### МЕНЮ

" 01 " апреля 2024г.

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием			Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Угле воды	•	№ рец.	Цена, руб
День 1								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и							
	маслом)	150	3,82	6,49	24,31	175,4		27,46
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	26,28
	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14	9,10
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	13,21
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08		2,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты св	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК							
		530	15,32	22,10	73,21	556,98		92,44
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	9,06
	Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	18,52	11,88	16,82	244,43	268	50,46
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	20,71
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты свежие	100	0,80	0,30	9,60	44	338	13,00
ИТОГО ЗА	ОБЕД	860	29,68	28,80	115,88	796,19		107,57
полдник	Макароны отварные с сыром	150	10,29	16,65	29,44	313,29	204	23,55
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,38
ИТОГО ЗА	полдник	350	10,55	16,65	36,68	344,11		28,94
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1740	55,55	59,55	225,77	1697,28		

Ст. повар	
-----------	--

Утверждаю

МЕНЮ

" 02 "апреля 2024г.

Прием	П (	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		Цена, руб
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды		№ рец.	
День 2								, , , ,
ЗАВТРАК								
	Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	40	0,77	1,64	3,75	33,05	45	4,05
	Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	53,19
	Макаронные изделия отварные с маслом							
	(завтрак)	100	3,88	5,11	22,41	152,77	203	15,05
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,38
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44		2,69
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	500	18,96	15,33	75,03	535,21		81,73
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	82	9,79
	Салат из свеклы отварной**	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	11,10
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	30,48
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	21,89
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	6,81
ИТОГО ЗА	ОБЕД	830	25,18	20,38	121,56	772,11		100,35
полдник	Вареники ленивые отварные (с молоком							
	сгущенным) 90/20	110	10,64	7,37	21,11	200,06	218	16,13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3		13,21
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	2,35
ИТОГО ЗА	полдник	330	15,24	10,29	45,25	341,08		31,69
итого за	ДЕНЬ:	1640	59,38	56,00	241,84	1648,4		,

Ст.	повар			

## МЕНЮ

" 03 " апреля 2024г.

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием	п .	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды		№ рец.	Цена, руб
День 3								
ЗАВТРАК	Запеканка из творога (завтрак)	180	18,11	17,10	48,60	385,65	223	72,92
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	10	0,72	0,85	5,55	32,7	Н	2,91
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	4,03
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	520	21,80	18,65	85,46	557,87		94,88
ОБЕД	Суп с бобовыми (горох)	200	2,72	4,40	4,80	78	119	5,72
	Кукуруза консервированная***	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71	8,55
	Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 90/150	240	16,42	15,17	35,06	455,23	258/1	59,57
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28		9,62
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	3,02
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		2,48
ИТОГО ЗА	ОБЕД	785	25,40	20,58	99,69	792,43		88,97
полдник	Омлет с сыром	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	30,67
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	1,32
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	полдник	420	11,11	11,47	42,89	339,69		61,89
итого за	ДЕНЬ:	1725	58,31	56,70	228,04	1689,99		

Ст. повар \_\_\_\_\_

Утверждаю

МЕНЮ

" 04 " апреля 2024г.

Прием	Наименование блюда	_	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Угле воды		№ рец.	Цена, руб
День 4								
ЗАВТРАК	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак) 100/40	140	8,02	8,45	4,54	125,93	229	56,36
	Рис отварной (завтрак)	90	2,30	3,59	24,03	137,64	304	13,05
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36		15,05
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08		2,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты свеж.	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	540	17,91	15,98	87,88	564,81		100,84
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,77	4,95	12,90	89,75	88	11,13
	Зеленый горошек***	60	0,62	3,64	1,28	40,32	18	6,55
	Биточки паровые (говяж)	100	13,29	10,85	9,10	210,19	281	51,07
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)							
	(обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	11,92
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	1,32
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты свеж.	100	0,80	0,30	9,60	44	338	13,00
ИТОГО ЗА	ОБЕД	900	27,59	25,27	114,72	788,61		113,26
полдник	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным) 100/20	120	13,61	11,49	23,83	303,83	222	36,19
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	4,03
ИТОГО ЗА		320	13,81	11,49	30,85	332,27		40,22
ИТОГО ЗА	••	1740	59,95	52,80	233,15	1685,69		ĺ

## МЕНЮ

" 05 " апреля 2024г.

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием	п с	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть	5	
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды		№ рец.	Цена, руб
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,40	2,02	2,68	30,69	47	5,15
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	58,16
	Пюре картофельное (завтрак)	100	1,85	2,92	11,90	81,59	312	15,54
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК							
		590	19,25	18,83	80,19	563,6		112,14
ОБЕД								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	10,28
	Котлеты домашние	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	62,75
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	18,72
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	13,37
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12		3,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,32
ИТОГО ЗА	ОБЕД	765	26,52	32,94	102,64	800,54		109,46
полдник	Пирожки по-домашнему с картошкой	80	6,40	8,80	32,00	248	Н	20,80
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,38
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	полдник	380	7,06	9,20	49,04	325,82		39,18
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1735	52,83	56,97	231,87	1689,96		

Ст. повар	
-----------	--

Утверждаю

МЕНЮ

" 08 " апреля 2024г.

Прием	П	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды	=	№ рец.	Цена, руб
День 6								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	40	0,60	2,04	3,52	34,78	52	7,40
	Плов из свинины 40/80	120	20,64	7,44	25,56	252	265	51,12
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	13,37
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты свеж.	100	0,80	0,30	9,60	44	338	13,00
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	520	26,70	10,34	89,70	548,8		88,95
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	9,06
	Зеленый горошек консервированный***	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71	6,55
	Котлеты, биточки (особые свин/говяд) (с соусом) 100/20	120	17,39	12,93	14,10	239,67	269	51,87
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	150	5,57	6,87	34,96	227,66	203	17,98
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	15,05
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	1,32
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты свеж.	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	ОБЕД	850	29,30	24,86	119,66	784,51		116,21

полдник	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с							
	маслом)	100	3,97	5,19	20,04	145,43	173	25,70
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	15,05
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
ИТОГО ЗА Г	полдник	330	10,22	8,59	59,59	356,87		42,77
итого за д	<b>ДЕНЬ</b> :	1700	61,22	53,79	248,95	1690,18		

Ст. повар \_\_\_\_\_

Утверждаю

МЕНЮ

" 09 " апреля 2024г.

Возрастная категория от 7 до 11 лет

П	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
наименование олюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды		№ рец.	Цена, руб
Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	59,22
Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	10,22
Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	15,05
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	3,14
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	1,91
ЗАВТРАК	500	26,57	18,36	74,79	564,94		89,53
0	202	0.00	5.04	40.70	100.01	404	47.70
<u> </u>	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104	47,73
Рыоа, тушенная в томате с овощами (минтаи или хек) 100/60	160	10,13	10,07	6,81	158,22	229	56,58
Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	23,85
Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	13,37
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
ОБЕД	740	25,04	22,25	114,74	728,72		145,59
Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	Н	15,60
Кисломолочный продукт	150	6,75	3,75	9,00	90	386-3	13,65
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		9,49	10,87	40,94	341,6		42,25
ДЕНЬ:	1550	61,10	52,48	230,47	1635,26		
			·				
	Рагу из овощей (завтрак) Какао с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной ЗАВТРАК  Суп картофельный с мясными фрикадельками Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60 Рис отварной (обед) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной ОБЕД Духовые пирожки с смородиной Кисломолочный продукт Фрукты св, (яблоко)*	Наименование блюда           Птица тушеная в соусе (завтрак)         100           Рагу из овощей (завтрак)         130           Какао с молоком         200           Хлеб пшеничный         40           Хлеб ржаной         30           ЗАВТРАК         500           Суп картофельный с мясными фрикадельками         200           Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60         160           Рис отварной (обед)         180           Компот из сухофруктов         200           Хлеб пшеничный         40           Хлеб ржаной         20           ОБЕД         740           Духовые пирожки с смородиной         60           Кисломолочный продукт         150           Фрукты св, (яблоко)*         100           ПОЛДНИК         310	Наименование олюда         Белки           Птица тушеная в соусе (завтрак)         100         15,95           Рагу из овощей (завтрак)         130         2,17           Какао с молоком         200         3,88           Хлеб пшеничный         40         3,16           Хлеб ржаной         30         1,41           ЗАВТРАК         500         26,57           Суп картофельный с мясными фрикадельками         200         6,28           Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60         160         10,13           Рис отварной (обед)         180         4,37           Компот из сухофруктов         200         0,16           Хлеб пшеничный         40         3,16           Хлеб ржаной         20         0,94           ОБЕД         740         25,04           Духовые пирожки с смородиной         60         2,34           Кисломолочный продукт         150         6,75           Фрукты св, (яблоко)*         100         0,40           ПОЛДНИК         310         9,49	Птица тушеная в соусе (завтрак) Птица тушеная в соусе (завтрак) Птица тушеная в соусе (завтрак)  Какао с молоком  200  3,88  3,10  Хлеб пшеничный  40  3,16  0,40  Хлеб ржаной  30  1,41  0,21  ЗАВТРАК  500  26,57  18,36  Суп картофельный с мясными фрикадельками или хек) 100/60  Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60  Рис отварной (обед)  Компот из сухофруктов  Хлеб ржаной  40  3,16  0,40  Хлеб ржаной  60  2,34  6,72  Кисломолочный продукт  фрукты св, (яблоко)*  100  0,40  0,40  ПОЛДНИК  310  9,49  10,87	Птица тушеная в соусе (завтрак)   100   15,95   11,11   3,38     Рагу из овощей (завтрак)   130   2,17   3,54   12,09     Какао с молоком   200   3,88   3,10   25,06     Хлеб пшеничный   40   3,16   0,40   19,32     Хлеб ржаной   30   1,41   0,21   14,94     ЗАВТРАК   500   26,57   18,36   74,79     Суп картофельный с мясными фрикадельками   200   6,28   5,04   18,72     Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60   160   10,13   10,07   6,81     Рис отварной (обед)   180   4,37   6,44   44,03     Компот из сухофруктов   200   0,16   0,16   15,90     Хлеб пшеничный   40   3,16   0,40   19,32     Хлеб ржаной   20   0,94   0,14   9,96     ОБЕД   740   25,04   22,25   114,74     Духовые пирожки с смородиной   60   2,34   6,72   22,14     Кисломолочный продукт   150   6,75   3,75   9,00     Фрукты св. (яблоко)*   100   0,40   0,40   9,80     ПОЛДНИК   310   9,49   10,87   40,94	Птица тушеная в соусе (завтрак)   100   15,95   11,11   3,38   177,95     Рагу из овощей (завтрак)   130   2,17   3,54   12,09   89,99     Какао с молоком   200   3,88   3,10   25,06   147,36     Хлеб пшеничный   40   3,16   0,40   19,32   85,44     Хлеб ржаной   30   1,41   0,21   14,94   64,2     ЗАВТРАК   500   26,57   18,36   74,79   564,94     Суп картофельный с мясными фрикадельками   200   6,28   5,04   18,72   126,34     Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60   160   10,13   10,07   6,81   158,22     Рис отварной (обед)   180   4,37   6,44   44,03   251,64     Компот из сухофруктов   200   0,16   0,16   15,90   64,28     Хлеб пшеничный   40   3,16   0,40   19,32   85,44     Хлеб ржаной   20   0,94   0,14   9,96   42,8     ОБЕД   740   25,04   22,25   114,74   728,72     Духовые пирожки с смородиной   60   2,34   6,72   22,14   204,6     Кисломолочный продукт   150   6,75   3,75   9,00   90     Фрукты св. (яблоко)*   100   0,40   0,40   9,80   47     ПОЛДНИК   310   9,49   10,87   40,94   341,6	Наименование олюда         Белки         Жиры         Угле воды         № рец.           Птица тушеная в соусе (завтрак)         100         15,95         11,11         3,38         177,95         290           Рагу из овощей (завтрак)         130         2,17         3,54         12,09         89,99         143           Какао с молоком         200         3,88         3,10         25,06         147,36         382           Хлеб пшеничный         40         3,16         0,40         19,32         85,44         H           Хлеб ржаной         30         1,41         0,21         14,94         64,2         H           ЗАВТРАК         500         26,57         18,36         74,79         564,94           Суп картофельный с мясными фрикадельками         200         6,28         5,04         18,72         126,34         104           Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60         160         10,13         10,07         6,81         158,22         229           Рис отварной (обед)         180         4,37         6,44         44,03         251,64         304           Компот из сухофруктов         200         0,16         0,16         15,90         64,28 <td< td=""></td<>

Ст. повар \_\_\_\_\_

МЕНЮ

" 10 " апреля 2024г.

Прием		Bec	Пи	щевые веі	цества	Энер. цен-ть		
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды	_	№ рец.	Цена, руб
День 8								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с ма	220	9,7	11,51	40,83	305,69	173	30,72
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,9	0	72,8	15	25,16
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0	7,24	30,82	376	5,38
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	42,72	Н	1,32
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,2	0,4	20	108	Н	17,75
итого за	ЗАВТРАК	500	19,38	18,01	77,73	560,03		80,34
ОБЕД	Суп картофельный	200	2,02	2,38	15,88	93,38	97	12,09
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	39,58
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	210	5,44	5,63	27,01	165,71	321	32,26
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	8,90
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	64,08	Н	2,02
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	2,48
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,2	0,4	20	108	Н	17,75
итого за	ОБЕД	780	25,46	26,87	107,39	792,02		115,08
полдник	Омлет натуральный	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	35,85
	Чай с сахаром	200	0,2	0	7,02	28,44	376	4,03
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	85,44	Н	2,69
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	47	338	13,00

ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	440	11,89	11,67	39,37	326,41	56,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1720	56,73	56,55	224,49	1678,46	

Ст. повар \_\_\_\_\_

Утверждаю

## МЕНЮ

" 11 "апреля 2024г.

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием	П	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
пищи	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле воды		№ рец.	Цена, руб
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	73-1	9,64
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	113,90
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	13,21
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	6,81
	Фукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	338	13,00
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	560	19,66	21,39	73,55	577,9		158,59
ОБЕД	Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	81	10,82
	Морковь тушеная с луком	60	0,74	0,05	12,29	49,02	62	5,14
	Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	53,19
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	11,92
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,62
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	2,48
ИТОГО ЗА	ОБЕД	790	24,92	18,20	130,32	785,92		95,86
полдник	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком							
	сгущенным)	120	13,61	11,49	23,83	303,83		36,19
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9		5,38
ИТОГО ЗА	полдник	320	13,75	11,49	34,01	344,73		41,58
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1650	58,33	52,08	237,88	1708,55		

Cт.	повар	 	

Утверждаю

МЕНЮ

" 12 " апреля 2024г.

Прием	П	Bec	Пи	щевые ве	щества	Энер. цен-ть		
и пищи	Наименование блюда	блюда		Жиры	Угле воды	•	№ рец.	Цена, руб
День 10								
ЗАВТРАК								
	Кукуруза консервированная***	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	4,37
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	82,75
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	7,95
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,38
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	1,91
итого за	А ЗАВТРАК	510	24,62	21,63	83,23	574,4		105,06
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	10,10
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	6,55
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	58,16
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	15,72
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	15,05
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69

итого за	ДЕНЬ:	1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		
ИТОГО ЗА	полдник	415	8,70	8,64	60,89	348,15		18,69
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,90
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	2,69
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	4,03
полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	8,07
ИТОГО ЗА	ОБЕД	870	25,36	27,00	113,45	736,6		122,65
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37

Ст. повар \_\_\_\_\_

# Накопительная ведомость 7-11 лет по Б.Ж.У. Ккал

	Б	Ж	У	Ккал
1 день	55,55	59,55	225,77	1697,28
2 день	59,38	56	241,84	1648,4
3 день	58,31	56,7	228,04	1689,99
4 день	59,95	52,8	233,15	1685,69
5 день	52,83	56,97	231,87	1689,96
6 день	56,73	56,55	224,49	1678,46
7 день	61,22	53,79	248,95	1690,18
8 день	61,1	52,48	230,47	1635,26
9 день	58,33	52,08	237,88	1708,55
10 день	58,68	57,27	257,57	1659,15
период	582,08	554,19	2360,03	16782,92
Среднее значение	58,21	55,42	236,00	1678,29
Норма БЖУ Ккал по СанПин	1 2.3/2.4.3590	-20		
	46,2-57-8	47,7-59,3	201-251,3	1410-1762,5

	Завтрак Обед		Полдник	Итого				
1 день	556,98	796,19	344,11	1697,28				
2 день	535,21	772,11	341,08	1648,4				
3 день	557,87	792,43	339,69	1689,99				
4 день	564,81	788,61	332,27	1685,69				
5 день	563,6	800,54	325,82	1689,96				
6 день	560,03	792,02	326,41	1678,46				
7 день	548,8	784,51	356,87	1690,18				
8 день	564,94	728,72	341,6	1635,26				
9 день	577,9	785,92	344,73	1708,55				
10 день	574,4	736,6	348,15	1659,15				
Итого	5604,54	7777,65	3400,73	16782,92				
Итого среднее	560,45	777,77	340,07	1678,29				
Энергетическая ценность по нормам СанПин 2.3/2.4.3590-20								
	Завтрак	Обед	Полдник	Итого				
	20-25%	30-35%	10-15%	60-75%				
	470-587	705-822	235-352	1410-1762,5				

Разработчик	Лысенко	И.И.

Анализ фактического выполнения рекомендуемых среднесуточных наборов пищевых продуктов и выполнения 60-75% натуральных норм питания в школах Усть-Лабинского района, возраст 7-11 лет, горячие завтраки, обеды и полдники

		Ekonax 7 CTB-71a0vinckoro paviona, Bospaci 7-11.			,		p a ,	· · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	сред	60-75%
Хлеб ржан.											0	
Хлеб пшен.											0	
Мука											0,00	
Крупы, бобовые											0	
Макаронные изд											0	
Картофель											0	
Овощи											0	
Фрукты											0	
Сухофрукты											0	
Сок											0	
Мясо											0	
Субпрод.(печень)											0	
Птица											0	
Рыба											0	
Молоко											0	
Кисломол.											0	
Творог											0	
Сыр											0	
Сметана											0	
Масло слив.											0	
Масло раст.											0	
Яйцо											0	
Caxap											0	
Конд.изд.											0	
Чай											0	
Какао											0	
Коф.напиток											0	
Дрожжи хлебопек											0	
Крахмал											0	
Соль йодиров.											0	
Специи											0	