

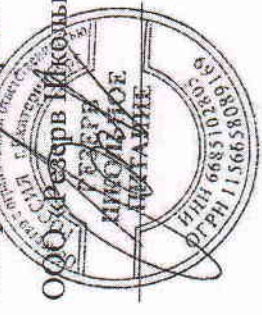


УТВЕРЖДЕНО:

Администрация
М.А.У. СОШ № 10
О.А. Тресвицкая

УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор



ООО «Резерв Школьное питание»

Е. В. Ковбасюк

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 7-10 ЛЕТ /
ООО «РЕЗЕРВ ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»**

День: 1 Неделя: первая
 Сезон: осенний, зимний, весенний

Дети ОВЗ
 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества									
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
97/2004	Горячий завтрак, 7-10 лет	10	30	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
461/2004	Сыр (порциями)	80	216	10,56	14,48	10,03	0,05	0,07	1,07	0	3,86	13,69	106,5	14,8	1,51	
528/1966	Тeftели из говядины (2)	50	20,15	0,32	0,91	2,57	0,01	0	0,12	80	0,5	3,26	4,63	1,89	0,07	
534/2004	Соус красный основной	150	104	3,2	3,5	13,27	0	0,1	31,3	405,11	0,4	79,8	72,2	32,2	1	
640/2004	Капуста тушеная(3)	200	85	0,2	0,1	20,64	0	0	16	3,4	0,14	9,5	5,74	5	0,3	
ттк 57	Кисель из свежих ягод (8)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6	
ттк 53	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	510	582,55	20,98	22,73	70,81	0,29	0,35	48,56	512,31	5,84	251,45	284,07	77,19	4,45	
	Итого за прием:															
	Обед 7-10 лет															
ттк 259	Кукуруза консервированная (6)	20	3,6	0,44	0	0,44	0	0	1	66	0,2	8,4	8,2	2,6	0,07	
135/2004	Суп из овощей	250	99	2,2	4,4	12,4	0,1	0,05	8,5	243,6	0,2	23,7	52,7	27	0,7	
ттк 81	Сметана для супа	10	21	0,3	0,2	0	0,1	0,03	0,03	15	0	8,6	6	0,8	0,53	
437/2004	Туляц из мяса говядины (7)	80	176,8	11,92	12,56	3,76	2,56	0,1	0,1	26,16	0,56	30,24	139,6	27,6	2	
516/2004	Отварные макаронные изделия(5)	150	193	5,3	3,9	32,4	0,1	0	0	23,6	0,8	14,6	41	7,4	0,8	
638/2004	Компот из изюма (9)	200	100	0,3	0	25,6	0	0	0,8	0	0	24	0	0	0,8	
ттк 57	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1		
	Итого:	810	848,4	28,66	23,22	123,2	3,33	0,46	10,43	374,36	3,56	199,97	317,5	101	7,9	
	Итого за день:	1320	1431	49,64	45,95	194,01	3,62	0,81	58,99	886,67	9,4	451,42	601,6	178,2	12,35	
	Б:Ж:У 1:1:3,9															

- 1 "Булка Сухоложская витаминизированная" - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"
- 2 Допускается замена на фрикадельки из мяса говядины припущенные 1 (тк 387), тефтели с рисом (тк 336), котлеты, биточки, шницели (тк 307)
- 3 Допускается замена на капусту тушеную в сметанном соусе (ттк 217), сложный гарнир (тк 218)
- 4 Допускается замена на икру морковную (тк 140), салат из моркови с яблоками и растительным маслом (ттк 142), овощи отварные порционные (тк 195), огурец свежий (тк 87), помидоры свежие порционные (тк 86), морковь по-уральски (ттк 149)
- 5 Допускается замена на макаронные изделия отварные с сыром (тк 202)
- 6 Допускается замена на горошек зеленый (ттк 245), овощи отварные порционные (тк 195), овощи свежие порционные, салат из отварной свеклы с растительным маслом (тк 120)
- 7 Допускается замена на , бифштекс рубленый Школьный (тк 314), котлеты, биточки, шницели (тк 307), бекфстроганов (тк 318)
- 8 Допускается замена на кисель из концентрата плодового(тк 15)
- 9 Допускается замена на напиток из замороженных плодов и ягод (тк 28)
- 10 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 2 Неделя: первая
 Сезон: осенний, зимний, весенний

Возраст 7-11 лет
 ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества													
				белки	жиры	углевод	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe						
	Горячий завтрак																			
366/2004	Запеканка из творога (2)	150	434	31,8	19	32,5	0,1	0,3	36,4	0,25	212,7	21,8	2,54	1						
пром	Стушенное молоко для пудингов и запек	20	57,5	1,35	1,5	10,1	0,01	0,06	9,4	0,04	54,03	38,11	5,9	0,03						
тк16	Кофейный напиток с молоком(3)	200	106	4,1	3,3	15,63	0	0,2	0	0	158,7	50	0	0,2						
тк 57	Хлеб ржаной (10)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6						
тк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9						
	Итого за прием:	420	724,9	41,35	24,84	82,53	0,34	0,71	45,8	1,19	470,63	144,91	26,24	2,73						
	Обед																			
тк 109	Салат из свежей капусты(4)	60	46,7	0,8	2,7	5	0,01	0,01	7,8	61,3	19,7	14,5	7,32	0,26						
169/2004	Суп-пюре из тыквы (5)	200	64	1,68	3,28	6,5	0,06	0,06	6,6	132	47,6	40,5	21	2,02						
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24						
тк 405	Рыба под сырной корочкой(7)	80	140,8	17,04	8	0	0,08	0,16	0,32	93,12	1,5	126,56	174	27,4	0,48					
217/2004	Картофель и овощи тушеные в соусе(8)	150	177	2,7	8,7	20,6	0,1	0,1	11	433	1,3	14,7	67,8	33,9	1,1					
685/2004	Чай с сахаром(9)	200	53	0,2	0	13,7	0,04	0,05	0	33,35	0,6	67,2	52,1	44,1	0					
тк 57	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9						
тк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1						
	Итого:	870	962,54	37,92	26,73	137,46	1,14	0,92	25,72	752,77	8,51	447,57	193,9	8,9						
	Итого за день:	1290	1687,44	79,27	51,57	219,99	1,48	1,48	26,9	798,57	9,7	918,2	623,61	220,1	11,63					

Б:Ж:У 1,4:1,4:1

"Булка Сухоложская витаминизированная" - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

1 Допускается замена на запеканку из творога с яблоками (тк 247), морковную запеканку с творогом (тк 205), запеканку творожную "Зебра" (тк 258)

2 Допускается замена на чай с молоком (тк 3), какао с молоком (тк 18), кофейный напиток с молоком (тк16)

3 Допускается замена (с горошком зеленым) (тк 109), салат из квашеной капусты (тк 116), овощи отварные (тк 195), овощи свежие порционные

4 Допускается замена на суп-пюре из разных овощей (тк 76)

5 Допускается замена на тефтели рыбные(тк 414), рыбу, тушеную с овощами(тк402), рыбу припущенную (тк 402)

6 Допускается замена на рыбу, припущенную в молоке (тк 426), тефтели рыбные (тк 414), котлеты, биточки рыбные (тк 403)

7 Допускается замена на картофель в молоке(тк 207), картофель запеченный (тк 242), сложенный гарнир(тк 218)

8 Допускается замена на чай с лимоном(тк 2), чай с лимон(тк 2)

9 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

10

День: 3 **Неделя: первая** **Возраст 7-11 лет**

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества											
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
тгк 161	Горячий завтрак																	
	Фрукты(2)	150	70,5	0	0	14,7	0	0	0	15	9	25,34	24	17,28	14,16	3,3		
1/13/2015	Бутерброд с маслом	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0	0,2		
97/2004	Сыр (порциями)	10	35	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07		
601/2013	Плов из куриного филе(3)	200	161,6	13,04	12,4	33	0	0,1	1,44	132,4	35	0,63	27,2	10,3	3,4	5,6		
686/2004	Чай с лимоном(4)	210	60	0,3	0	15,2	0,05	0,05	13,11	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6		
тгк 57	Хлеб ржаной (9)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
тгк 53	Булка Сухолюбская Витаминизированная(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
	Итого за прием:	645	537	20,84	20,24	91,2	0,28	0,33	29,62	222,7	28,26	270	178,59	87,76	11,62			
	Обед																	
тгк 113	Салат из свеж помидоров с раст мас (5)	60	67	0,6	6	2,1	0	0	13,7	39,9	0,2	8,7	6,8	11,5	0,5			
110/2004	Борщ с капустой и картофелем	250	121	2,2	5,3	16,2	0,04	0,04	7,5	224,5	0,2	33,5	43,8	19,53	0,9			
тгк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27			
тгк 364	Куриный рулет с сыром(6)	80	153,6	22,24	6,88	0,46	0,1	0,1	0,1	20,8	33	0,22	50,9	80,2	31,1	1,1		
553/2004	Сложный гарнир(8)	150	115	2,8	3,7	16,2	0,1	0,1	16	3,4	0	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3		
тгк 28	Напиток из клубники (7)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	0	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
тгк 57	Хлеб ржаной (9)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9		
тгк 53	Булка Сухолюбская Витаминизированная(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1		
	Итого:	845	824,1	36,39	24,24	108,56	0,76	0,54	58,12	308,3	4,66	280,25	216,9	104,8	6,23			
	Итого за день:	1490	1361,1	57,23	44,48	199,76	1,04	1,04	87,74	531	32,92	550,25	395,49	192,6	17,85			

1 "Булка Сухолюбская витаминизированная" - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

3 Допускается замена на котлеты рубленые из цыплат-бройлеров (филе) (тк 344), курицу тушеную с овощами (тк 602), мясо кур в соусе (тк 386), гарнир - рис отварной рассыпчатый (тк 214) или рис припущенный с овощами (тк 191)

4 Допускается замена на чай с сахаром (тк 1), чай с лимоном (тк 2)

5 Допускается замена на овощи порционные отварн (тк 195), салат из кваш капусты (тк 116), огурец свежий (тк 87), помидор свежий порционный (тк 86)

6 Допускается замена на рагу из мяса кур (филе) (тк 614), котлеты из цыпленка бройлера (филе)(тк 344)филе куриное запеченн(тк 349)курицу, тушен с овощами (тк 602)

7 Допускается замена на напиток из свежемороженых плодов и ягод, другого вида(тк 28)

8 Допускается замена на капусту, тушеную в сметанном соусе (тк 217)

9 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 4 Неделя: первая
 Сезон: осенний, зимний, весенний

Возраст 7-11 лет
 ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прямое наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества												
			белки	жиры	углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
		калорийность, ккал																
Горячий завтрак																		
97/2004	Сыр (порциями) (2)	10	30	2,6	2,7	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07				
414/2004	Тефтели рыбные(3)	80	144	11,04	8,8	4,85	0,16	0,64	501,12	1,3	18,56	133,92	22,64	0,48				
528/1966	Соус красный основной (4)	50	20,15	0,32	0,91	2,57	0,01	0,12	80	0,5	3,26	4,63	1,89	0,07				
тк 233	Овощи припущенн гарнир(5)	30	20,4	0,75	1,05	1,86	0,15	1,5	13,2	4,5	17,04	60,8	20	2,16				
520/2004	Пюре картофельное(6)	120	151,2	2,7	3,9	16,5	0,08	0,08	22	0,15	29,7	53,5	20,7	0,9				
тк 28	Напиток из черной смородины (7)	200	102	0,2	0,1	2,5	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3				
тк 57	Хлеб ржаной (12)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6				
тк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9				
Итого за прием:		540	595,15	21,71	18,5	75,08	0,63	2,6,93	643,52	7,53	220,66	353,65	93,93	5,48				
Обед																		
тк 149	Морковь по-уральски(8)	60	67,8	0,72	5,34	3,66	0	0,06	1,08	1274,4	0,27	18,36	30,75	20,85	0,36			
131/2004	Рассольник Домашний	200	76,8	1,76	2,8	11	0,1	0,1	8,4	181	0,18	22	46,6	19,4	0,72			
тк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27				
423/2004	Бефстроганов(9)	80	195,2	13,36	14,64	4,72	0,1	0,1	0,8	30	0,4	30,4	122	15,6	1,7			
297/2004	Каша рассыпчатая гречневая(10)	150	242	8,2	5,4	35,9	0,2	0,1	0	353	1	18	223,5	150,7	4,1			
тк 49	Масло для поливки блюд	5	29,09	0,04	3,19	0,06	0	0	22,5	0,05	1,06	1,31	0	0,01				
тк 5	Компот из свежих яблок(11)	200	61	0,1	0,1	15,41	0	8	2	0,08	3,2	3,83	3,13	0,4				
тк 57	Хлеб ржаной (12)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9				
тк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1				
Итого:		800	937,39	32,53	33,73	119,35	0,92	18,3	1870,4	3,78	187,75	500,99	245,7	10,56				
Итого за день:		1340	1532,54	54,24	52,23	194,43	1,55	45,23	2513,92	11,31	408,41	854,64	339,6	16,04				
Б:Ж:У 1,1:1:4																		

