



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
НОВОКУЙБЫШЕВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ

«Фабрика школьного питания»

На с. 15



Согласовано  
Директор школы № 15



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор НМУП «ФПП»  
Резинкина Л.П.

**Примерное циклическое меню**

**завтраков и обедов на весенний период учащихся с 1-9 классов  
и детей с ограниченными возможностями здоровья с 1-9 классов**

**общеобразовательной школы**

**г. о. Новокуйбышевск**

**2024 год.**

Согласовано: Иферсоровски С.В. директор : Засловова О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Тертелли с соусом						
	Макаронны отварные с огурцом соленым	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Чай с сахаром	160	5,02	4,58	27,30	171,00	202/309/70
	Хлеб пшеничный	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	<b>Итого:</b>	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
<b>Обед</b>		500	15,78	17,36	70,19	499,80	
	Суп картофельный с горохом						
	Плов с икрой кабачковой	200	4,06	4,28	19,00	131,00	102
	Компот из свежих плодов (яблок)	210	15,04	31,90	36,10	491,70	265/п.п
	Хлеб пшеничный	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	40	2,60	0,40	16,00	78,00	
	<b>Итого за день:</b>	700	25,86	37,18	121,10	923,30	
<b>Завтрак</b>			41,64	54,54	191,29	1423,10	
	Тертелли с соусом						
<b>с5-1кгл</b>		100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Макаронны отварные с огурцом соленым	200	5,38	4,89	29,20	183,00	202/309/70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	550	16,94	17,77	76,29	533,00	
<b>Обед</b>							
<b>с5-1кгл</b>		250	5,00	5,35	23,80	163,80	102
	Плов с икрой кабачковой	250	18,00	37,10	42,60	577,60	265/п.п
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,40	16,00	78,00	
	<b>Итого:</b>	800	30,56	43,65	136,60	1063,20	
	<b>Итого за день:</b>		47,50	61,42	212,89	1596,20	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 2</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кгл</b>	Булочка "Бутербродная" с сыром	100	11,74	7,55	45,92	227,20	110*/15
	Каша вязкая молочная	200	6,10	12,10	35,00	273,00	173-175
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,30	151,80	379
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,42</b>	<b>22,33</b>	<b>63,30</b>	<b>652,00</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кгл</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,30	3,90	9,20	120,30	88
	Биточки с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268
	Картофельное пюре со свежлой отварной	150	2,57	3,50	15,30	140,00	312/2*
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>15,67</b>	<b>17,20</b>	<b>90,00</b>	<b>671,10</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>37,09</b>	<b>39,53</b>	<b>153,30</b>	<b>1323,10</b>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кгл</b>	Булочка "Бутербродная" с сыром	130	16,00	10,80	57,40	390,00	110*/15
	Каша вязкая молочная	220	6,70	13,30	38,50	300,00	173-175
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,30	151,80	379
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>26,28</b>	<b>26,78</b>	<b>124,20</b>	<b>841,80</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с5-11кгл</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,60	4,80	11,50	129,00	
	Биточки с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	88
	Картофельное пюре со свежлой отварной	180	3,60	5,20	21,50	168,00	268
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	312/2*
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	348
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>18,60</b>	<b>20,00</b>	<b>106,90</b>	<b>750,20</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,88</b>	<b>46,78</b>	<b>231,10</b>	<b>1592,00</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	150	18,40	13,90	76,20	503,00	224
	Плоды свежие	150	0,60	0,00	18,90	78,00	338
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>19,10</b>	<b>13,90</b>	<b>110,10</b>	<b>641,00</b>	
Обед	Суп картофельный с рисом	200	1,60	2,20	16,70	93,00	101
	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Горох отварной с огурцом соленым	150	11,80	1,20	38,60	214,00	197/306/70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>28,00</b>	<b>15,10</b>	<b>113,50</b>	<b>704,40</b>	
	<b>Итого за день:</b>						
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	200	47,10	29,00	223,60	1345,40	
	Плоды свежие	150	24,50	18,50	101,60	670,60	224
	Чай с сахаром	200	0,60	0,00	18,90	78,00	338
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>72,20</b>	<b>47,50</b>	<b>344,10</b>	<b>1802,00</b>	<b>376</b>
Обед	Суп картофельный с рисом	250	2,00	2,76	20,90	116,30	101
	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Горох отварной с огурцом соленым	180	14,20	1,48	46,40	256,40	197/306/70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>31,60</b>	<b>16,04</b>	<b>129,70</b>	<b>791,30</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>56,80</b>	<b>34,54</b>	<b>265,20</b>	<b>1599,90</b>	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 4</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кгл</b>							
	Птица тушеная в соусе	90	12,50	13,95	3,42	189,00	290/331
130/30	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом свежим	170	7,24	5,90	39,01	237,76	171/302/70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>23,04</b>	<b>20,35</b>	<b>74,23</b>	<b>571,56</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кгл</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,40	4,00	12,00	100,00	82
	Тефтели рыбные с соусом	100	6,40	5,90	9,10	125,00	239/331
	Рис припущенный с кукурузой консервированной	150	3,60	4,30	37,00	199,00	305
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>15,78</b>	<b>14,80</b>	<b>113,70</b>	<b>670,40</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>38,82</b>	<b>35,15</b>	<b>187,93</b>	<b>1241,96</b>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кгл</b>							
	Птица тушеная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом свежим	190	8,24	6,70	44,40	271,40	171/302/70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>27,04</b>	<b>23,00</b>	<b>88,40</b>	<b>668,60</b>	
<b>Обед</b>							
<b>с5-11кгл</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	5,00	15,00	112,00	82
	Тефтели рыбные с соусом	100	6,40	5,90	9,10	125,00	239/331
	Рис припущенный с кукурузой консервированной	180	4,30	5,20	44,40	239,00	305
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>19,28</b>	<b>17,10</b>	<b>136,70</b>	<b>786,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>46,32</b>	<b>40,10</b>	<b>225,10</b>	<b>1454,60</b>	

**Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 5</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>с1-4кг</b>	Рагу из птицы с помидором свежим	255	17,60	20,90	24,90	358,80	289/71
	Чай с молоком	215	1,40	1,60	17,70	91,00	378
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,40	0,40	12,60	64,00	
	<b>Итого:</b>	500	21,40	22,90	55,20	513,80	
<b>Обед</b>							
<b>с1-4кг</b>	Рассольник ленинградский	200	1,70	4,00	16,40	109,00	96
	Кнели из птицы с соусом	90	8,90	11,30	0,40	162,00	301/331
	Макаронны отварные с огурцом свежим	160	5,16	5,10	35,10	165,60	202/309
	Компот из свежих плодов (яблоч)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,40	0,40	12,60	64,00	
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	700	19,62	21,00	101,50	656,20	
	<b>Итого за день:</b>		41,02	43,90	156,70	1170,00	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-1кг</b>	Рагу из птицы с помидором свежим	265	17,70	20,90	24,70	361,40	289/71
	Чай с молоком	215	1,40	1,60	17,70	91,00	378
	<b>Хлеб пшеничный</b>	70	5,60	0,84	29,40	148,40	
	<b>Итого:</b>	550	24,70	23,34	71,80	600,80	
<b>Обед</b>							
<b>с5-1кг</b>	Рассольник ленинградский	250	1,90	5,20	16,70	136,30	96
	Кнели из птицы с соусом	100	9,88	12,55	0,44	180,00	301/331
	Макаронны отварные с огурцом свежим	180	5,60	5,40	37,60	179,00	202/309
	Компот из свежих плодов (яблоч)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	<b>Хлеб пшеничный</b>	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	810	23,64	24,15	116,94	778,10	
	<b>Итого за день:</b>		48,34	47,49	188,74	1378,90	



