День: первый Неделя :первая Сезон : весна-лето

Возрастная категория : с 7-11лет

№ 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 1 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 8 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 ОБЕД 100 355,63 0,88 0,11 8 ОБЕД 100 23,54 1,21 0,22 (помидоры) 200 123,51 4,05 3,39 Изделиями 250 123,51 4,05 3,39 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 Пром. вып		Наименование блюда	Выход	Энергет	Пи	Пищевые вещества г.		
В ккал 1 2 3 4 5 6 ЗАВТРАК 195/5 250,44 6,11 10,72 № 181 Каша молочная из манной крупы с маслом 195/5 250,44 6,11 10,72 № 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 0 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 0 Пром. вып Хлеб пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 (помидоры) Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 № 103 Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 № 278, № Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700	цептуры		порции	ическая				
№ 11 2 3 4 5 6 ЗАВТРАК 1 3 4 5 6 № 181 Каша молочная из манной крупы с маслом 195/5 250,44 6,11 10,72 3 № 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 1 Пром. вып Алељ сины свежие 100 41,7 0,99 0,22 8 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 2 Пром. вып Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напи				ценност ь				
1 2 3 4 5 6 ЗАВТРАК 195/5 250,44 6,11 10,72 № 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 1 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 8 Пром. вып Хлеб пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 9 Пром. вып ОБЕД 100 23,54 1,21 0,22 0 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 0 Пром. вып Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 № 103 Суп картофельные пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 1 № 700 Напиток клюквенный				в ккал				
ЗАВТРАК № 181 Каша молочная из манной крупы с маслом 195/5 250,44 6,11 10,72 3 № 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 1 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 1 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 1 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 (помидоры) Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 № 103 Суп картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200					Б	Ж	У	
№ 181 Каша молочная из манной крупы с маслом 195/5 250,44 6,11 10,72 3 № 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 1 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 8 Пром. вып Хлеб пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 Пром. вып ОБЕД 100 23,54 1,21 0,22 2 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 2 (помидоры) Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 № 103 Суп картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00	1	2	3	4	5	6	7	
№ 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 0 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 8 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 Пром. вып ОБЕД 100 23,54 1,21 0,22 4 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 4 Пром. вып Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 № 278, № Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 1		ЗАВТРАК						
№ 15 Сыр порциями 15 59,06 3,83 4,86 0 № 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 ВПром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 ВИТОГО за обед 100 23,54 1,21 0,22 СПром. вып Овеци натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 СПром. вып Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 Пром. вып Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 278, № 100 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20	181	Каша молочная из манной крупы с	195/5	250,44	6,11	10,72	32,38	
№ 376 Чай с сахаром 200 66,5 0,08 0,02 Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 В Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 Пром. вып ОБЕД Пром. вып Обед 100 23,54 1,21 0,22 (помидоры) Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 132 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 131 № 700 Напиток клюквенный 50 128,63 4,35 0,55 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный	•	маслом						
Пром. вып Апельсины свежие 100 41,7 0,99 0,22 8 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 Пром. вып Овощи натуральные свежие 100 23,54 1,21 0,22 4 Пром. вып Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 № 103 Суп картофельный с макаронными 250 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 50 128,63 4,35 0,55	15	Сыр порциями	15	59,06	3,83	4,86	0,00	
Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 Пром. вып Овощи натуральные свежие (помидоры) 100 23,54 1,21 0,22 4 № 103 Суп картофельный с макаронными изделиями 250 123,51 4,05 3,39 1 № 312 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 3 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,2	376	Чай с сахаром	200	66,5	0,08	0,02	16,50	
Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 1 Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 8 Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 Пром. вып Овощи натуральные свежие (помидоры) 100 23,54 1,21 0,22 4 № 103 Суп картофельный с макаронными изделиями 250 123,51 4,05 3,39 1 № 212 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 3 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 1 ИТОГО за обед ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,3	ОМ. ВЫП	Апельсины свежие	100	41,7	0,99	0,22	8,94	
Пром. вып Зефир 100 355,63 0,88 0,11 Могото за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 ОБЕД Пром. вып Овощи натуральные свежие (помидоры) 23,54 1,21 0,22 (помидоры) 250 123,51 4,05 3,39 1 0,22 1 0,022 1 0,000 1 1,000 1,00	ом. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57	
Итого за завтрак 695 958,36 18,42 16,88 1 Пром. вып Овощи натуральные свежие (помидоры) 100 23,54 1,21 0,22 2 № 103 Суп картофельный с макаронными изделиями 250 123,51 4,05 3,39 1 № 312 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 1 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 1 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	ОМ. ВЫП	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02	
ОБЕД Пром. вып Овощи натуральные свежие (помидоры) 100 23,54 1,21 0,22 2 (помидоры) 2 (помидоры) 123,51 4,05 3,39 1 (помидоры) 3 (помидоры) 1 (помид	ОМ. ВЫП	Зефир	100	355,63	0,88	0,11	87,78	
Пром. вып Овощи натуральные свежие (помидоры) № 103 Суп картофельный с макаронными изделиями №312 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 Дром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 Дром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33		Итого за завтрак	695	958,36	18,42	16,88	183,19	
№ 103 Суп картофельный с макаронными изделиями 250 123,51 4,05 3,39 1 № 312 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 1 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 1 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1		ОБЕД						
№ 103 Суп картофельный с макаронными 250 123,51 4,05 3,39 1 мзделиями 250 150,88 3,37 5,28 278, № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 110 м. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	ОМ. ВЫП	Овощи натуральные свежие	100	23,54	1,21	0,22	4,18	
изделиями №312 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 1 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 1 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1		(помидоры)						
№ 312 Картофельное пюре 150 150,88 3,37 5,28 2 № 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 1 331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 1 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	103	Суп картофельный с макаронными	250	123,51	4,05	3,39	19,20	
№ 278, № Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 131 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 110,00 Идентичный 50 128,63 4,35 0,55 110,00 Идентичный 20 37,54 1,45 0,26 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	•	изделиями						
331 № 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 7 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	312	Картофельное пюре	150	150,88	3,37	5,28	22,47	
№ 700 Напиток клюквенный 200 110,00 0,22 0,00 2 Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 7 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	278, №	Тефтели 1-й вар. с соусом	110	166,23	8,61	9,63	11,28	
Пром. вып Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 2 Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 7 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	1							
Пром. вып Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 7 ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	700	Напиток клюквенный	200	110,00	0,22	0,00	27,28	
ИТОГО за обед 880 740,33 23,26 19,33 1	ОМ. ВЫП	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57	
			20	37,54	1,45	0,26	7,35	
		ИТОГО за обед	880	740,33	23,26	19,33	118,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ 1698,69 41,68 36,21 3		ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1698,69	41,68		301,52	

День: второй Неделя :первая Сезон : весна-лето Возрастная категория : с 7-11 лет

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 173	Каша вязкая молочная из пшеничной	195/5	342,53	9,50	12,17	48,75
	крупы					
№ 377	Чай с лимоном и с сахаром	178/15/7	67,62	0,14	0,02	16,72
№ 14	Масло сливочное	10	72,74	0,09	7,98	0,14
№ 15	Сыр порциями	15	59,06	3,83	4,86	0,00
Пром. вып	Яблоки свежие	100	48,84	0,44	0,44	10,78
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за завтрак:	595	756,96	19,8	26,28	110,31
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09
№ 83	Борщ с картофелем	250	124,51	3,32	5,79	14,78
№ 304	Рис отварной	150	230,67	4,02	5,91	40,35
№ 234	Котлеты или биточки рыбные с	100/10	280,61	14,30	17,01	17,58
	маслом					
№342	Компот из вишни	200	125,18	0,44	0,22	30,36
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за обед	890	958,43	29,38	29,99	142,75
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1715,39	49,18	56,27	253,06

День: третий Неделя :первая Сезон : весна-лето

Возрастная категория: с 7-11 лет

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 215	Омлет	150/15	388,0	18,71	32,64	4,85
№ 378	Чай с молоком и с сахаром	135/50/15	90,05	1,67	1,49	17,49
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
№ 15	Сыр порциями	15	59,06	3,83	4,86	0,00
№ 14	Масло сливочное	10	72,74	0,09	7,98	0,14
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
Пром. вып	Груши свежие	100	50,05	0,44	0,33	11,33
-	ИТОГО за завтрак	560	826,07	30,54	48,11	67,73
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие	100	23,54	1,21	0,22	4,18
	(помидоры)					
№ 95	Рассольник домашний	250	122,27	3,40	5,87	13,96
№ 203	Макароны отварные	150	215,24	6,00	6,36	33,50
№ 315, №	Голубец ленивый	120	180,25	11,67	7,49	16,54
373						
№ 388	Напиток из плодов шиповника	200	97,02	0,74	0,30	22,84
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за обед	900	823,35	29,55	21,19	128,61
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1649,42	60,09	69,3	196,34

День: четвертый Неделя: первая Сезон: весна-лето

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 3	Хлеб пшеничный с сыром, маслом	30/15/5	150,08	2,60	8,24	16,38
	сливочным					
№ 174	Каша вязкая молочная из ячневой	195/5	185,42	4,83	4,62	31,13
	крупы с маслом					
№ 376	Чай с сахаром	200	66,5	0,08	0,02	16,50
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
Пром. вып	Яблоки свежие	100	48,84	0,44	0,44	10,78
_	ИТОГО за завтрак:	580	507,24	10,13	13,72	85,81
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09
№ 113	Борщ украинский	250	138,49	3,08	6,05	17,93
№312	Картофельное пюре	150	150,88	3,37	5,28	22,47
№268	Котлеты, биточки, шницели мясные	110	375,18	18,15	26,62	15,75
№ 700	Напиток клюквенный	200	110,00	0,22	0,00	27,28
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за обед	880	953,15	31,39	38,87	119,44
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1460,39	41,52	52,59	205,25

День: пятый Неделя :первая Сезон : весна-лето

Возрастная категория: с 7-11 лет

Bospacinani	атегории . С 7-11 лет					
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 223	Запеканка из творога с повидлом	180	288,93	25,47	17,33	7,77
№ 382	Какао с молоком	200	130,33	4,49	3,89	19,34
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
Пром. вып	Апельсины свежие	100	41,7	0,99	0,22	8,94
	ИТОГО за завтрак	560	645,99	37,48	22,39	73,64
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	23,54	1,21	0,22	4,18
№ 88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	94,41	2,65	5,45	8,69
№ 302	Каша рассыпчатая гречневая	150	268,10	9,45	6,70	42,50
№ 260	Гуляш (свинина)	100	338,61	11,70	31,01	3,18
№ 349	Компот из смеси сухофруктов	200	144,66	0,73	0,10	35,21
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГ за обед	870	1035,49	31,54	44,29	127,68
	ИТОГ ЗА ДЕНЬ		1681,48	69,02	66,68	201,32
•						

День: шестой Неделя :первая Сезон : весна-лето

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 173	Каша вязкая молочная из пшенной	195/5	224,98	6,05	6,90	34,67
	крупы					
Пром. вып	Сок апельсиновый	200	124,30	1,54	0,22	29,04
№ 3	Хлеб пшеничный с сыром, маслом сливочным	30/15/5	150,08	2,60	8,24	16,38
Пром. вып	Яблоки свежие	100	48,84	0,44	0,44	10,78
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за завтрак	580	604,6	12,81	16,2	101,89
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09
№ 108	Суп картофельный с клецками	250	143,74	3,91	5,05	20,67
№ 321	Капуста тушенная	150	123,86	3,40	5,34	15,55
№ 290	Курица тушеная в соусе	100	178,48	14,61	11,92	3,19
№ 342	Компот из вишни	200	125,18	0,44	0,22	30,36
Пром. вып	Мандарин	100	38,5	0,88	0,22	8,25
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за обед	870	788,36	29,81	23,67	114,03
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1392,96	42,62	39,87	215,92
•						

День: седьмой Неделя :вторая Сезон : весна-лето

Возрастная категория :с 7-11лет

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 173	Каша вязкая молочная из овсяной	195/5	349,5	9,94	14,78	44,18
	крупы с маслом					
№ 378	Чай с молоком и с сахаром	135/50/15	90,05	1,67	1,49	17,49
№ 3	Хлеб пшеничный с сыром, маслом	30/15/5	150,08	2,60	8,24	16,38
	сливочным					
Пром. вып	Груши свежие	100	50,05	0,44	0,33	11,33
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за завтрак	580	696,08	16,83	25,24	100,4
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие	100	23,54	1,21	0,22	4,18
	(помидоры)					
№ 95	Рассольник домашний	250	122,27	3,40	5,87	13,96
№ 291	Плов из курицы	100/150	419,23	23,30	14,39	49,13
№ 388	Напиток из плодов шиповника	200	97,02	0,74	0,30	22,84
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за обед	870	828,26	34,45	21,59	124,03
•	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1524,34	51,28	46,83	224,43

День: восьмой Неделя :вторая Сезон : весна-лето

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 183	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	195/5	308,51	9,52	13,67	36,85
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	110,5	3,48	2,94	17,53
Тром. вып	Яблоки свежие	100	48,84	0,44	0,44	10,78
№ 3	Хлеб пшеничный с сыром, маслом сливочным	30/15/5	150,08	2,60	8,24	16,38
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за завтрак	580	674,33	18,22	25,69	92,56
	ОБЕД					
Тром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09
№ 104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	104,9	2,41	3,06	16,93
№ 203	Макароны отварные	150	215,24	6,00	6,36	33,50
№268	Котлеты, биточки, шницели мясные	110	375,18	18,15	26,62	15,75
№ 348	Компот из кураги	200	125,36	0,86	0,04	30,39
Тром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
_	ИТОГО за обед	880	999,28	33,99	37	132,58
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1673,61	52,21	62,69	225,14

День: девятый Неделя :вторая Сезон : весна-лето

Возрастная категория: с 7-11 лет

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№ 120	Суп молочный с вермишелью	200	119,97	4,81	4,17	15,80
№ 377	Чай с лимоном и с сахаром	178/15/7	67,62	0,14	0,02	16,72
Пром. вып	Апельсины свежие	100	41,7	0,99	0,22	8,94
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
№ 14	Масло сливочное	10	72,74	0,09	7,98	0,14
№ 15	Сыр порциями	15	59,06	3,83	4,86	0,00
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за завтрак	605	546,12	16,39	18,2	79,19
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие	100	23,54	1,21	0,22	4,18
	(помидоры)					
№ 102	Суп гороховый	250	148,16	6,04	5,80	17,95
№ 260	Гуляш (свинина)	100	338,61	11,70	31,01	3,18
№ 312	Картофельное пюре	150	150,88	3,37	5,28	22,47
№342	Компот из вишни	200	125,18	0,44	0,22	30,36
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за обед	870	952,54	28,56	43,34	112,06
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1498,66	44,95	61,54	191,25

День: десятый Неделя: вторая Сезон: весна-лето

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК		İ			
№ 173	Каша вязкая молочная из пшенной	195/5	224,98	6,05	6,90	34,67
	крупы					
№ 382	Какао с молоком	200	130,33	4,49	3,89	19,34
№ 3	Хлеб пшеничный с сыром, маслом	30/15/5	150,08	2,60	8,24	16,38
	сливочным					
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
Пром. вып	Груша	100	50,05	0,44	0,33	11,33
Пром. вып	Яйцо отварное	40	69,30	5,61	5,06	0,33
	ИТОГО за завтрак	620	681,14	21,37	24,82	93,07
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09
№ 111	Суп лапша	250	117,86	2,62	5,58	14,29
№ 261	Рыба тушеная с овощами	100	108,77	10,75	5,45	4,18
№ 310	Картофель отварной	150	156,46	3,14	4,74	25,31
№ 376	Чай с сахаром	200	66,5	0,08	0,02	16,50
Пром. вып	Мандарин	100	38,5	0,88	0,22	8,25
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за обед	970	666,69	24,04	16,93	104,54
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1347,83	45,41	41,75	197,61

День: одиннадцатый Неделя :вторая Сезон : весна-лето

Возрастная категория: с 7-11 лет

ЗАВТРАК Омлет с сыром Кофейный напиток с молоком	165/15	405,24	20.02		
1		405.24	20.02		
Кофейный напиток с молоком		,2.	20,02	34,76	3,08
	200	110,5	3,48	2,94	17,53
Масло сливочное	10	72,74	0,09	7,98	0,14
Апельсины свежие	100	41,7	0,99	0,22	8,94
Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
ИТОГО за завтрак	570	815,21	31,11	46,85	67,28
ОБЕД					
Овощи натуральные свежие	100	23,54	1,21	0,22	4,18
Солянка домашняя	250	106,74	5,78	7,70	3,58
Каша рассыпчатая гречневая	150	268,10	9,45	6,70	42,50
Тефтели 1-й вар. с соусом	110	166,23	8,61	9,63	11,28
Компот из смеси сухофруктов	200	144,66	0,73	0,10	35,21
Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
ИТОГО за обед	880	875,44	31,58	25,16	130,67
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1690,65	62,69	72,01	197,95
	Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ИТОГО за завтрак ОБЕД Овощи натуральные свежие (помилоры) Солянка домашняя Каша рассыпчатая гречневая Тефтели 1-й вар. с соусом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный ИТОГО за обед	Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 30 ИТОГО за завтрак 570 ОБЕД 100 Овощи натуральные свежие 100 (помилоры) 250 Солянка домашняя 150 Каша рассыпчатая гречневая 150 Тефтели 1-й вар. с соусом 110 Компот из смеси сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 20 ИТОГО за обед 880	Хлеб пшеничный 50 128,63 Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 ИТОГО за завтрак 570 815,21 ОБЕД 100 23,54 (помилоры) 250 106,74 Каша рассыпчатая гречневая 150 268,10 Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 Компот из смеси сухофруктов 200 144,66 Хлеб пшеничный 50 128,63 Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 ИТОГО за обед 880 875,44	Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 ИТОГО за завтрак 570 815,21 31,11 ОБЕД 0 23,54 1,21 (помилоры) 250 106,74 5,78 Каша рассыпчатая гречневая 150 268,10 9,45 Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 Компот из смеси сухофруктов 200 144,66 0,73 Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 ИТОГО за обед 880 875,44 31,58	Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 Хлеб ржано-пшеничный 30 56,4 2,18 0,40 ИТОГО за завтрак 570 815,21 31,11 46,85 ОБЕД 0 23,54 1,21 0,22 (помилоры) 250 106,74 5,78 7,70 Каша рассыпчатая гречневая 150 268,10 9,45 6,70 Тефтели 1-й вар. с соусом 110 166,23 8,61 9,63 Компот из смеси сухофруктов 200 144,66 0,73 0,10 Хлеб пшеничный 50 128,63 4,35 0,55 Хлеб ржано-пшеничный 20 37,54 1,45 0,26 ИТОГО за обед 880 875,44 31,58 25,16

День: двенадцатый Неделя :вторая Сезон : весна-лето

Возрастная категория: с 7-11 лет

1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
№174	Каша рисовая молочная	195/5	317,46	5,28	7,70	56,76
№ 378	Чай с молоком и с сахаром	135/50/15	90,05	1,67	1,49	17,49
Пром. вып	Яблоки свежие	100	48,84	0,44	0,44	10,78
№3	Хлеб пшеничный с сыром, маслом сливочным	30/15/5	150,08	2,60	8,24	16,38
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	30	56,4	2,18	0,40	11,02
	ИТОГО за завтрак	580	662,83	12,17	18,27	112,43
	ОБЕД					
Пром. вып	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	12,43	0,77	0,11	2,09
№ 95	Суп с рыбными консервами	250	184,00	9,45	9,24	15,76
№ 203	Макароны отварные	150	215,24	6,00	6,36	33,50
№ 268	Котлеты, биточки, шницели мясные	110	375,18	18,15	26,62	15,75
№342	Компот из вишни	200	125,18	0,44	0,22	30,36
Пром. вып	Хлеб пшеничный	50	128,63	4,35	0,55	26,57
Пром. вып	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,54	1,45	0,26	7,35
	ИТОГО за обед	880	1078,2	40,61	43,36	131,38
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1741,03	52,78	61,63	243,81
	СРЕДНИЙ ЗА 12 ДНЕЙ		1589,53	51,11	55,61	221,13

Использован: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017г., г. Москва

- 1. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник./ Под. ред. В.А. Тутельян М.: ДеЛи плюс, 2012. 284 с.
- 2. Сборник технических нормативов Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. М.: ДеЛи плюс, 2016. 640с.
- 3. Сборник технических нормативов Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ под общей редакцией В.Т. Лапшиной. Издательство Хлебпродинформ, 2004

При приготовлении горячи	х блюд используется йодированная с	0ЛЬ.
Составил специалист РОО	Сарбо Е.С.	