Согласовано
Руководитель_____
_____/_____

Утверждаю
Директор ООО «ОптТорг»
_____/Исакова Г.Ф.

Основное 2-х недельное меню

школьных завтраков и обедов
для обучающихся в 1 смену
1 – 4 классов и 5 - 11 классов,
В том числе для категории ММС, ОВЗ, ДИ
на весенне-летний период

Отдел питания - +7937 8628985

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: Весна-лето
Возростная категория: **Начальные классы**

1-ая неделя/Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с томатным соусом	160	11,6	15,12	38,34	217	КП24030
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Фруктовое пюре в ассортименте	125	0	0	9	150	ПОК0114
Сыр порционный	12	3,6	1,92	2,4	55	КП24060
Всего в Завтрак	**537**	**18,6**	**17,52**	**71,6**	**543**	
Обед						
Рассольник домашний	200	3,65	12,85	43,54	300	КП22292
Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5	21	206	КП24049
Котлеты куриные с соусом томатным	90	10,13	2,33	3,8	16	КП24032
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**705**	**24**	**24,8**	**101,07**	**705**	
Всего в день	**1242**	**42,6**	**42,32**	**172,67**	**1248**	

1-ая неделя/Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	170	8	6,1	25	240	КП24048
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,4	9,42	33,6	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**17,8**	**16**	**80,46**	**481**	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	6,1	7,65	19,14	208	КП24127
Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	199	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	90	7,5	7,2	8	130	КП24040
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**705**	**23,59**	**27**	**101**	**803**	
Всего в день	**1205**	**41,39**	**43**	**181,46**	**1284**	

1-ая неделя/Среда

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с маслом	170	3,5	10,74	49,39	220	КП24196
Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	7,64	4,73	4	115	КП24204
Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП24047
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**15,6**	**16**	**69**	**477**	

Обед						
Огурцы свежие(порционно)	40	0,01	0,03	0,88	7	КП22410
Суп-лапша домашняя	200	4,79	6,07	16	225	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	150	13,2	13,6	51	290	КП24035
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**655**	**23,43**	**24,32**	**100,61**	**705**	
Всего в день	**1155**	**39,03**	**40,32**	**169,61**	**1182**	

1-ая неделя /Четверг

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Плов из говядины	160	12,3	15,3	43,3	335	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Огурцы свежие(порционно)	90	0,03	0,07	1,96	16	КП22410
Всего в Завтрак	**490**	**15,73**	**15,85**	**67,12**	**472**	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,5	4,43	15,13	149	КП24010
Картофель и овощи,тушенные в соусе с куриным фаршем	195	11,7	12,35	19,5	237	КП24034
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,2	0,1	17,2	120	КП24056
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1ш	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Обед	**660**	**26,63**	**27,1**	**102,86**	**822**	
Всего в день	**1150**	**42,36**	**42,95**	**169,98**	**1294**	

1-ая неделя/Пятница

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	170	4,26	10,34	43,49	225	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125	КП24033
Чай витаминизированный "Витошка"	200	0	0	9,7	39	КП24046
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**16,79**	**15,9**	**79,22**	**483**	
Обед						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	15,18	14,77	29,43	257	КП24119
Спагетти отварные с маслом	150	3,09	5,01	18,2	131	КП24196
Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	1,5	2,55	8,65	64	КП24008
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**705**	**26**	**27**	**110,01**	**718**	
Всего в день	**1205**	**42,79**	**42,9**	**189,23**	**1201**	

2-ая неделя/Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с маслом	170	12,32	15,42	46,14	351	КП24052
Огурцы свежие(порционно)	90	0,03	0,07	1,96	16	КП22410
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**15,75**	**15,97**	**69,96**	**488**	

Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем	200	10,67	10,98	40,48	200	КП24118
Плов из говядины	150	9,5	14,5	35,8	285	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Фруктовое пюре в ассортименте	125	0	0	9	150	ПОК0114
Всего в Обед	**740**	**25,6**	**30,1**	**118,01**	**818**	
Всего в день	**1240**	**41,35**	**46,07**	**187,97**	**1306**	

2-ая неделя/Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	170	4,26	10,34	43,49	225	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	90	7,5	7,2	8	130	КП24040
Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП24047
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**16,22**	**18,07**	**67,1**	**497**	
Обед						
Огурцы свежие(порционно)	40	0,01	0,03	0,88	14	КП22410
Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	5,06	6,62	26,37	163	КП24018
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами	175	13,31	12,4	29,37	315	КП24180
Компот яблочный	200	0	0	17,6	67	КП24055
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**680**	**23,61**	**23,67**	**100,45**	**715**	
Всего в день	**1180**	**39,83**	**41,74**	**167,55**	**1212**	