**Меню приготовляваемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Неделя 2 День 1</b>								
Завтрак	с1-4кл	Котлета с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268/331
		Макаронны отварные с икрой кабачковой	150	7,10	9,20	10,90	140,00	202/309/п.п
		Чай с сахаром, с лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
		Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
		<b>Итого:</b>	<b>512</b>	<b>17,60</b>	<b>18,90</b>	<b>54,60</b>	<b>457,80</b>	
Обед	с1-4кл	Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,28	19,00	131,00	102
		Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
		Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соевым	150	6,50	5,40	36,00	220,00	171/302/70
		Компот из свежих плодов (яблоч)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
		Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00		
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>21,88</b>	<b>22,56</b>	<b>115,69</b>	<b>754,20</b>		
	<b>Итого за день:</b>		<b>39,48</b>	<b>41,46</b>	<b>170,29</b>	<b>1212,00</b>		
<b>Завтрак</b>								
с5-11кл	с5-11кл	Котлета с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268
		Макаронны отварные с икрой кабачковой	180	8,52	11,04	13,08	204,00	202/309/п.п
		Чай с сахаром, с лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
		Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
		<b>Итого:</b>	<b>552</b>	<b>19,82</b>	<b>20,84</b>	<b>60,98</b>	<b>543,00</b>	
<b>Обед</b>								
с5-11кл	с5-11кл	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,35	23,80	163,80	102
		Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
		Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соевым	180	8,20	6,70	44,00	269,60	171/302/70
		Компот из свежих плодов (яблоч)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
		Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00		
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>26,12</b>	<b>25,13</b>	<b>136,89</b>	<b>879,00</b>		
	<b>Итого за день:</b>		<b>45,94</b>	<b>45,97</b>	<b>197,87</b>	<b>1422,00</b>		

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Неделя 2 День 2</b>								
Завтрак	Ватрушка с творогом	100	11,74	3,47	40,40	240,00	410	
	Каша вязкая молочная	200	8,50	13,30	62,20	269,00	173-175	
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	382	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>23,94</b>	<b>19,97</b>	<b>129,30</b>	<b>659,80</b>		
Обед	Салат из свеклы отварной	70	1,10	4,20	7,70	72,80	52	
	Суп овощной	200	1,40	4,00	11,40	90,00	99	
	Запеканка картофельная с мясом	130	20,00	26,00	13,90	292,00	284	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349	
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00		
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,50	20,00	97,00		
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>29,90</b>	<b>35,30</b>	<b>95,80</b>	<b>745,40</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>53,84</b>	<b>55,27</b>	<b>225,10</b>	<b>1405,20</b>		
Завтрак	Ватрушка с творогом	100	11,74	3,47	40,40	240,00	410	
	Каша вязкая молочная	230	9,78	15,30	77,53	326,00	173-175	
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	382	
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,27	8,40	42,40		
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>26,82</b>	<b>22,24</b>	<b>153,03</b>	<b>759,20</b>		
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	52	
	Суп из овощей	250	1,75	4,90	14,20	109,00	99	
	Запеканка картофельная с мясом	180	27,69	36,00	21,30	401,00	284	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349	
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00		
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00		
<b>Итого:</b>		<b>800</b>	<b>36,44</b>	<b>47,70</b>	<b>97,30</b>	<b>846,60</b>		
<b>Итого за день:</b>			<b>63,26</b>	<b>69,94</b>	<b>250,33</b>	<b>1605,80</b>		



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 3</b>							
Завтрак	Винегрет овощной	60	0,84	1,60	5,16	37,80	67
	Плов из птицы	200	19,00	22,00	29,00	408,00	291
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>23,14</b>	<b>24,10</b>	<b>65,96</b>	<b>590,60</b>	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,12	2,20	19,00	106,00	103
	Шницель с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268/331
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	150	4,43	4,74	31,00	187,00	171/302/п.п
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	8,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00		
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>18,03</b>	<b>16,74</b>	<b>89,50</b>	<b>707,40</b>		
<b>Итого за день:</b>							
			<b>41,17</b>	<b>40,84</b>	<b>155,46</b>	<b>1298,00</b>	
Завтрак	Винегрет овощной	100	1,40	2,60	8,60	63,00	67
	Плов из птицы	200	19,00	22,00	29,00	408,00	291
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,70	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>24,50</b>	<b>25,20</b>	<b>73,60</b>	<b>637,70</b>	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,80	24,20	132,00	103
	Гуляш	100	10,78	4,48	2,59	134,00	260
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	180	5,31	5,69	37,20	202,50	171/302/п.п
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	8,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00		
<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>24,72</b>	<b>13,77</b>	<b>100,99</b>	<b>757,30</b>		
<b>Итого за день:</b>							
			<b>49,22</b>	<b>38,97</b>	<b>174,59</b>	<b>1395,00</b>	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 4</b>							
<b>Завтрак</b>							
с1-4кгл	Биточки рыбные с соусом	100	7,10	6,80	7,70	160,50	234/330
	Картофельное пюре с огурцом свежим	150	3,10	5,10	18,60	180,90	312
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,70	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>14,30</b>	<b>12,50</b>	<b>62,30</b>	<b>508,10</b>	
<b>Обед</b>							
с1-4кгл	Борщ с капустой и картофелем	200	1,40	4,00	12,00	100,00	82
	Птица тушеная в соусе	90	12,50	13,95	3,42	189,00	290/331
	Макароны отварные с помидором свежим	150	4,70	3,96	24,30	151,30	202/309/71
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,00	58,50	
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>23,10</b>	<b>22,61</b>	<b>86,12</b>	<b>650,00</b>		
<b>Итого за день:</b>							
			<b>37,40</b>	<b>35,11</b>	<b>148,42</b>	<b>1158,10</b>	
<b>Завтрак</b>							
с5-11кгл	Биточки рыбные с соусом	100	7,10	6,80	7,70	160,50	234/330
	Картофельное пюре с огурцом свежим	190	3,92	6,46	23,56	230,00	312
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>15,92</b>	<b>14,06</b>	<b>71,46</b>	<b>577,70</b>	
<b>Обед</b>							
с5-11кгл	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	5,00	15,00	112,00	82
	Птица тушеная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
	Макароны отварные с помидором свежим	180	5,80	4,90	38,00	187,00	202/309/71
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00		
<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>27,70</b>	<b>26,40</b>	<b>111,80</b>	<b>762,80</b>		
<b>Итого за день:</b>							
			<b>43,62</b>	<b>40,46</b>	<b>183,26</b>	<b>1340,50</b>	



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Первые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 5</b>							
Завтрак	Плоды свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
с1-4кл	Омлет натуральный с икрой свекольной	156	15,68	25,60	10,20	255,00	210
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,70	
	<b>Итого:</b>	<b>506</b>	<b>20,18</b>	<b>26,20</b>	<b>58,80</b>	<b>473,70</b>	
Обед	Суп картофельный с пшеном и рыбой	200	3,44	3,18	16,46	108,20	101/226
с1-4кл	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Рагу овощное с огурцом свежим	150	1,80	11,00	14,00	157,00	143
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>19,94</b>	<b>25,78</b>	<b>96,66</b>	<b>694,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>40,12</b>	<b>51,98</b>	<b>155,46</b>	<b>1167,70</b>	
Завтрак	Плоды свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
с5-11кл	Омлет натуральный с икрой свекольной	205	20,61	33,64	11,20	301,70	210
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,70	
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>25,11</b>	<b>34,24</b>	<b>59,80</b>	<b>520,40</b>	
Обед	Суп картофельный с пшеном и рыбой	250	4,30	3,98	20,57	135,50	101/226
с5-11кл	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Рагу овощное с огурцом свежим	180	2,50	12,50	16,30	183,00	143
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,70	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>23,10</b>	<b>28,28</b>	<b>111,47</b>	<b>790,40</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,21</b>	<b>62,52</b>	<b>171,27</b>	<b>1310,80</b>	
<b>Среднее значение за период 10 дней: для детей 7-10 лет</b>							
			<b>41,77</b>	<b>42,68</b>	<b>176,76</b>	<b>1274,46</b>	
<b>Среднее значение за период 10 дней: для детей 12 лет и старше</b>							
			<b>49,41</b>	<b>48,82</b>	<b>210,04</b>	<b>1469,57</b>	

В питании ежедневно используется подприванная соль и проводится витаминизация С - витаминизация III блюда.

Технолог: