



## «Согласовано» Директор общеобразовательной организации

# Основное (организованное)

Для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

Приём пищи 1 комплекс Неделя: День: Завтрак Яйцо варёное Фрукты свежие (апельсин)3 Хлеб ржаной Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом Сыр твёрдых сортов в нарезке (Голландский) Итого за рацион питания: Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком Наименование блюда Вес блюда, грамм 200 200 100 20 40 15 Белки 21,89 2,10 3,16 5,78 3,95 4,80 0,90 1,20 Пищевые вещества, грамм Жиры 22,32 2,68 0,60 0,20 10,65 4,00 3,99 0,20 Углеводы 80,23 31,88 9,00 0,30 0,00 8,10 15,95 6 Энергетическая ценность, Ккал 247,61 613,01 51,50 42,00 43,00 71,70 100,60 56,60 № рецептуры 54-60-2022 175-2017 379-2017 15-2017 Пром. Пром.

Неделя:

Пень:

Приём пищи	Наименование блюда	- Б	Вес блюда,			Пищевые вещества
м шищи	Наименование олюда	грамм		Белки	Белки Жиры	
-	2	S)		4	4 5	4 5 6
Завтрак	Салат зеленый с огурцами	100		1,03	1,03 6,03	
•	Гречка "по - Кубански" (говядина)	200		14,67	14,67 16,90	
1 комплекс	Чай с сахаром	200		0,20	0,20 0,00	
	Хлеб пшеничный	30		2,10	2,10 0,60	
	Хлеб ржаной	20		1,20	1,20 0,20	
	Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>	100		0,40	0,40 0,40	
	Итого за рацион питания:	650		19,60	19,60 24,13	

Неделя: День:

		Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	No nementypu
Приём пищи	Наименование блюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	one promotion
_	2	3	4	5	6	7	. 8
•						-100	15 70
Завтрак	Сыр твёрдых сортов в нарезке (Российский)1	. 15	3,48	4,43	0,00	54,00	15-2017
1 комплекс	Возлушная "Зебра" с повидлом (180/20)	200	12,29	18,44	55,35	488,76	TK № 3/7
	Чай с сауаром и пимоном	200	0,30	0,00	- 6,70	27,90	54-3rH-2022
	Violaminimi	40	2.80	0.80	20,00	95,60	Пром.
	Отпорына (мантарын)3	100	0.80	0.20	7,50	38,00	Пром.
	The second secon	555	19.67	23.87	89,55	704,26	i.

Приём пищи 1 комплекс Завтрак Фрукты свежие (груша)3 Хлеб пшеничный Омлет с морковью Кукуруза сахарная Хлеб ржаной Сок фруктовый (вишневый) Наименование блюда Вес блюда, грамм 200 100 20 30 100 Белки 14,80 2,10 0,40 2,00 1,20 1,44 Пищевые вещества, грамм Жиры 20,00 0,20 0,60 0,30 0,33 Углеводы 15,00 22,80 10,30 9,00 6,90 10,16 Энергетическая ценность, Ккал 268,00 47,00 42,00 71,70 100,40 52,16 № рецептуры 54-213-2022 54-30-2022 Пром. Пром. Пром. Пром.

Неделя:

Итого за рацион питания:

650

21,94

21,83

581,26

День:

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пнщевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	S	6	7	80
Завтрак	Огурец в нарезке4	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-23-2022
	Гратен из картофеля с рыбой (горбуша)	200	15,01	17,02	18,92	408,00	TK № 3/8
1 комплекс	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	650	23,62	21,93	72,80	701,47	
Всего за 5 дней питания:	питания:	3110	106,72	114,08	405,71	3204,40	t
Средние показа	Средние показатели за 5 дней питания:	622	21,34	22.82	81.14	640.88	

День:

Приём пищи 1 комплекс Завтрак Итого за рацион питания: Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком Каша вязкая молочная рисовая Яйцо варёное Фрукты свежие (апельсин) Наименование блюда Вес блюда, грамм 200 30 20 Белки 17,88 2,10 0,90 3,16 4,80 5,72 1,20 Пищевые вещества, грамм Жиры 18,01 0,20 0,60 2,68 10,33 4,00 Углеводы 89,25 40,90 9,00 8,10 15,00 15,95 0,30 Энергетическая ценность, База 280,00 43,00 42,00 71,70 100,60 56,60 № рецептуры 54-60-2022 379-2017 174-2017 Пром. Пром. Пром.

Неделя:

День:

	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	No negeritynti
Приём пищи		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
				-		1	T
-	2	3	4	S	6	7	Г
Завтрак	Салат зеленый с огурцами	100	1,03	6,03	2,14	68,10	
	Паста сливочная с курицей	200	13,32	15,08	35,46	324,60	
I комплекс	Сок натуральный (яблючный)6	200	1,00	00.0	20,20	84,80	
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	
	Итого за рацион питания:	550	18,65	21,91	81,80	591,20	

		Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	No parameter
Приём пищи	Наимснование блюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	we benearly bon
_	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Сыр твёрдых сортов в нарезке (Российский)	15	3,48	4,43	0,00	54,00	15-2017
	Маковая неженка с повидлом (180/20)	200	12,75	9,72	40,07	410,40	TK № 3/9
1 комплекс	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382-2017
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	83,65	Пром.
	Фрукты свежие (яблоко)3	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	550	23,16	18,79	84,95	713,65	

Неделя: День:

					1.			L.S		ф	7
Приём пищи	Неделя: День:				1 комплекс		7	Завтрак	-	присм пищи	1
	2 5	Итого за рацион питания:	Кондитерские изделия (ирис)*	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром и лимоном	Омлет с картофелем (запеченный)	Помидор в нарезке	2	MARINEHOBALINE OUTOJA	
		575	25	20	30	200	200	100	3	грамм	Вес блюда,
Пише		23,22	0,85	1,20	2,10	0,30	17,60	1,17	4	Белки	Пище
Пищевые вещести		24,12	1,95	0,20	0,60	0,00	21,20	0,17	5	Жиры	Пищевые вещества, грамм
ва, грамм		72,83	23,30	9,00	15,00	6,70	15,00	3,83	6	Углеводы	ва, грамм
		660,93	120,00	42,00	71,70	27,90	378,00	21,33	7	ценность, Ккал	Энергетическая
		i	Пром.	Пром.	Пром.	54-3гн-2022	345-2004	. 54-33-2022	œ		№ рецептуры

Unanananan Kanan

Вес блюда,

Энергетическая

	панменование олюда	грамм	,	*		-
			Белки	٠,	Жиры	Киры Углеводы
_	2	3	4		S	5 6
Завтрак	Закуска из моркови	100	0,90		8,20	8,20 4,80
	Плов из говядины	200	15,30		14,70	14,70 38,60
	Чай с сахаром	180	0,18		0,00	0,00 5,85
1 комплекс	Хлеб пшеничный	30	2,10		0,60	0,60 15,00
	Хлеб ржаной	20	1,20		0,20	0,20 9,00
	Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup>	100	0,80		0,20	0,20 7,50
	Итого за рацион питания:	630	20,48	2	23,90	3,90 80,75

Средние показатели за цикл питания (10 дней):

600,5 6005

21,01

22,08

210,10 20,68 103,39

220,80 21,35 106,73

815,29 81,53

81,92 409,58

654,66 6477,70 647,77

3273,30

2895 579

Всего за цикл питания (10 дней): Средние показатели за 5 дней питания: Всего за 5 дней питания:

- 1 замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименованияс соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4-выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствни с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с
- 7 приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

Приём пищи Завтрак Сыр твёрдых сортов в нарезке (Голландский) Итого за рацион питания: Фрукты свежие (апельсин)<sup>3</sup> Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком Плов с сухофруктами Наименование блюда Вес блюда, грамм 200 30 20 100 200 Белки 18,51 0,90 2,10 3,16 3,95 7,20 1,20 Пищевые вещества, грамм Жиры 2,68 3,99 13,02 0,60 0,20 0,20 Un Углеводы 93,31 0,00 15,00 15,95 9,00 8,10 Энергетическая ценность, Ккал 326,46 100,60 635,26 43,00 42,00 71,70 51,50 № рецептуры 379-2017 TicNe0/17 15-2017 Пром. Пром. Пром.

Неделя:

День:

	605,60	79,79	21,45	22,27	700	Итого за рацион питания:	
Пром.	47,00	9,80	0,40	0,40	100	Фрукты свежие (яблоко)3	
Пром.	42,00	9,00	0,20 .	1,20	20	Хлеб ржаной	
Пром.	71,70	15,00	0,60	2,10	30	Хлеб пшеничный	
54-2гн-2022	26,80	6,50	0,00	0,20	200	Чай с сахаром	
Tk №85 HOB	350,00	37,35	14,22	17,34	250	Говядина, запеченная с макаронами и сыром	
18-2017	68,10	2,14	6,03	1,03	100	Салат зеленый с огурцами	Завтрак
8	7	6	S	4	3	2	-
		Углеводы	Жиры	Белки	1		
№ рецептуры	Энергетическая	ва, грамм	Пищевые вещества, грамм	Пище	Вес блюда,	Наименование блюда	Приём пищи

15-2017	54,00	0,00	4,43	3,48	15	Сыр твёрдых сортов в нарезке (Российский)	Завтрак
∞	7	6	5	4	3	2	1
	4	Углеводы	Жиры	Белки	ı pamını		
№ рецептуры	Энергетическая	ва, грамм	Пищевые вещества, грамм	Пище	Вес блюда,	Наименование блюда	Приём пиши

Итого за рацион питания: 575 21,13 22,93 94,27	Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup> 100 0,80 0,20 7,50	Хлеб пшеничный 40 2,80 0,80 20,00	Чай с сахаром и лимоном     200     0,30     0,00     6,70	Сырники творожные со сгущенным молоком (200/20) 220 13,75 17,50 60,07
700,50	38,00	95,60	27,90	485,00
	Пром.	Пром.	54-3гн-2022	TK № C/11

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
_	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,16	52,16	54-213-2022
	Омлет с помидорами	200	15,24	18,14	9,63	262,74	№417-22
	Сок фруктовый (вишневый)	200	1,44	0,40	22,80	100,40	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (груша)3	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	650	22,38	19,97	76,89	576,00	1

694.60	94,14	22,91	22,41	690	Итого за рацион питания:	
47,00	9,80	0,40	0,40	100	Фрукты свежие (яблоко)3	
42,00	9,00	0,20	1,20	20	Хлеб ржаной	
71,70	15,00	0,60	2,10	30	Хлеб пшеничный	
118,60	17,58	3,54	4,08	200	Какао с молоком	
401,13	40,26	18,00	13,80	240	Вок с рыбой и овощами	,
14,17	2,50	0,17	0,83	100	Огурец в нарезке	Завтрак
7	6	5	4	3	2	1
	Углеводы	Жиры	Белки			
Энергетическая ценность, Ккал	ва, грамм	Пищевые вещества, грамм	Пище	Вес блюда, грамм	Наименование блюда	Приём пищи

Всего за 5 дней питания:	питания:	3180	106,70	107,95	438,40	3211,96	
редние показа	Средние показатели за 5 дней питания:	636	21,34	21,59	87,68	642,39	
Неделя:	2						
День:	1						
Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	
<b>=</b>	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Яйно варёное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	54-60-2022
1	Запеканка со свежими плодами	220	7,29	10,98	46,00	297,50	Ne395
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	100,60	379-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	610	19,45	18,66	94,35	611,40	1

Неделя: День:	2						
	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	Vo репештуры
Приём пищи		грамм	Белки	ндиж	Углеводы	ценность, Ккал	
1	2	3	4	5	6	7.	8
Завтрак	Салат зеленый с огурцами4	100	1,03	6,03	2,14	68,10	18-2017
	Птица с крупой пшеничной и овощами из духовки	200	16,61	16,04	31,93	344,70	TK/10
	Сок натуральный (яблочный)6	200	1,00	0,00	20,20	84,80	. Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	550	21,94	22,87	78,27	611,30	

Неделя: День:

wN

	Прием пищи	
	наименование олюда	
	грамм	Вес блюда,
Белки		Пище
Жиры		евые вещества, грамм
Углеводы		ва, грамм
	ценность, Ккал	Энергетическая
		№ рецептуры

						Завтрак	1
Итого за рацион питания:	Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>	Хлеб пшеничный	Какао с молоком	Яйцо варёное	Вареники ленивые со сгущенным молоком (190/20)	Сыр твёрдых сортов в нарезке (Российский)	2.
600	100	35	200	40	210	15	3
22,56	0,40	2,45	4,08	4,80	7,35	3,48	4
23,07	0,40	0,70	3,54	4,00	10,00	4,43	5
95,01	9,80	17,50	17,58	0,30	49,83	0,00	6
713,85	47,00	83,65	118,60	56,60	354,00	54,00	7
	Пром.	Пром.	382-2017	54-60-2022	Tk Ne5	15-2017	8

AN

цевые вещества
Белки Жиры Углеводы 4 5 6
жиры Углеводы
углеводы 6

				20000	CALLY CLIENCE CONTRACTOR	
71,70	15,00	0,60	2,10	30	Хлеб пленичный	
24,12	5,85	0,00	0,18	180	Чай с сахаром	
347,00	38,00	14,45	16,03	220	Азу из говядины с картофелем	
189,50	4,80	8,20	0,90	100	Закуска из моркови	Завтрак
	6	Un.	4	3	2	_
ценност	Углеводы	Жиры	Белки	грамм		Ser.
Энергетическая	ва, грамм	Пищевые вещества, грамм	Пище	Вес блюда,	Наименование блюда	Приём пищи

C1000000000000000000000000000000000000	AND A COUNTY OF THE PROPERTY OF THE PARTY OF	CONTRACTOR STREET, STR	Agreement of the Indonesia of the Personal	The second line and the second line is not a second line in the second line in the second line is not a second line in the second line is not a second line in the second line is not a second line in the second line is not a second line in the second line is not a second line in the second line is not a second line in the second line is not a s		
Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
Итого за рацион питания:	650	21,21	23,65	80,15	712,32	
		The second second	CO. Committee of Committee of Co.	A COLUMN TO SERVICE STATE OF THE SECOND SECO		
Всего за 5 дней питания:	2995	107 53				
Средние показатели за 5 дней питания:	599	10/,55	110,38	430,15	3290,00	
Всего за цикл питания (10 дней):		21,51	110,38	430,15 86,03	3290,00 658,00	
	6175	21,51	110,38 22,08 218,32	430,15 86,03 868,55	3290,00 658,00 6501,96	

### (ДОПУСКАЕТ

- 1 замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименованияс соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3 выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4 выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с приготовление блюда из любых сущеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7- приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

Возрастная категория питающихся: 12+ лет

Неделя: День:

Приём пипи	Наименование блюла	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая
прием пищи	паименование олюда	грамм	Белки	Жиры	Угл	Углеводы
1	2	3	4	5		6
Обед	Огурец в нарезке4	100	0,83	0,17	N)	2,50
	Борщ "Кубанский" с фасолью	250	3,90	4,30	1	16,00
	Нагетсы куриные	100	5,47	7,55	Liv	31,82
1 комплекс	Макароны отварные с сыром (Российский)	180	12,18	14,33		30,70
	Компот из вишни	200	0,30	0,10		10,30
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80		20,00
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20		9,00
	Фрукты свежие (груша)³	100	0,40	0,30		10,30
	Итого за рацион питания:	990	27,08	27,75		130,62

Неделя:

День. 2  Вес блюда, Пищевые вещества, грамм Энери	The state of the s				
	Энерго	Пищевые вещества, грамм	Вес блюда,	Пашананана	
					День. 2

1	904,19	114,64	30,00	32,45	930	Итого за рацион питания:	
Пром.	48,00	5,69	2,66	0,32	15	Кондитерские изделия (вафли) <sup>8</sup>	
Пром.	42,00	9,00	0,20	1,20	20	Хлеб ржаной	
Пром.	95,60	20,00	0,80	2,80	40	Хлеб пшеничный	
TK №3/12	73,89	18,78	0,10	0,10	200	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	
634-2022	217,80	28,98	5,93	3,66	180	Картофель отварной с зеленью	
TK № O/16	223,70	7,95	13,42	13,86	. 100	Котлета "Дружба" (рыба, птица) <sup>9</sup>	I комплекс
137-2004	181,87	20,41	6,72	9,34	275	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)	
54-33-2022	21,33	3,83	0,17	1,17	100	Помидор в нарезке4	Obed
8	7	6	5	4	3	2	1
are beneated box	ценность, Ккал	Углеводы	Жиры	Белки	грамм	папменование олюда	прнем пищи
No nemen	Энергетическая	е вещества, грамм	вые вещест	Пищевы	Вес блюда,	Hamman Smar	T

Неделя:

День:

			-				
1	Потражения блина	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
прием пищи	Панменование очюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
1	2	3	4	O1	6	7	8
O6eò	Салат из свежих помидоров <sup>4</sup>	100	1,10	6,12	4,57	77,69	23-2017
	Борщ с картофелем и капустой	250	2,00	5,20	13,10	106,00	110-2004
I комплекс	Птица, тушеная в сметанном соусе (60/60)	120	13,90	9,40	4,61	200,28	594-2022
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,95	7,56	43,20	280,44	54-4r-2023
	Сок натуральный (яблочный)6	200	1,00	00,00	20,20	84,80	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	910	31,95	29,28	114,68	886,81	ï

Неделя:

1 комплекс

Биточки (говядина)

Суп гороховый

Картофельное пюре

200

0,10 6,24 14,40 5,02

20,00

40

1,00 2,80 1,20 0,85

0,80 0,20 1,95

9,00

120,00 42,00 95,60 66,90

180

250 100

15,90

5,30

3,84

23,76 15,70

167,28

54-2xH-2022 54-11r-2022

Пром. Пром. Пром.

16,00 19,90

146,00 261,00

54-8c-2022 451-2004

Хлеб пшеничный Компот из кураги<sup>5</sup>

Хлеб ржаной

Кондитерские изделия (ирис)<sup>8</sup>

Итого за рацион питания:

32,20

31,96

134,12 23,30

1							
Поиём пиши	Наименование блюта	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	OWS.	Энергетическая	№ рецептуры
присм шищи	AARTIN VALOR CONTROL CONTROL	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	
р <b>а</b>	2	3	4	5	6	7	8
06eò	Салат из белокочанной капусты с морковью <sup>4</sup>	100	1,31	3,25	6,46	60,40	45-2017

Неделя:

День:

3							
		Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	No nomentunt
Приём пищи	Наименование олюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	as betterny bon
<b>-</b>	2	3	4	5	6	7	8
06ed	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189,50	Пром.
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	107,25	96-2017
1 комплекс	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	231,43	347-2018
	Каша рассыпчатая пшеничная	180	7,58	5,40	46,62	265,50	302-2017
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	38,25	54-5xH-2022
, 4	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	870	28,67	30,88	113,68	969,53	ı

Неделя:

Средние показатели за 5 дней питания:

4615 923

152,35 30,47

149,87 29,97

607,74 121,55

4614,07 922,81

Всего за 5 дней питания:

День:

Acno.							
	П	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ репептуры
прием пищи	наименование олюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
1	2	3	4	5	6	7	8
Oбed	Салат из свежих помидоров4	100	1,10	6,12	4,57	77,69	23-2017
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93,35	54-6c-2022
	Шницель из курицы	100	19,20	4,26	13,46	168,53	54-24 <sub>M</sub> -2022
I комплекс	Ризотто с овощами	180	4,70	9,57	39,42	253,80	TK № 0/10
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	73,89	TK Ne3/12
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (вафли) <sup>8</sup>	15	0,32	2,66	5,69	48,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	905	31,67	26,98	124,67	852,86	ı

		Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	Na nowally like
Приём пищи	Наименование олюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	эте рещенту рог
1	2	3	4	5	6	7	8
Oбeò	Салат из квашенной капусты4	100	1,71	5,00	8,47	85,70	47-2017
	Борш "Кубанский" с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118,00	TK № 0/11
	Биточек "Эврика" (птица, рыба)°	100	9,40	00,00	19,82	222,29	TK №3/10
1 комплекс	Картофельное пюре	200	4,26	6,94	26,40	185,86	54-11r-2022
	Компот из кураги <sup>5</sup>	200	1,00	0,10	15,70	66,90	54-2xH-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.
	Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	1020	25,67	27,64	127,39	875,35	1

Неделя: День:

w 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	за, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
•	2000	I Damm	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, менал	
1	2	3	4	51	6	7	8
Oбed	Огурец в нарезке4	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-23-2022
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146,00	54-8c-2022
	Гуляш (говядина) (60/60)	120	16,03	16,90	3,92	196,80	246-2017
I комплекс	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236,27	54-7 <sub>1</sub> -2022
	Компот из яблок и вишни	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (пряник) <sup>8</sup>	25	0,55	0,41	6,82	130,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	935	31,11	29,36	114,34	903,34	ï

Белки         Жиры         Углеводы           4         5         6           1,31         3,25         6,46           9,34         6,72         20,41           11,44         14,30         4,17           3,66         5,93         28,98           1,00         0,00         25,40           2,80         0,80         20,00           1,20         0,20         9,00           0,40         0,30         10,30           31,15         31,50         124,72			Вес блюда,	Пищев	вые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	
Салат из белокочанной капусты с морковыо*         100         1,31         3,25         6,46         60,40           Суп каргофельный с мясными фрикадельками (25/250)         275         9,34         6,72         20,41         181,87           Рыба запечённая "Фиш-ка"о         100         11,44         14,30         4,17         237,48           Картофель отварной с зеленью         180         3,66         5,93         28,98         217,80           Сок натуральный (абрикосовый) (мартофельный (абрикосовый) (мартофель (приный)         40         2,80         0,80         25,40         106,00           Хлеб пшеничный         40         2,80         0,80         20,00         95,60           Хлеб ржаной         200         1,00         0,40         0,30         10,30         47,00           Фрукты свежие (груша) 3         100         0,40         0,30         10,30         47,00         988,15           2         101         1015         31,15         31,50         124,72         988,15	Приём пищи	Наименование блюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	ла рецептур
Салат из белокочанной капусты с морковью <sup>4</sup> 100       1,31       3,25       6,46       60,40         Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)       275       9,34       6,72       20,41       181,87         Рыба запечённая "Фиш-ка" (25/250)       100       11,44       14,30       4,17       237,48         Картофель отварной с зеленью       180       3,66       5,93       28,98       217,80         Сок натуральный (абрикосовый) (30       200       1,00       0,00       25,40       106,00         Хлеб пшеничный       40       2,80       0,80       20,00       95,60         Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша) <sup>3</sup> 100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15	-	2	3	4	5	9	7	8
Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)       275       9,34       6,72       20,41       181,87         Рыба запечённая "Фиш-ка"9       100       11,44       14,30       4,17       237,48         Картофель отварной с зеленью Сок натуральный (абрикосовый) <sup>6</sup> 200       1,00       0,00       25,40       106,00         Хлеб пшеничный       40       2,80       0,80       20,00       95,60         Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша) <sup>3</sup> 101       31,15       31,50       124,72       988,15         Втого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15	Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью <sup>4</sup>	100	1,31	3,25	6,46	60,40	45-2017
Рыба запечённая "Фиш-ка""       100       11,44       14,30       4,17       237,48         Картофель отварной с зеленью       180       3,66       5,93       28,98       217,80         Сок натуральный (абрикосовый)"       200       1,00       0,00       25,40       106,00         Хлеб пшеничный       40       2,80       0,80       20,00       95,60         Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша)³       100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15		Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)	275	9,34	6,72	20,41	181,87	137-2004
Картофель отварной с зеленью       180       3,66       5,93       28,98       217,80         Сок натуральный (абрикосовый) <sup>6</sup> 200       1,00       0,00       25,40       106,00         Хлеб пшеничный       40       2,80       0,80       20,00       95,60         Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша) <sup>3</sup> 100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15	I комплекс	Рыба запечённая "Фиш-ка" <sup>9</sup>	100	11,44	14,30	4,17	237,48	TK № 0/6
Сок натуральный (абрикосовый)6       200       1,00       0,00       25,40       106,00         Хлеб пшеничный       40       2,80       0,80       20,00       95,60         Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша)³       100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15		Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	217,80	634-2022
Хлеб пшеничный       40       2,80       0,80       20,00       95,60         Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша)³       100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15		Сок натуральный (абрикосовый)6	200	1,00	0,00	25,40	106,00	Пром.
Хлеб ржаной       20       1,20       0,20       9,00       42,00         Фрукты свежие (груша)³       100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15		Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
Фрукты свежие (груша)³       100       0,40       0,30       10,30       47,00         Итого за рацион питания:       1015       31,15       31,50       124,72       988,15		Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
Итого за рацион питания:     1015     31,15     31,50     124,72       2       5		Фрукты свежие (груша)³	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
Неделя: 2 День: 5		Итого за рацион питания:	1015	31,15	31,50	124,72	988,15	1
	Неделя: Пень:	2						

	<b>T</b>	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	No nementynu
прием пищи	паименование олюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	are beatened bear
_	2	3	4	S	6	7	8
O6ed	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,16	52,16	54-213-2022
77900000000000000	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	20,10	135,00	TK №0/15
	Нагетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	233,83	TK № 0/1,
I комплекс	Макароны отварные с сыром (Российский)	180	12,18	14,33	30,70	300,96	204-2017
	Напиток "Ассорти"(вишня)7	200	0,24	0,06	18,16	75,46	TK № O/8
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	·Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	890	26,89	31,52	139,94	935,01	
Всего за 5 дней питания:	питания:	4765	146,49	147,00	631,06	4554,71	(1)
Средние показа:	Средние показатели за 5 дней питания:	953	29,30	29,40	126,21	910,94	<b>1</b>
Всего за цикл п	Всего за цикл питания (10 дней):	9380	298,84	296,86	1238,80	9168,78	1

Средние показатели за цикл питания (10 дней):
938
29,88
29,69
123,88
916,88
·
_

## (ДОПУСКАЕТ

- 1 замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименованияс соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3 выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности 4 - выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7 приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности 6 - выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением
- 8 выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

Приём пиши	Наименование блюта	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
ripaca nama		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
-	2	3	4	S	6	7	8
O6ed	Огурен в нарезке4	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-23-2022
	Борш "Кубанский" с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118,00	TK № 0/11
	Отбивная куриная в сырной панировке	120	15,41	17,45	15,83	328,00	№ TK/5
2 комплекс	Картофель отварной, запеченный с сыром	200	5,99	8,59	31,96	221,00	635-22
	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	42,80	54-6xH-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (груша) <sup>3</sup>	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	1030	30,83	31,91	115,89	908,57	ı

Неделя:

День: 2 1

Приём пищи 2 комплекс Obed Итого за рацион питания: Кондитерские изделия (вафли)<sup>8</sup> Хлеб ржаной Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) Рыба, тушенная с овощами (горбуша) (25/250)Суп картофельный с мясными фрикадельками Помидор в нарезке4 Каша пшеничная вязкая Хлеб пшеничный Наименование блюда Вес блюда, грамм 200 275 950 40 20 15 100 Белки 30,59 0,10 10,22 9,34 0,32 2,80 5,44 1,20 1,17 Пищевые вещества, грамм Жиры 29,22 0,20 0,10 13,44 6,72 0,17 2,66 0,80 Углеводы 115,68 20,00 28,62 18,78 20,41 5,69 9,00 9,35 3,83 Энергетическая ценность, Ккал 226,70 884,39 195,00 73,89 181,87 48,00 42,00 95,60 21,33 № рецептуры 54-33-2022 TK Ne3/12 137-2004 461-22 349-22 Пром. Пром. Пром.

День:

Приём пищи 2 комплекс Obed Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Фрикасе из курицы Итого за рацион питания: Рагу из овощей Салат из свежих помидоров4 Сок натуральный (яблочный) Борщ с капустой и картофелем Наименование блюда Вес блюда, грамм 180 200 40 20 100 250 120 Белки 30,82 1,20 1,00 2,80 2,74 19,98 1,10 2,00 Пищевые вещества, грамм Жиры 12,28 0,20 0,00 8,04 6,12 5,20 U Углеводы 20,20 120,54 21,13 32,54 9,00 13,10 4,57 Энергетическая ценность, Ккал 866,09 275,00 42,00 95,60 84,80 185,00 106,00 77,69 № рецептуры 23-2017 Ne334-22 599-22 110-2004 Пром. Пром. Пром.

Неделя:

День:

TI	П 6 попа	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	.No пенептуры
присм пиши	написнование однода	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
-	2	u	4	5	6	7	8
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60,40	45-2017
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146,00	54-8c-2022
2 комплекс	Говядина в кисло-сладком соусе	120	14,60	14,30	9,86	195,00	№TK 12
	Рис припущенный	200	4,67	6,40	29,75	224,00	MeTK 13
	Компот из кураги <sup>5</sup>	200	1,00	0,10	15,70	66,90	54-2 <sub>xH</sub> -2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (ирис) <sup>8</sup>	25	0,85	1,95	23,30	120,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	955	31,73	32,02	133,97	949,90	ſ

Неделя:

THURANGE BAHRAPERA TRANSPER

D ... 6 .....

2 ....

П	Liamono anno anno a	рес олиода,	типше	илищевые вещества, грамм	ва, грамм	энергетическая	№ рецептуры
присм пиши	паниспорание отнода	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
_	2	w	4	S	6	7	8
06ed	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	05,681	Пром.
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	107,25	96-2017
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	13,58	10,83	25,00	260,00	TK № 0/2
2 комплекс	Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236,00	54-1r-22
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	38,25	54-5xH-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	870	27,15	31,09	119,32	968,60	,
Всего за 5 дней питания:	итания:	4715	151,12	156,88	605,40	4577,55	
)		013	7077	71 70	171 00	015.51	

Средние показатели за 5 дней питания:

943

30,22

121,08

915,51

П	патагонно бирово	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
присм пищи	написнование отгода	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
_	2	3	4	U)	6	7	8
Obed	Салат из свежих помидоров4	100	1,10	6,12	4,57	77,69	23-2017
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93,35	54-6c-2022
	Куры запеченные	100	18,57	11,29	12,50	214,80	Nº568-22
2 комплекс	Рагу из овощей	180	2,74	8,04	32,54	185,00	No334-22
	Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	73,89	TK №3/12
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (вафли) <sup>8</sup>	15	0,32	2,66	5,69	48,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	905	29,08	32,48	116,83	830,33	

Неделя:

Приём пищи День: Наименование блюда Вес блюда, грамм Белки Пищевые вещества, грамм Жиры Углеводы Эпергетическая ценность, Ккал № рецептуры

					2 комплекс			O6ed	-
Итого за рацион питания:	Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup>	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из кураги <sup>5</sup>	Картофель по-деревенски	Поджарка из рыбы	Борщ "Кубанский" с фасолью	Салат из квашенной капусты	2
1020	100	30	40	200	200	100	250	100	3
30,67	0,80	1,80	2,80	1,00	5,46	13,20	3,90	1,71	4
27,20	0,20	0,30	0,80	0,10	6,29	10,21	4,30	5,00	5
129,74	7,50	13,50	20,00	15,70	43,01	5,56	16,00	8,47	6
874,20	38,00	63,00	95,60	66,90	240,00	167,00	118,00	85,70	7
	Пром.	Пром.	Пром.	54-2xH-2022	646-22	N≥500	TK № 0/11	47-2017	8

П
0,41 6,82
0,20 9,00
0,80 20,00
10,20
6,00 30,12
17,84 15,74
5,02 19,90
),17 2,50
5 6
Жиры Углеводы
Пищевые вещества, грамм

1		Приём пиши
2		Наименование блюда
3	грамм	Вес блюда,
4	Белки	Пище
5	Жиры	вые г
6	Углеводы	зещества, грамм
7	ценность, Ккал	Энергетическая
8	,	№ рецептуры

	ام	ابح	الح		2 комплекс	اھا	⊕ <b>∩</b>	O6ed C
Итого за рацион питания:	Фрукты свежие (груша)³	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Сок натуральный (абрикосовый)6	Картофель фри	Фишболы в томатном соусе (100/20)	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)	Салат из белокочанной капусты с морковью <sup>4</sup>
1055	100	20	40	200	200	120	275	100
31,41	0,40	1,20	2,80	1,00	2,11	13,25	9,34	1,31
31,32	0,30	0,20	0,80	0,00	9,00	11,05	6,72	3,25
134,08	10,30	9,00	20,00	25,40	36,11	6,40	20,41	6,46
987,87	47,00	42,00	95,60	106,00	247,00	208,00	181,87	60,40
	Пром.	Пром.	Пром.	Пром.	Nº648-22	№TK-13	137-2004	45-2017

Неделя:

День: 5

Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
and the second s		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	,
-	2	3	4	υ	6	7	8
Obed	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,16	52,16	54-213-2022
A STANCE OF THE	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	20,10	135,00	TK №0/15
	Бризоль	120	18,26	12,19	12,83	328,00	No559-22
2 комплекс	Рис припущенный с овощами	200	3,91	8,55	25,44	194,00	TKN <u>0</u> 0/11
	Напиток "Ассорти"(вишня)7	200	0,24	0,06	18,16	75,46	TK № O/8
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	930	31,41	30,38	115,69	922,22	t
Всего за 5 дней питания:	итания:	4845	153,21	151,92	610,62	4524,99	1
Средние показат	Средние показатели за 5 дней питания:	969	30,64	30,38	122,12	905,00	
Всего за цикл питания (10 дней):	тания (10 дней):	9560	304,33	308,80	1216,01	9102,54	1
Средние показат	Средние показатели за цикл питания (10 дней):	956	30,43	30,88	121,60	910,25	1

# примечание (ДОПУСКАЕТСЯ):

- 1 замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименованияс соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3 выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4 выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением

- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности 7 - приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 9 приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

ì	377,40	59,20	10,64	13,76	380	Итого за рацион питания:	
Пром.	38,00	7,50	0,20	0,80	100	Фрукты свежие (мандарин)³	
Пром.	116,20	11,00	5,00	6,80	200	Кисломолочный продукт (йогурт)	
TK №II/6	223,20	40,70	5,44	6,16	80	Булочка "Домашняя"	Полдник
8	7	6	51	4	3	2	1
	Tennocial servan	Углеводы	Жиры	Белки	1 panm		
№ рецептуры		вещества, грамм	вые вещест	Пищевые	Вес блюда,	Наименование блюда	Приём пищи