2-ая неделя/Среда

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша рисовая молочная	170	5,8	8,27	27,2	231	КП24053
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,4	9,42	33,6	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**15,6**	**18,17**	**82,66**	**472**	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	6,1	7,55	19,14	208	КП24127
Макароны отварные с маслом	150	3,72	9,15	26,98	215	КП24052
Котлеты куриные с соусом томатным	90	10,13	2,33	3,08	16	КП24032
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**705**	**26,18**	**23,7**	**102,93**	**705**	
Всего в день	**1205**	**41,78**	**41,87**	**185,59**	**1177**	

2-ая неделя/Четверг

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с томатным соусом	220	10,1	9,92	32,98	263	КП24199
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1шт.	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Завтрак	**460**	**15,5**	**16**	**79,64**	**544**	

Обед						
Суп картофельный с вермишелью	200	5,06	6,62	26,37	163	КП24012
Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	199	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125	КП24033
Компот яблочный	200	0	0	17,6	67	КП24055
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**705**	**23,38**	**23,8**	**101**	**710**	
Всего в день	**1165**	**38,88**	**39,8**	**180,64**	**1254**	

2-ая неделя/Пятница

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая	170	5,43	8,12	39,14	233	КП24049
Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	7,5	7,2	8	130	КП24005
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	40	3,2	0,48	15,36	94	0000АРГ
Всего в Завтрак	**500**	**16,33**	**15,8**	**69**	**484**	
Обед						
Огурцы свежие(порционно)	40	0,01	0,03	0,88	7	КП22410
Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,5	4,43	15,13	149	КП24010
Плов из говядины	150	9,5	14,5	35,8	285	КП24050
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	35	2,8	0,42	13,44	82	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	30	2,43	4,2	12,79	74	ШК00АРГ
Всего в Обед	**655**	**23,24**	**23,63**	**105,54**	**707**	
Всего в день	**1155**	**39,57**	**39,43**	**174,54**	**1191**	
Итого:		**409,58**	**420,4**	**1779,24**	**12349**	

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: Весна-лето
Возростная категория: **Старшие классы**

1-ая неделя/Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с томатным соусом	185	9,6	11,2	37,95	291	КП24030
Чай с сахаром	200	3,1	4	16	180	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Фруктовое пюре в ассортименте	125	0	0	9	150	ПОК0114
Сыр порционный	15	4,6	2,92	3,4	80,2	КП24060
Всего в Завтрак	**575**	**20,05**	**18,72**	**82,6**	**818,2**	
Обед						
Рассольник домашний	250	2	5	10	98	КП22292
Каша гречневая рассыпчатая	180	6	5,4	30	210	КП24049
Котлеты куриные с соусом томатным	100	13	10	25	320	КП24037
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**815**	**26,92**	**26,54**	**100,8**	**855**	
Всего в день	**1390**	**46,97**	**45,26**	**183,4**	**1673,2**	

1-ая неделя/Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	200	11	8,6	38	240	КП24048
Сырники из творога с соусом молочным	90	5,4	9	13,5	120	КП24057
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**540**	**19,35**	**18,2**	**74,25**	**504**	
Обед						
Суп картофельный с вермишелью	250	9	3	16	114	КП24127
Картофельное пюре	180	1,2	0,5	6,7	110	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	100	10	16	28	267	КП24041
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**815**	**26,82**	**25,74**	**101**	**823**	
Всего в день	**1355**	**46,17**	**43,94**	**175,25**	**1327**	

1-ая неделя/Среда

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с маслом	200	7,5	7,1	32,4	230	КП24196
Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	100	9	11	22,3	171	КП24205
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24047
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**550**	**19,45**	**18,7**	**77,45**	**545**	

Обед						
Огурцы свежие (порционно)	50	0,02	0,03	0,9	8	КП22410
Суп-лапша домашняя	250	10	11	7	189	КП24016
Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	180	7	6	29	280	КП24035
Чай с сахаром	200	1,6	0	29	111	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**765**	**24,34**	**23,17**	**95,2**	**788**	
Всего в день	**1315**	**43,79**	**41,87**	**172,65**	**1333**	

1-ая неделя /Четверг

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Плов из говядины	200	12,9	14	41	339	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Огурцы свежие (порционно)	100	0,05	0,9	2	18	КП22410
Всего в Завтрак	**550**	**15,9**	**15,5**	**65,75**	**501**	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	8	7	18	335	КП24010
Картофель и овощи, тушенные в соусе с куриным фаршем	230	6	5,5	30	227	КП24034
Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,2	0,2	12	50	КП24056
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1шт.	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Обед	**765**	**21,92**	**24,44**	**114,1**	**972**	
Всего в день	**1315**	**37,82**	**39,94**	**179,85**	**1473**	

1-ая неделя/Пятница

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	200	5,5	4,2	24	167	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	100	8,7	12	24	189	КП24036
Чай витаминизированный "Витошка"	200	1	0	2	54	КП24046
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**550**	**17,95**	**16,8**	**66,25**	**527**	
Обед						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	5,6	4	14	186	КП24119
Спагетти отварные с маслом	180	5,8	5,4	27	180	КП24196
Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	100	8	10,3	15	175	КП24009
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**815**	**26,02**	**25,94**	**106,3**	**873**	
Всего в день	**1365**	**43,97**	**42,74**	**172,55**	**1400**	

2-ая неделя/Понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Макароны отварные с маслом	200	5,7	7	18	234	КП24052
Огурцы свежие (порционно)	100	0,02	0,09	2	18	КП22410
Чай с сахаром	200	3,1	4	16	180	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**550**	**11,57**	**11,69**	**52,25**	**549**	

Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,4	4,6	30	168	КП24118
Плов из говядины	180	11	14	35	398	КП24050
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Фруктовое пюре в ассортименте	125	1,5	1,9	9,8	47	ПОК0114
Всего в Обед	**840**	**25,82**	**26,64**	**110,6**	**840**	
Всего в день	**1390**	**37,39**	**38,33**	**162,85**	**1389**	

2-ая неделя/Вторник

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Картофельное пюре	200	7,7	7,6	35	251	КП24051
Котлеты мясные с соусом томатным	100	8	10	11	168	КП24041
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24047
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**550**	**18,65**	**18,2**	**68,75**	**563**	
Обед						
Огурцы свежие (порционно)	50	0,02	0,03	0,9	14	КП22410
Суп картфельный с вермишелью	250	3,9	4,2	12,3	176	КП24012
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами	190	7,7	10	24	210	КП24180
Компот яблочный	200	1,6	0	29	111	КП24055
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**775**	**18,94**	**20,37**	**95,5**	**711**	
Всего в день	**1325**	**37,59**	**38,57**	**164,25**	**1274**	

2-ая неделя/Среда

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша рисовая молочная	200	8,3	10,4	34	320	КП24053
Сырники из творога с соусом молочным	90	6,9	6	18	110	КП24057
Чай с сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**540**	**18,25**	**17,3**	**69,25**	**612**	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	5	4	13	105	КП24127
Макароны отварные с маслом	180	5	6	28	200	КП24052
Котлеты куриные с соусом томатным	100	13	10	25	310	КП24037
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**815**	**29,62**	**26,24**	**116,3**	**947**	
Всего в день	**1355**	**47,87**	**43,54**	**185,55**	**1559**	

2-ая неделя/Четверг

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Спагетти отварные с томатным соусом	260	15,4	18,4	50,9	305	КП24199
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	27	КП24045
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Ванюшкины сладости "Оладушки"	1шт.	2	5,6	24,8	160	ПОК0272
Всего в Завтрак	**510**	**20,35**	**24,6**	**98,45**	**609**	

Обед						
Суп картофельный с вермишелью	250	1,8	2,1	7,2	52	КП24012
Картофельное пюре	180	4	5,8	19	107	КП24051
Биточки рыбные с соусом томатным	100	11,5	10	40	450	КП24036
Компот яблочный	200	0,2	0	6,5	27	КП24055
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**815**	**23,22**	**24,04**	**102**	**836**	
Всего в день	**1325**	**43,57**	**48,64**	**200,45**	**1445**	

2-ая неделя/Пятница

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая	200	6	5	24	167	КП24049
Котлеты из говядины"Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	10	14	35	254	КП24042
Чай с сахаром	200	0,3	0,3	1	65	КП24047
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	50	2,75	0,6	16,25	117	0000АРГ
Всего в Завтрак	**550**	**19,05**	**19,9**	**76,25**	**603**	
Обед						
Огурцы свежие (порционно)	50	0,02	0,03	0,9	14	КП22410
Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	10	5	16	162	КП24010
Плов из говядины	180	6,66	11,25	30	281	КП24050
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,1	21	132	КП24054
Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания	45	2,48	0,54	14,63	105	0000АРГ
Хлеб "По-деревенски"	40	3,24	5,6	14,67	95	ШК00АРГ
Всего в Обед	**765**	**23,3**	**22,52**	**97,2**	**789**	
Всего в день	**1315**	**42,35**	**42,42**	**173,45**	**1392**	
Итого:		**427,49**	**425,25**	**1770,25**	**14265,2**	