- 1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"
- 2 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)
- 3 Допускается замена на котлеты рыбные (тк 403), суфле "Рыбка" (тк 401), рыбу, тушеную с овощами (тк402)
- 4 Допускается замена на соус томатный (тк 32), соус сметанный с томатом(тк 40)
- 5 Допускается замена на овощи отварные порционные(тк195)
- 6 Допускается замена на картофель запеченный(тк242)
- 7 Допускается замена на напиток из другого вида плодов и ягод (тк 28)
- 8 Допускается замена на овощи отварные порционные(тк 195), овощи свежие порционные, салат из моркови с растительным маслом(тк136)
- 9 Допускается замена на котлеты, биточки, шницели(тк307), тефтели(тк308), гуляш из мяса говядины(тк303)
- 10 Допускается замена на кашу гречневую рассыпчатую с овощами(тк249)
- 11 Допускается замена на компот из яблок(тк13)
- 12 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 5 Неделя: первая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества																			
				белки	жиры	углевод	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe											
Горячий завтрак																										
ттк 161	Фрукты(2)	200	94	0	19,6	0	0	0	20	12	33,8	32	23,04	19,5	4,4											
97/2004	Сыр (порциями)(3)	20	60	5,2	5,4	0	0	0,06	0,14	47,6	0,08	200	120	11	0,14											
303/2004	Каша пшеничная с тыквой(4)	150	131,25	4,73	2,4	32,3	0,08	0,08	3	317,7	0,9	86,4	242,4	26,25	0,675											
ттк 49	Масло для поливки блюд	5	29,09	0,04	3,19	0,06	0	0	0	22,5	0,05	1,06	1,31	0	0,01											
ттк 18	Какао с молоком(5)	200	119	5	3,8	16,01	0	0,2	0,8	0,12	0,01	163,2	22,8	14,8	0,9											
ттк 57	Хлеб ржаной (11)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6											
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9											
	Итого за прием:	655	637,24	21,53	16,47	106,85	0,45	0,59	23,94	399,92	36,28	554,96	465,55	100	8,525											
Обед																										
ттк 115	Салат из свеж огурцов с раст маслом(6)	60	62	0,4	7	1,4	0	0	5,5	6	0	13,7	22	7,4	0,3											
ттк 101	Суп из бобовых(7)	200	124	7,12	3,04	15,06	0,24	0,08	0,48	224,4	0,31	32,24	96,1	33,8	2,08											
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24											
49/2003	Зразы "Верх-Исетские"(8)	80	220,8	12,6	18,6	18,5	0,04	0,1	0,4	27,7	4,6	16,7	129	15	1,8											
541/2004	Рагу овощное(9)	150	102	2,3	3,7	13,5	0,08	0,08	12	433,8	1,3	47,1	67,8	34	1,1											
640/2004	Кисель из свежих ягод (10)	200	85	0,2	0,1	20,64	0	0	16	3,4	0,14	9,5	5,74	5	0,3											
ттк 57	Хлеб ржаной (11)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9											
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1											
	Итого:	810	921,84	33,2	35,19	131,6	0,93	0,64	34,38	695,3	8,15	236,77	408,44	134	8,82											
	Итого за День:	1465	1559,08	54,73	51,66	238,45	1,38	1,38	58,32	1095,22	44,43	791,73	873,99	234	17,35											

б:ж:у 1:1:4

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

3 Допускается замена на бургерброд с маслом (тк 1/13/2015)

4 Допускается замена на другой вид молочной каши

5 Допускается замена на чай с молоком (тк3). Какао с молоком 1(тк18)

6 Допускается замена на салат из свеклы с сыром(тк104), салат из свеклы "Бурячок", овощи свежие порционные, овощи тварные порционные

7 Допускается замена на суп картофельный с бобовыми(тк65)

8 Допускается замена на тефтели с рисом(тк336), фрикадельки из мяса говядины припущенные(тк387), котлеты, биточки, шницели(тк307)

9 Допускается замена на картофель в молоке(тк 207), картофель запеченный (тк 242), сложенный гарнир(тк 218)

10 Допускается замена на кисель из концентрата плодово-ягодного(тк 15)

11 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 6 Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний, весенний

Возраст 7-11 лет

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества									
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
тгк 161	Горячий завтрак	200	94	0	0	19,6	0	0	20	12	33,8	32	23,04	19,5	4,4	
1/13/2015	Фрукты(2)	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0	0,2	
пром	Бутерброд с маслом (3)	150	118,5	4,2	3	16,95	0,05	0,23	1,2	0,03	0	177	144	24	0,15	
тгк 201	Йогурт 2,5%(4)	150	146,25	5,78	3,75	21,89	0,08	0,16	0,6	330,4	0,9	131,93	242,4	29,15	1,1	
тгк 49	Каша молочная геркулесовая(5)	5	29,09	0,04	3,19	0,06	0	0	0	22,5	0,05	1,06	1,31	0	0,01	
тгк 3	Масло для поливки блюда	200	107	4,3	3,3	15,67	0	0,2	0,8	25,5	0,45	158,7	39,15	34	0,2	
тгк 57	Чай с молоком(6)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6	
тгк 53	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	780	704,74	19,22	18,38	102,47	0,36	0,74	22,6	412,93	36,15	550,69	486,21	124,5	7,56	
	Итого за прием:															
	Обед															
тгк109	Салат из свеж капусты (с кукурузой)(7)	60	49,2	0,84	2,76	5,16	0,01	0,01	7,7	1,32	1,32	21,96	12,4	6,12	0,24	
29/2/2015	Суп-поре из разных овощей	200	84,8	2,64	3,6	10,35	0,08	0,08	6	266	0,24	51	57,44	17,6	0,56	
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24	
2/7/2015	Рыба отварная под маринадом(8)	200	351,1	28,67	36	22,67	0,13	0,13	8,23	959	7,75	83	354	73,25	1	
тгк 28	Напиток из ежевики(9)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3	
тгк 57	Хлеб ржаной (10)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
тгк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1	
	Итого:	760	1042,64	41,29	44,76	115,96	0,69	0,55	37,93	1229,72	10,89	262,29	503,44	134,1	4,74	
	Итого за день:	1540	1747,38	60,51	63,14	218,43	1,05	1,05	60,53	1642,65	47,04	812,98	989,65	258,5	12,3	
	Б:Ж:У 1:1:4															

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

3 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

4 Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

5 Допускается замена на кашу молочную геркулесовую (тк201), другой вид, молочной каши.

6 Допускается замена на чай смолоком (тк3)

7 Допускается замена на овощи отварные (тк195), салат из квашеной капусты (тк116), овощи свеж порционн

8 Допускается замена на запеканку картофельную с рыбой(тк556), котлеты, биточки рыбные(тк403)

9 Допускается замена на другой вид свежемороженых плодов и ягод(тк28)

10 Хлеб ржаной - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 7 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества											
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
Горячий завтрак																		
1/13/2015	Бутерброд с маслом (2)	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0	0,2				
63/2003	Фрикадельки из мяса говяд припуск(3)	80	179	11,6	12,3	5,3	0,05	0,1	24	3	8,2	141,5	18,75	1,5				
36/2003	Рис припущенный с овощами	150	271,5	3,6	11,58	38	0,01	0,01	110,33	1,08	7,67	8,58	2,8	0,08				
685/2004	Чай с сахаром(4)	200	53	0,2	0	13,7	0,04	0,05	33,35	0,6	67,2	52,1	44,1	0				
тгк 57	Хлеб ржаной (8)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6				
тгк 53	Булка Сухолюжская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9				
	Итого за прием:	505	713,4	20,3	29,02	85,3	0,33	0,31	190,18	5,63	133,07	238,49	83,45	3,28				
	Обед																	
7/2003	Салат "Здоровье"(5)	60	70,2	0,72	5,34	4,56	0	0	6,78	1,5	18,9	10,8	5,9	0,3				
111/2004	Борщ "Сибирский"	200	94,4	3,12	3,44	12,8	0,03	0,032	175,76	0,14	26,56	29,84	13,7	0,72				
тгк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27				
тгк 556	Запеканка картофельная с рыбой(6)	250	400,83	20,33	19,92	32,82	1,67	0,08	178,33	1,87	37,5	174,17	24,5	1,67				
тгк 28	Напиток из ягодной смеси(7)	200	102	0,2	0,1	2,5	0	0	16	3,4	6,9	5,8	5,4	0,3				
тгк 57	Хлеб ржаной (8)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9				
тгк 53	Булка Сухолюжская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1				
	Итого:	815	932,93	32,72	31,06	123,78	2,22	0,412	366,49	5,75	184,59	293,61	85,5	6,26				
	Итого за день:	1320	1646,33	53,02	60,08	209,08	2,55	2,55	44,66	556,67	11,38	317,66	532,1	169	9,54			
	Б:Ж:У 1:1,1:4																	

1 Булка Сухолюжская витаминизированная - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Допускается замена на сыр (порциями)(тгк89)

3 Допускается замена на котлеты, биточки, шницели (тк 307)

4 Допускается замена на чай с лимоном (тк2)

5 Допускается замена на салат из свежей капусты(тк109), салат из свежей капусты(с кукурузой) (тк 109), овощи отварные порционн(тк195), овощи свежие.

6 Допускается замена на котлеты, биточки рыбные(тк403), рыбу под сырной корочкой(тк405) с картофельным пюре(тк187)

7 Допускается замена на напиток из Другого вида замороженных плодов и ягод (тк28)

8 хлеб ржаной - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

День: 8 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества													
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
	Горячий завтрак																			
16/5/2015	Запеканка из творога с яблоками (2)	150	339	19,95	17,1	26,4	0	0	1,65	37,4	0,23	165	15,7	34,5	1,05					
тгк 51	Сгущенн молоко для пудинг и запек	10	28,8	0,7	0,8	5,05	0,01	0,03	0,04	4,7	0,02	27,02	19,05	2,95	0,02					
тгк16	Кофейный напиток с молоком(3)	200	106	4,1	3,3	15,63	0	0,2	0,8	0	0	158,7	50	0	0,2					
тгк 57	Хлеб ржаной (4)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6					
тгк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	40	102	3,28	0,87	19,44	0,19	0,1	0	0	0,72	36,19	28	14,24	1,2					
	Итого за прием:	420	626,7	29,67	22,47	76,24	0,29	0,38	2,49	42,1	1,33	405,01	126,75	58,81	3,07					
	Обед																			
тгк 113	Салат из свеж помидоров с раст мас (5)	60	67	0,6	6	2,1	0	0	13,7	39,9	0,2	8,7	6,8	11,5	0,5					
124/2004	Щи из свежей капусты и картофеля	200	70,4	1,6	3,44	8	0,04	0,03	9,68	172,72	0,14	28,16	33,38	14,51	0,56					
тгк 81	Сметана для супа	5	10,5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	0	4,3	3	0,4	0,27					
593/2013	Гуляш "Праздничный"(6)	80	61,6	6,72	2,96	2,72	0,16	0,32	2,4	50,77	1,03	4,56	113,5	10,9	2,72					
тгк 233	Овощи припущенн гарнир(9)	30	20,4	0,75	1,05	1,86	0,15	0,15	1,5	13,2	4,5	17,04	60,8	20	2,16					
44/3/2015	Каша гречневая рассыпч с овощами(7)	120	212,7	6,88	5,44	30,25	0,16	0,16	5,76	282,4	0,8	46,4	178,8	120,5	3,76					
640/2004	Кисель из свежих ягод (8)	200	85	0,2	0,1	20,64	0	0	16	3,4	0,14	9,5	5,74	5	0,3					
тгк 57	Хлеб ржаной (4)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9					
тгк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1					
	Итого:	795	782,6	25,1	21,25	114,17	1,03	0,96	49,06	569,89	8,61	209,09	472,02	218,5	13,27					
	Итого за день:	1215	1409,3	54,77	43,72	190,41	1,32	1,32	51,55	611,99	9,94	614,1	598,77	277,3	16,34					

Б.Ж:У 1,1:1:1:4

- 1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготовливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"
- 2 Допускается замена на запеканку из творога(тгк200), запеканку творожную со свежими ягодами(тгк248), пудинг из творога запеченный(тгк208)
- 3 Допускается замена на кофейный напиток с молоком (тк16)
- 4 Хлеб ржаной - хлеб, изготовливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"
- 5 Допускается замена на овощи порционные свежие, овощи отварные порционные
- 6 Допускается замена на котлеты, биточки, шницели(тгк307), эразы Верх-Исетские(тк312), гуляш из мяса говядины(тк303)
- 7 Допускается замена на кашу рассыпчатую гречневую. (тк 189)
- 8 Допускается замена на кисель (тк15)
- 9 Допускается замена на овощи отварные порционные или увеличение массы каши гречневой рассыпчатой с овощами(тк249)

День: 9 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	№ рецептуры, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества									
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
тгк 161	Горячий завтрак	150	70,5	0	0	14,7	0	0	15	9	25,34	24	17,28	14,16	3,3	
97/2004	Фрукты(3)	10	35	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
тгк 612	Сыр (порциями)(4)	80	125,33	12,53	5,2	6,48	0,1	0,1	0,67	27,7	4,6	13,47	7,3	1,3	0,53	
209/2005	Зразы из пышленка-бройлера с луком и яйцом(5)	150	175,5	4,95	3,68	28,91	0,1	0	1	28,32	0,96	15,08	49,2	8,9	0,83	
686/2004	Макаронные отварные с овощами(6)	210	60	0,3	0	15,2	0,05	0,05	13,11	35	0,63	68,8	54,7	46,9	0,95	
тгк 57	Чай с лимоном(7)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6	
тгк 53	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
	Булка Сухоложская Витаминизированная(1)	690	695,73	27,76	13,49	109,03	0,67	0,43	29,85	123,82	33,19	302,74	251,48	108,8	8,38	
	Итого за прием:															
	Обед															
т.24/1996	Огурец свежий(8)	30	4,2	0,24	0	0,7	0	0	1,2	3	0	6,06	11	37	0,18	
133/2004	Суп картофельный с рыбой	250	145	6,9	4,4	18,1	0,2	0,13	18,1	234,2	2,3	97,1	150,5	66,8	2	
3/9/2015	Рагу из мяса кур (филе)(9)	200	260	21,28	22,16	32,6	0,13	0,13	8,24	406,8	0,53	41,76	96,27	42,93	0,96	
тгк 28	Напиток из абрикосов(7)	200	102	0,2	0,1	2,5	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	5,4	0,3	
тгк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9	
тгк 53	Булка Сухоложская Витаминизированная(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1	
	Итого:	780	766,2	36,82	28,82	125	0,8	0,54	43,54	647,4	4,77	242,25	333,57	187,7	6,44	
	Итого за день:	1470	1461,93	64,58	42,31	234,03	1,47	1,47	73,39	771,22	37,96	544,99	585,05	296,5	14,82	
	Б:Ж:У 1,2:1:4,2															

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

3 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

4 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)

5 Допускается замена на фрикадельки из цыпленка бройлера(филе)(тк 317), гуляш из филе курицы (ТТК 603)

6 Допускается замена на отварные макаронные изделия(тк188), макаронные изделия отварные с сыром(тк202)

7 Допускается замена на напиток из другого вида плодов и ягод(тк28)

8 Допускается замена на овощи отварные порционные

9 Допускается замена на курицу тушеную с картофелем и овощами(тк611)

День: 10 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества																			
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe											
	Горячий завтрак																									
97/2004	Сыр (порциями)(3)	10	35	2,6	2,7	0	0	0,03	0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07											
43/2006	Суфле "Рыбка"(4)	80	145,6	10,56	10,88	1,12	0,08	0,1	0,5	85,6	0,9	30,6	104,5	14,7	0,33											
28/2003	Картофельное пюре с морковью(5)	150	125	2,9	4,8	17,6	0,1	0,1	9	668,3	0,3	25,7	70,3	31,8	1,4											
685/2004	Чай с сахаром(6)	200	53	0,2	0	13,7	0,04	0,05	0	33,35	0,6	67,2	52,1	44,1	0											
ткк 57	Хлеб ржаной (2)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12	0,6											
ткк 53	Булка Сухолюбская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9											
	Итого за прием:	490	486	20,36	19,42	56,72	0,45	0,43	9,57	811,05	2,74	268,7	321,9	113,9	3,3											
	Обед																									
523/2004	Салат из свеклы "Бурячок"(7)	60	86,1	0,62	8	3,02	0,01	0,01	1,73	1,58	4,01	14,8	16,7	8,7	0,5											
ткк 85	Суп-крем из шпината(8)	200	100,8	2,56	3,52	13,98	0,1	0,1	5,6	125,2	0,26	44	58,6	21,8	0,64											
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2	0,24											
601/2013	Плов из говядины(9)	250	344	14,1	19,9	16,9	0	0,1	0,7	199,52	2,03	19	248,44	5,3	2,1											
ткк 5	Компот из свежих яблок(10)	200	61	0,1	0,1	15,41	0	0	8	2	0,08	3,2	3,83	3,13	0,4											
ткк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68	0,9											
ткк 53	Булка Сухолюбская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92	2,1											
	Итого:	830	919,94	27,96	34,27	111,81	0,68	0,59	16,03	328,3	8,18	198,53	415,37	77,73	6,88											
	Итого за день:	1320	1405,94	48,32	53,69	168,53	1,13	1,13	25,6	1139,35	10,92	467,23	737,27	191,6	10,18											

б:ж:у 1:1:4

Булка Сухолюбская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015)

Допускается замена на картофеля и овощи тушеные в соусе (тк190)

Допускается замена на чай с лимоном (тк2)

Допускается замена на овощи свежие порционные

Допускается замена на суп-пюре из разных овощей(тк176)

Допускается замена на фрикадельки из мяса говядины припущенные(тк387) и рис отварной рассыпчатый (тк214)

Допускается замена на напиток из свежемороженых яблок(тк28)

День: 11 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюд	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества														
			Масса порции, г	белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe					
																жирорастворимые	водорастворимые	жирорастворимые	водорастворимые	жирорастворимые
Горячий завтрак																				
тк 161	Фрукты(3)	94	0	0	19,6	0	0	20	33,8	32	23,04	19,5	4,4							
тк 133	Горячий бутерброд(4)	102	5	8,3	18,5	0,1	0,1	0,6	5	55,9	77,4	9,6	0,6							
340/2004	Омлет натуральный(5)	298,9	15	17	2,7	0,05	0,4	0,3	329,3	104,5	192,8	12,1	2,6							
тк 18	Какао с молоком(6)	119	5	3,8	16,01	0	0,2	0,8	0,12	163,2	22,8	14,8	0,9							
тк 57	Хлеб ржаной (2)	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	18,1	14	7,12	0,6							
тк 53	Булка Сухоложская Витаминизированная(1)	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	27,1	21	10,68	0,9							
	Итого за прием:	741,3	29,1	30,14	81,11	0,38	0,85	21,7	346,42	400,8	351,04	73,8	10							
	Обед																			
тк 245	Горошек зеленый(7)	20	0,6	0,04	1,28	0,02	0	1,96	5,4	3,92	13,4	34	0,14							
132/2004	Рассольник Ленинградский	200	2,4	3,6	16,08	0,08	0,08	5,36	180,4	16,8	51,68	18,24	0,72							
тк 81	Сметана для супа	5	0,15	0,1	0	0,05	0,02	0,02	7,5	4,3	3	0,4	0,27							
971/2004	Рыба припущенная(8)	80	18,8	5,5	0,43	0,1	0,14	0,13	93,2	29,12	174	27,4	0,64							
тк 242	Картофель запеченный(9)	150	3,38	3,9	26,55	0,15	0,08	14,25	4,65	18,6	85,05	34,08	1,425							
638/2004	Компот из изюма(10)	200	0,3	0	25,6	0	0	0,8	0	24	0	0	0,8							
тк 57	Хлеб ржаной (2)	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	27,1	21	10,68	0,9							
тк 53	Булка Сухоложская Витаминизированная(1)	70	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	63,33	49	24,92	2,1							
	Итого:	772,2	33,83	15,3	118,54	0,87	0,6	22,52	291,15	363	397,13	149,7	6,995							
	Итого за день:	1425	1513,5	62,93	199,65	1,25	1,25	44,22	637,57	587,97	748,17	223,5	16,995							
	в:ж:у 1,3:1:4																			

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

3 Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

4 Допускается замена на бутерброд с маслом (тк 1/13/2015), сыр (порциями)(тк89)

5 Допускается замена на омлет, смешанный с мясными продуктами(тк199), омлет с сыром(тк198), омлет с картофелем запеченный(тк246)

6 Допускается замена на чай с молоком (тк3). Какао с молоком [тк18]

7 Допускается замена на кукурузу консервированную(тк259), овощи отварные(тк195), овощи свежие порционные.

8 Допускается замена на рыбу, припущенную в молоке(тк426), рыбу, тушеную с овощами(тк402), рыбу под сырной корочкой(тк405), тефтели рыбные(тк414)

9 Допускается замена на пюре картофельное(тк187), картофель в молоке(тк207), картофель запеченный со сметаной(тк230)

10 Допускается замена на напиток из свежемороженых плодов и ягод(тк28)

День: 12 Неделя: вторая

Возраст 7-11 лет

Сезон: осенний, зимний, весенний

ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углевод	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
																жир	белок
Горячий завтрак																	
ттк 161	Фрукты(3)	200	94	0	0	19,6	0	0	20	33,8	32	23,04	19,5	4,4			
1/13/2015	Бутиерброд с маслом (3)	25	82,5	0,8	4,1	4	0	0	0	22,5	0,05	4,8	1,31	0,2			
пром	Йогурт 2,5%(5)	150	118,5	4,2	3	16,95	0,05	0,23	1,2	0,03	0	177	144	24			
ттк201	Каша молочная рисовая(6)	150	69	3,08	2,48	9	0	0,15	0,6	14	0,006	121,35	90,15	20,57			
ттк 3	Чай с молоком(7)	200	107	4,3	3,3	15,67	0	0,2	0,8	25,5	0,45	158,7	39,15	34			
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	20	50,9	1,64	0,4	9,72	0,09	0,05	0	0	0,36	18,1	14	7,12			
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68			
	Итого за прием:	805	674,9	18,94	14,56	104,1	0,42	0,83	22,6	74,03	35,746	566,15	126,6	7,5			
Обед																	
ттк259	Кукуруза консервированная(8)	20	3,6	0,44	0,08	0,44	0	0	0,96	0,4	0,04	0,4	8,2	2,6			
171/2004	Суп-пюре из картофеля	200	126,4	3,2	4,88	17,12	0,12	0,09	6,32	100,16	0,21	45,68	17,44	0,72			
551/2004	Гренки	20	73,04	2,38	0,59	13,9	0,1	0,1	0	0	0	27,1	17,8	3,2			
ттк388	Голубцы с мясом говядины и рисом	200	250	17,25	13,25	13,25	0,1	0,1	5,75	8,6	1,7	86,25	39,5	2,75			
600/2004	Соус сметанный	100	48,8	0,57	3,62	3,34	0,03	0,03	4,5	400	0	31,81	59	6,8			
ттк28	Напиток из сливы(9)	200	102	0,2	0,1	25	0	0	16	3,4	0,14	6,9	5,8	0,3			
ттк 57	Хлеб ржаной (2)	30	76,5	2,46	0,64	14,58	0,14	0,1	0	0	0,54	27,1	21	10,68			
ттк 53	Булка Сухоложская Витаминизиров.(1)	70	178,5	5,74	1,52	34,02	0,33	0,18	0	0	1,26	63,33	49	24,92			
	Итого:	840	858,84	32,24	24,68	121,65	0,82	0,6	33,53	512,56	3,89	288,57	110,5	7,53			
Итого за день:		1645	1533,74	51,18	39,24	225,75	1,24	1,24	56,13	586,59	39,636	854,72	237,1	15,03			

Б,Ж:У 1,3:1:4,5

Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

Хлеб ржаной - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно-минерального комплекса "Колос-8"

Расчет пищевой ценности блюда - по яблоку

Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

Допускается замена на сыр (порциями)(тк89)

Допускается замена на кашу молочную рисовую(тк201), на молочную кашу из другого вида крупы

Допускается замена на чай с молоком (тк3)

Допускается замена на овощи свежие порционные, овощи отварные(тк195)

Допускается замена на напиток из другого вида плодов и ягод(тк28)