Неделя: День:

Итого	Фрукт	Кофей	Полдник Булоч	_		Приём пищи
Итого за рацион питания:	Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>	Кофейный напиток с молоком	Булочка ванильная	2		Наименование блюда
370	100	200	70	3	1 panin	Вес блюда,
9,43	0,90	3,16	5,37	4	Белки	Пищевые
8,77	0,20	2,68	5,89	Sh.	Жиры	
57,53	8,10	15,95	33,48	6	Углеводы	вещества, грамм
350,10	43,00	100,60	206,50	7	Hennocia, Maai	
1	Пром.	379-2017	TK№ II/7	<b>o</b> o		№ рецептуры

Неделя: День:

Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищевые	вые вещест	вещества, грамм		№ рецептуры
The Control of Control		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	
_	2	3	4	5	6	7	8
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232,00	406-2017
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,74	382-2017
	Фрукты свежие (слива)3	100	0,90	0,40	7,30	41,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	380	10,76	10,29	59,81	379,74	

TK Nº 11/5	273,00	33,17	10,41	9,65	100	Котлета куриная, запеченная в тесте	Полдник
8	7	6	S	4	3	2	Ľ
	acimocin, accan	Углеводы	Жиры	Белки	1 pamm		
я № рецептуры	Энергетическая	за, грамм	Іищевые вещества, грамм	Пище	Вес блюда,	Наименование блюда	Приём пищи

ALLE OF THE PROPERTY OF THE PR		-3	27.1.2			
Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого за рашкон питания:	400	11.65	11.91	51.67	370.90	

Праём нища	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищевые	вые вещест	вещества, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
•		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	
-	. 2	3	4	5	6	7	8
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,16	4,84	31,28	209,60	тк №П/8
	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	5,87	5,07	8,40	101,82	Пром.
	Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	380	12,93	10,11	47,78	354,42	1
Всего за 5 дней питания:	итания:	1910	58,53	51,72	275,99	1832,56	ı
Средние показат	Средние показатели за 5 дней питания:	382	11,71	10,34	55,20	366,51	ı

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя: День:

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищевые	вые вещест	вещества, грамм		№ рецептуры
*		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, мкал	
1	2	3	4	5	6	7	8
Полдник	Булочка ванильная	70	5,37	5,89	33,48	206,50	TK№ 11/7
	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00	Пром.
	Фрукты свежие (груша)³	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	370	11,57	11,19	51,78	353,50	1.

Неделя:

День:

Приём пищи Полдник Чай с сахаром и лимоном Итого за рацион питания: Фрукты свежие (слива)3 Котлета куриная, запеченная в тесте Наименование блюда Вес блюда, грамм 400 100 200 100 Белки 10,85 9,65 0,30 0,90 Пищевые вещества, грамм Жиры 10,81 0,00 10,41 Un Углеводы 47,17 33,17 6,70 7,30 Энергетическая ценность, Ккал 273,00 341,90 41,00 27,90 № рецептуры 54-3гн-2022 TK № II/5 Пром. 8

			Полдник	1	1	Приём пищи
Итого за рацион питания:	Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>	Кофейный напиток с молоком	Пирожок печеный с картофелем	2	7 7 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Наименование блюда
380	100	180	100	3	грамм	Вес блюда,
9,93	0,90	2,84	6,19	4	Белки	Пище
9,31	0,20	2,41	6,70	5	Жиры	Пищевые вещества, грамм
59,15	8,10	14,36	36,69	6	ва, грамм Углеводы	
365,54	43,00	90,54	232,00	7	ценность, ккал	Энергетическая
1	Пром.	379-2017	406-2017	<b>∞</b>		№ рецептуры

Неделя:

День:

Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, мкал	
-	2	3	4	S	6	7	8
Полдник	Расстегай с мясом (говядина)	75	9,43	8,04	22,48	266,64	ТК№ П/9
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90	54-4гн-2022
	Фрукты свежие (яблоко)3	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	375	11,43	9,54	40,98	364,54	ı.

Неделя: День:

The Partie of th							
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищевые	вые вещест	вещества, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
•		Грамм	Белки	Жиры	Углеводы	Hennocia, Masi	
1	2	3	4	5	6	7	8
Полдник	Булочка "Домашняя"	80	6,16	5,44	40,70	223,20	TK №II/6
	Кисломолочный продукт (йогурт)	200	6,80	5,00	11,00	116,20	Пром.
	Фрукты свежие (мандарин)³	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	380	13,76	10,64	59,20	377,40	
			W				ž.
Всего за 5 дней питания:	итания:	1905	57,54	51,49	258,28	1802,88	,
Средние показат	Средние показатели за 5 дней питания:	381	11,51	10,30	51,66	360,58	1
Всего за цикл питания (10 дней):	ггания (10 дней):	3815	116,07	103,21	534,27	3635,44	
Средние показат	Средние показатели за цикл питания (10 дней):	381,5	11,61	10,32	53,43	363,54	•

# ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):

- 1 замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименованияс соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

- 3 выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4- выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 5 приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 6 выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7- приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 9 приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности