **783,91** | **5877,90** |
| | **СРЕДНЯЯ** | | **22,34** | **19,79** | **78,39** | **587,79** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | Обед | | Б | Ж | У | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84,80 |
| ТК | Рыба (минтай)[7], запеченная с маслом | 90/5 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 225,60 |
| 204-04 | Картофель отварной с луком | 150 | 3,20 | 8,40 | 26,10 | 181,25 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Напиток витаминизированный[9] | 200 | 0,44 | 0,44 | 10,89 | 52,22 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **875** | **25,97** | **28,99** | **92,21** | **805,47** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **23484,** | **133,76** | **510,25** | **4105,87** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **4696,8** | **26,75** | **102,05** | **821,17** |
| | **ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ** | | **23619,4** | **269,45** | **1102,11** | **8212,64** |
| | **СРЕДНЯЯ** | | **2361,9** | **26,94** | **110,21** | **821,26** |

# *Горячие обеды и полдники для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (II смена)*

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84,80 |
| ТК | Нагетсы куриные | 100 | 7,30 | 7,60 | 31,82 | 233,83 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188,40 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (апельсин) | 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 |
| | **Итого** | **880** | **20,29** | **20,17** | **121,6** | **799,63** |

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 742-04 | Кулебяка с капустой | 100 | 6,03 | 5,83 | 31,23 | 202,86 |
| ТК | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,70 | 15,95 | 100,60 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | **Итого** | **400** | **9,59** | **8,93** | **56,98** | **350,46** |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (огурец свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 7,2 |
| 135-04 | Суп из овощей | 200 | 1,76 | 3,52 | 9,92 | 79,20 |
| ТК | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,40 |
| ТК | Ризотто с овощами | 150 | 4,03 | 7,98 | 32,85 | 211,50 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный (вишневый)[9] | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (печенье в пром. упак) | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,40 | 92,50 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **810** | **35,57** | **29,75** | **117,6** | **858,2** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 440-17 | Булочка творожная | 100 | 13,08 | 6,06 | 38,68 | 300,00 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,07 | 0,02 | 20,00 | 42,00 |
| | **Итого** | **300** | **13,15** | **6,08** | **58,68** | **342,00** |
| | | | | | | |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (ассорти овощное: огурец, перец сладкий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 139-04 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,96 | 4,48 | 17,84 | 133,60 |
| 235-17 | Шницель рыбный натуральный[7] (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 181,50 |
| ТК | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **775** | **30,61** | **31,25** | **106,27** | **847,80** |
| | | | | | | |

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 410-17 | Ватрушка с творогом | 100 | 12,30 | 7,31 | 38,90 | 269,33 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт[5] (кефир) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 |
| | **ИТОГО** | **300** | **18,10** | **12,31** | **46,90** | **369,33** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (из свежих помидоров и огурцов) | 60 | 0,58 | 3,65 | 2,19 | 42,42 |
| 111-04 | Борщ сибирский | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94,40 |
| ТК | Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10) | 180 | 18,20 | 26,80 | 5,20 | 318,17 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие[7] (слива) | 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 |
| | **ИТОГО** | **820** | **30,77** | **38,37** | **84,44** | **784,99** |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 420-17 | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 |
| ТК | Напиток витаминизированный[9] | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| | **ИТОГО** | **300** | **12,99** | **10,41** | **53,37** | **358,8** |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно[4] (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 138-04 | Суп картофельный с крупой[1] (пшеничная) | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114,40 |
| ТК | Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5) | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403,15 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 |
| | **ИТОГО** | **735** | **18,10** | **16,15** | **161,95** | **816,15** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **135,3** | **135,69** | **591,86** | **4106,77** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **27,07** | **27,14** | **118,37** | **821,35** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 406-17 | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,03 | 7,60 | 36,90 | 240,00 |
| 342-17, ТК | Компот из свежих плодов[1] (клубника с/м) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,81 | 105,00 |
| | **Итого** | **300** | **6,19** | **7,76** | **64,71** | **345,00** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **62,84** | **59,40** | **289,18** | **1765,59** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **12,57** | **11,88** | **57,84** | **353,12** |

| Понедельник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону[3] (огурец свежий) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 7,2 |
| 108-17 | Суп картофельный с клецками | 200 | 2,85 | 3,67 | 14,83 | 115,40 |
| 268-17 | Шницель говяжий | 100 | 15,00 | 22,00 | 13,02 | 278,67 |
| 54-11г-20 | Пюре картофельное | 150 | 3,20 | 5,20 | 19,80 | 138,78 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный [9] (вишневый) | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (мандарин) | 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 |
| | **ИТОГО** | **890** | **28,41** | **32,69** | **118,43** | **845,35** |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 471-03 | Булочка бриошь с изюмом | 100 | 4,38 | 7,30 | 35,00 | 243,00 |
| 385-17 | Молоко 2,5% | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 |
| | **Итого** | **300** | **10,18** | **12,3** | **44,6** | **350,00** |
| | | | | | | |

| Вторник | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (овощные палочки: морковь, перец сладкий) | 60 | 0,78 | 0,06 | 4,14 | 26,25 |
| 93-18 | Борщ из свежей капусты | 200 | 1,26 | 3,50 | 5,00 | 56,60 |
| 443-04, ТК | Плов из говядины | 150 | 16,20 | 15,90 | 28,30 | 262,50 |
| 350-17, ТК | Кисель из свежих плодов[1] (черная смородина с/м) | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117,00 |
| ТК | Кондитерское изделие[8] (вафли в пром. упак) | 15 | 2,10 | 2,70 | 10,80 | 122,40 |
| ТК | Фрукты свежие[2](слива) | 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 |
| | **ИТОГО** | **805** | **26,22** | **24,00** | **120,48** | **814,25** |

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| ТК | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 233,88 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 20,00 | 40,00 |
| ТК | Кондитерское изделие [8](вафли в пром. упак.) | 15 | 0,98 | 4,20 | 9,30 | 91,00 |
| | **Итого** | **315** | **13,04** | **14,63** | **62,47** | **364,88** |

| Среда | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону[3] (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 |
| 147-04 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 96,80 |
| ТК | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25) | 95 | 14,69 | 5,57 | 3,10 | 219,50 |
| 302-17 | Каша рассыпчатая[1] (гречневая) | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 243,75 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 42,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **785** | **27,42** | **15,51** | **95,17** | **797,75** |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 743-04 | Расстегай с мясом (говядина) | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 266,90 |
| 389-17, ТК | Сок натуральный | 200 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 84,80 |
| | **Итого** | **300** | **15,7** | **35,22** | **30,01** | **343,9** |

| Четверг | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-07 | Сыр порционно[4] (Российский) | 25 | 5,80 | 7,38 | 0,00 | 90,00 |
| 137-04 | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 10,80 | 6,20 | 0,60 | 124,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной (155/5) | 160 | 12,44 | 14,71 | 24,11 | 322,95 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (слива) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **780** | **37,21** | **32,57** | **83,96** | **843,05** |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 406-17 | Пирожок печеный с печенью | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 280,00 |
| 350-17, ТК | Кисель из плодов свежих[2] (клубника с/м) | 200 | 0,13 | 24,50 | 0,04 | 77,00 |
| | **Итого** | **300** | **16,47** | **10,72** | **48,15** | **364,80** |
| | | | | | | |

| Пятница | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону[3] (салат из свежих овощей) | 60 | 1,15 | 0,90 | 3,80 | 56,00 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84,80 |
| ТК | Рыба[7], (минтай) запеченная с маслом (90/5) | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 225,60 |
| 204-04 | Картофель отварной с луком | 150 | 3,20 | 8,40 | 26,10 | 181,25 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Напиток витаминизированный[9] | 200 | 0,44 | 0,44 | 10,89 | 52,22 |
| 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 |
| | **ИТОГО** | **875** | **25,97** | **28,99** | **92,21** | **805,47** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **23484,1** | **133,76** | **510,25** | **4105,87** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **4696,81** | **26,75** | **102,05** | **821,17** |
| | **ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ** | | **23619,4** | **269,45** | **1102,11** | **8212,64** |
| | **СРЕДНЯЯ** | | **2361,9** | **26,94** | **110,21** | **821,26** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| ТК | Бутерброд с сыром | 60 | 11,90 | 16,40 | 41,60 | 183,00 |
| 382-17 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| ТК | Фрукты свежие[2] (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | **Итого** | **340** | **15,97** | **19,99** | **67,22** | **337,00** |
| | **ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ** | | **68,54** | **78,95** | **243,91** | **1760,58** |
| | **СРЕДНЯЯ за 5 дней** | | **13,71** | **15,79** | **48,78** | **352,12** |
| | **ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ** | | **131,38** | **138,35** | **533,09** | **3526,17** |
| | **СРЕДНЯЯ за 10 дней** | | **13,14** | **13,84** | **53,31** | **352,62** |