


СОГЛАСОВАНО:

Заместитель Руководителя
Управления Роспотребнадзора


/И.А. КЛИМИНА/
« 08 » 05 2019 год
Мп.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора муниципального бюджетного
учреждения детский оздоровительный
лагерь "Чайка" Светлоярского
муниципального района Волгоградской
области


/О.А. Сержантова/
« 07 » 05 2019 год
Мп.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

на 21 день

для муниципального бюджетного учреждения
детского оздоровительного лагеря "Чайка"
Светлоярского муниципального района Волгоградской
области

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 года

Сборник рецептов под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г

п. Кирова, 2019г.

1 день

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)									Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б			Ж			У			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
ОБЕД																
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.			
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	350	5,49	7,69	5,27	7,38	16,54	23,15	149,00	208,00	5,83	8,16	102/2011г.			
Чахохбили	110	130	4,90	5,79	4,78	5,65	4,02	4,75	115,00	136,00	2,61	3,08	491/2004г.			
Пюре картофельное	150	200	3,07	4,09	0,48	0,64	20,44	27,55	137,00	183,00	18,16	24,21	312/2011г.			
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.			
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ПОЛДНИК																
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.			
Фрукты свежие (яблоки свежие)	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.			
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
УЖИН																
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.			
Макароник с мясом и маслом	280/10	280/10	35,58	35,58	49,64	49,64	41,46	41,46	550	550	0	0	285/2011г.			
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.			
Хлеб пшеничный	100	80	8,01	6,41	1,54	1,23	48,73	38,98	245,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
2-й УЖИН																
Кисломолочный напиток	200	200	5,40	5,40	4,26	4,26	20,74	20,74	142,00	142,00	0,18	0,18	Заводская упаковка			
Пирожок печёный с картофелем и луком	75	75	4,51	4,51	2,30	2,30	30,41	30,41	160,00	160,00	0,50	0,50	406/2011г. 467/2011г.			
Итого за день:	X	X	80,35	86,40	88,19	91,71	352,99	376,48	2175,40	2366,80	52,12	68,79	X			

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)			Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	2	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	10	11	7-10 лет		11 лет и старше
				7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
ЗАВТРАК																
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	220/5	250/5	6,40	7,27	11,23	12,76	33,92	38,55	263,00	299,00	1,23	1,39	181/2011г.			
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.			
Соуска отварная	55	55	5,55	5,55	15,55	15,55	0,25	0,25	164,00	164,00	0,00	0,00	243/2011г.			
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.			
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ОБЕД																
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.			
Щи из свежей капусты с картофелем	250	350	1,77	2,47	4,95	6,93	7,90	11,06	90,00	126,00	15,78	22,09	88/2011г.			
Тефтели мясные 2-й вариант	90	100	9,87	10,97	8,68	9,65	8,90	9,88	153,00	170,00	0,39	0,43	279/2011г.			
Соус сметанный с томатом	60	60	0,64	0,64	1,80	1,80	2,53	2,53	29,00	29,00	0,48	0,48	331/2011г.			
Пюре из бобовых с маслом (гороховое)	150/5	200/5	13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00	0,00	0,00	199/2011г.			
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	53,00	53,00	0,00	0,00	1096/2013г.			
Хлеб пеклеваемый	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ПОЛДНИК																
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.			
Оладьи из творога повидлом	50/20	50/20	5,97	5,97	5,78	5,78	22,60	22,60	166,00	166,00	0,41	0,41	225/2011г.			
Фрукты свежие (бананы)	200	250	3,00	3,77	1,40	1,22	1,81	2,27	189,00	236,00	1,20	1,50	Заводская упаковка			
УЖИН																
Салат из свежлы отварной	70	100	0,99	1,41	4,21	6,01	5,78	8,26	64,90	92,80	4,66	6,65	52/2011г.			
Гуляш из отварной говядины	100/50	100/50	20,04	20,04	21,12	21,12	4,91	4,91	252,00	252,00	1,80	1,80	246/2011г.			
Каша рассыпчатая гречневая	150	200	8,60	11,46	6,09	8,12	38,64	51,55	244,00	325,00	0,00	0,00	302/2011г.			
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.			
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
2-й УЖИН																
Кисломолочный напиток	200	200	8,20	8,20	3,00	3,00	11,80	11,80	114,00	114,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
Итого за день:	X	X	110,10	128,27	121,75	133,20	407,28	486,00	2981,10	3517,60	37,80	48,07	X			

3 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)			Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	2	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	10	11	12		13
				7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1				4	5	6	7	8	9						14	
ЗАВТРАК																
Запеканка из творога с молоком густым	150/20	150/20		26,31	26,31	19,90	19,90	50,40	50,40	486,00	486,00	0,85	0,85	0,00	223/2011г.	
Масло сливочное (порциями)	10	10		0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	0,00	14/2011г.	
Сыр (порциями)	20	20		4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	0,14	15/2011г.	
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15		3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	1,30	379/2011г.	
Батон нарезной	80	100		6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
ОБЕД																
Салат из белокачанной капусты	70	100		0,92	1,31	2,27	3,30	4,53	6,46	42,28	60,40	11,97	17,10	0,00	45/2011г.	
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	350/35		2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	105,00	148,00	11,07	15,51	0,00	104/105 2011г.	
Биточки мясные	90	100		11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	0,49	268/2011г.	
Соус сметанный с луком	30	30		0,49	0,49	1,76	1,76	2,11	2,11	26,00	26,00	0,40	0,40	0,40	332/2011г.	
Рис отварной	150	200		3,65	4,87	5,38	7,17	36,68	48,91	210,00	280,00	0,00	0,00	0,00	304/2011г.	
Компот из свежих плодов	200	200		0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	115,00	115,00	0,90	0,90	0,90	342/2011г.	
Хлеб пеклеанный	80	120		5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
ПОЛДНИК																
Сок фруктовый	200	200		1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	4,00	389/2011г.	
Кондитерские изделия	30	30		4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
Фрукты свежие (груши)	200	250		0,80	1,00	0,61	0,77	1,41	1,77	91,00	114,00	4,61	5,77	5,77	338/2011г.	
УЖИН																
Овоши натуральные свежие (помидоры)	70	100		0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	0,00	71/2011г.	
Бефстроганов из отварной говядины с соусом сметанным	100	100		14,44	14,44	12,25	12,25	3,78	3,78	181,00	181,00	0,37	0,37	0,37	245,330/2011г.	
Картофель отварной	150	200		2,86	3,81	4,32	5,76	23,01	30,68	143,00	190,00	21,00	28,00	28,00	310/2011г.	
Чай с сахаром	200/15	200/15		0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	0,03	376/2011г.	
Хлеб пшеничный	50	80		4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
2-й УЖИН																
Молоко в заводской упаковке	200	200		5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
Варушка с творогом	75	75		4,61	4,61	2,74	2,74	14,59	14,59	101,00	101,00	0,02	0,02	0,02	410/2011г.	
Итого за день:	X	X		103,64	115,71	108,39	116,54	409,74	482,47	2844,48	3281,20	69,35	92,38	92,38	X	

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ЗАВТРАК														
Макаронные отварные с сыром	200/15	200/20	11,03	12,19	5,32	6,79	42,56	42,56	262,40	280,40	0,11	0,14	333/2004г.	
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.	
Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,52	1,52	1,35	1,35	15,90	15,90	81,00	81,00	1,33	1,33	378/2011г.	
Йогурт густой	95	95	1,50	1,50	3,88	3,88	13,80	13,80	97,00	97,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
ОБЕД														
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.	
Борщ с фасолью, картофелем и сметаной	250/25/7	350/35/10	3,04	4,25	3,93	5,50	10,71	15,00	137,00	192,00	5,70	8,00	116/2004г.	
Рыба, тушеная в томате с овощами	110/100	130/100	10,73	12,68	5,45	6,44	4,18	4,94	116,00	137,00	4,13	4,85	229/2011г.	
Пюре картофельное	150	200	3,07	4,09	0,48	0,64	20,44	27,55	137,00	183,00	18,16	24,21	312/2011г.	
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.	
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
ПОЛДНИК														
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.	
Фрукты свежие (бананы)	200	250	3,00	3,77	1,40	1,22	1,81	2,27	189,00	236,00	1,20	1,50	Заводская упаковка	
Вапрушка французская	80	100	88,00	110,00	11,20	14,00	35,36	44,20	274,00	242,00	0,05	0,06		
УЖИН														
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.	
Плов из отварной говядины	100/200	100/200	15,30	15,30	14,33	14,33	24,38	24,38	297,00	297,00	0,26	0,26	244/2011г.	
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.	
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
2-й УЖИН														
Кисломолочный напиток	200	200	5,40	5,40	4,26	4,26	20,74	20,74	142,00	142,00	0,18	0,18	Заводская упаковка	
Булочные изделия	60	60	4,32	4,32	3,72	3,72	30,60	30,60	190,00	190,00	0,00	0,00	Заводская упаковка	
Итого за день:	X	X	165,99	201,44	65,26	73,22	392,42	457,72	2778,00	3148,20	51,56	67,69	X	

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)			Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	3	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	10	11	12	13	
				7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2			4	5	6	7	8	9							14
ЗАВТРАК																
Каша жидкая молочная (рисовая) с маслом	2205/5	250/5	5,34	6,07	11,23	12,76	35,01	39,79	263,00	299,00	1,23	1,39	182/2011г.			
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.			
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.			
Яйца варёные	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00	209/2011г.			
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.			
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ОБЕД																
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.			
Суп-картофельный с рыбными фрикадельками	250/18	350/18	2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	106,00	148,00	11,08	15,51	106/2011г. 107/2011г.			
Запеканка картофельная с мясом и маслом	280/5	280/5	33,28	33,28	41,78	41,78	39,60	39,60	650,00	650,00	9,56	9,56	284/2011г.			
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	200	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00	0,00	0,00	348/2011г.			
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ПОЛДНИК																
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.			
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
Фрукты свежие (апельсины)	200	250	2,56	3,20	0,56	0,70	1,44	1,80	108,00	135,00	0,85	1,07	338/2011г.			
УЖИН																
Икра кабачковая	100	100	2,73	2,73	7,19	7,19	14,55	14,55	134,00	134,00	4,68	4,68	73/2011г.			
Зразы мясные рубленые	90	100	8,70	9,67	11,16	12,40	11,34	12,60	181,00	201,00	1,54	1,71	274/2011г.			
Соус сметанный с томатом	60	60	0,64	0,64	1,80	1,80	2,53	2,53	29,00	29,00	0,48	0,48	331/2011г.			
Каша рассыпчатая гречневая	150	200	8,60	11,46	6,09	8,12	38,64	51,55	244,00	325,00	0,00	0,00	302/2011г.			
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.			
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
2-й УЖИН																
Кисломолочный напиток	200	200	8,20	8,20	3,00	3,00	11,80	11,80	114,00	114,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
Пирожок с повидлом	60	60	5,70	5,70	4,65	4,65	42,30	42,30	313,00	313,00	0,58	0,58	738/2004г.			
Итого за день:	X	X	113,11	126,32	131,28	138,45	462,28	531,02	3336,20	3753,80	47,72	57,95	X			

6 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет		11 лет и старше
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Пудинг из творога (запеченный)	100	110	16,48	18,13	13,92	15,31	28,48	31,33	306,00	337,00	0,42	0,46	222/2011г.		
Соус молочный(сливочный)	60	60	1,17	1,17	2,71	2,71	7,95	7,95	61,00	61,00	0,20	0,20	327/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.		
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Салат из белокочанной капусты	70	100	0,92	1,31	2,27	3,30	4,53	6,46	42,28	60,40	11,97	17,10	45/2011г.		
Суп «Полевой»	250	350	2,86	4,00	2,96	4,15	13,84	19,37	254,00	356,00	0,00	0,00	117/2004г.		
Солянка домашняя с колбасными изделиями	200/50	200/50	11,90	11,90	14,20	14,20	10,20	10,20	234,00	234,00	8,52	8,52	157/2004г.		
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.		
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (яблоки свежие)	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.		
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
УЖИН															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Котлеты мясные	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.		
Соус сметанный	30	30	0,42	0,42	1,50	1,50	1,76	1,76	22,00	22,00	0,01	0,01	330/2011г.		
Макаронные изделия отварные	150	200	5,66	7,55	0,67	0,89	31,92	42,56	156,00	208,00	0,00	0,00	202/2011г.		
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Молоко в заводской упаковке	200	200	5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Булочка «Домашняя»	60	60	4,21	4,21	6,31	6,31	32,80	32,80	97,00	97,00	0,93	0,93	769/2004г.		
Итого за день:	X	X	92,95	106,53	102,44	109,06	394,56	459,48	2751,28	3209,20	39,61	47,40	X		

7 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)									Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б			Ж			У			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	12		13
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
ЗАВТРАК																		
<i>Варшени с творогом</i>	220/5	250/5	4,81	5,47	4,18	4,75	15,80	17,96	132,00	150,00	0,73	0,83	120/2011г.					
Суп молочный с макаронными изделиями и маслом	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.					
Масло сливочное (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.					
Сыр (порциями)	90/110/15	90/110/15	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.					
Какао с молоком	95	95	1,50	1,50	3,88	3,88	13,80	13,80	97,00	97,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Йогурт густой	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Батон нарезной																		
ОБЕД																		
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.					
Суп картофельный с клецками	250/90	350/90	3,56	4,98	4,59	6,43	18,79	26,31	144,00	202,00	5,75	8,05	108/2011г. 109/2011г.					
Шницель мясной	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.					
Капуста тушёная	150	200	3,10	4,13	4,85	6,47	14,14	18,85	113,00	150,00	25,74	34,32	321/2011г.					
Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	115,00	115,00	0,90	0,90	342/2011г.					
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
ПОЛДНИК																		
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.					
Фрукты свежие (груши)	200	250	0,80	1,00	0,61	0,77	1,41	1,77	91,00	114,00	4,61	5,77	338/2011г.					
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
УЖИН																		
Салат из свежely отварной	70	100	0,99	1,41	4,21	6,01	5,78	8,26	64,90	92,80	4,66	6,65	52/2011г.					
Плов из птицы <i>Тельменча об.</i>	300	300	27,02	27,02	13,42	13,42	54,68	54,68	448,00	448,00	9,80	9,80	291/2011г.					
Чай с сахаром <i>сахар</i>	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.					
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
2-й УЖИН																		
Кисломолочный напиток	200	200	5,40	5,40	4,26	4,26	20,74	20,74	142,00	142,00	0,18	0,18	Заводская упаковка					
Пирожок печёный с картофелем и луком	75	75	4,51	4,51	2,30	2,30	30,41	30,41	160,00	160,00	0,50	0,50	406/2011г. 467/2011г.					
Итого за день:	X	X	93,94	107,58	93,07	101,96	433,29	504,08	2744,10	3189,60	62,50	78,15	X					

16.08

8 день

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)			Витамины С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	10	11	12		13
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
ЗАВТРАК															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
Каша жидкая молочная (овсяная) с маслом	220/5	250/5	8,19	9,31	15,27	15,27	35,90	40,80	299,00	339,00	1,23	1,39	182/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.		
Мини-варенье	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00	209/2011г.		
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	350/35	2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	105,00	148,00	11,07	15,51	104/105 2011г.		
Рыба жареная с маслом	110/5	130/5	15,97	18,75	15,47	18,16	4,60	5,40	221,00	260,00	1,63	1,91	230/2011г.		
Пюре картофельное	150	200	3,07	4,09	0,48	0,64	20,44	27,55	137,00	183,00	18,16	24,21	312/2011г.		
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	53,00	53,00	0,00	0,00	1096/2013г.		
Хлеб пеклеваемый	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (апельсины)	200	250	2,56	3,20	0,56	0,70	1,44	1,80	108,00	135,00	0,85	1,07	338/2011г.		
Булочка «Домашняя»	60	60	4,21	4,21	6,31	6,31	32,80	32,80	97,00	97,00	0,93	0,93	769/2004г.		
УЖИН															
Овощи натуральные свежие (томидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.		
Чахохбили	110	130	4,90	5,79	4,78	5,65	4,02	4,75	115,00	136,00	2,61	3,08	491/2004г.		
Рис отварной	150	200	3,65	4,87	5,38	7,17	36,68	48,91	210,00	280,00	0,00	0,00	304/2011г.		
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Кисломолочный напиток	200	200	8,20	8,20	3,00	3,00	11,80	11,80	114,00	114,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Итого за день:	Х	Х	88,31	105,80	95,06	103,28	398,43	484,31	2541,60	3091,80	60,43	78,77	Х		

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)			Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	3	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	10	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	12		13
				7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше									
1	2			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
ЗАВТРАК																		
Каша жидкая молочная (пшеничная) с маслом	220/5	250/5		7,87	8,94	12,28	13,95	38,81	44,11	299,00	339,00	1,23	1,39	182/2011г.				
Масло сливочное (порциями)	10	10		0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.				
Сыр (порциями)	20	20		4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.				
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15		4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.				
Йогурт густой	95	95		1,50	1,50	3,88	3,88	13,80	13,80	97,00	97,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
Батон нарезной	80	100		6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
ОБЕД																		
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100		0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.				
Суп картофельный с крупами	250	350		2,03	2,84	3,54	4,95	12,00	17,00	99,00	139,00	6,70	9,40	133/2004г.				
Макаронник с мясом и маслом	280/10	280/10		35,58	35,58	49,64	49,64	41,46	41,46	550,00	550,00	0,00	0,00	285/2011г.				
Компот из смеси сухофруктов	200	200		0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.				
Хлеб пеклеваный	80	120		5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
ПОЛДНИК																		
Сок фруктовый	200	200		1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.				
Фрукты свежие (бананы)	200	250		3,00	3,77	1,40	1,22	1,81	2,27	189,00	236,00	1,20	1,50	Заводская упаковка				
Оладьи из творога повидлом	50/20	50/20		5,97	5,97	5,78	5,78	22,60	22,60	166,00	166,00	0,41	0,41	225/2011г.				
УЖИН																		
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100		0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.				
Котлеты, рубленые из бройлеров-цыплят	110	130		14,60	17,25	28,06	33,16	14,76	17,44	370,00	437,00	0,99	1,17	295/2011г.				
Пюре из бобовых с маслом (гороховое)	150/5	200/5		13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00	0,00	0,00	199/2011г.				
Чай с сахаром	200/15	200/15		0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.				
Хлеб пшеничный	50	100		4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
2-й УЖИН																		
Молоко в заводской упаковке	200	200		5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
Кондитерские изделия	30	30		4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
Итого за день:	X	X		121,35	140,03	155,05	166,74	434,35	512,78	3305,60	3846,80	32,70	42,76	X				

Наименование блюда	Выход блюда (г. мг)		Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	12		13
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
ЗАВТРАК																	
Запеканка из творога с молоком стужённым	150/20	150/20	26,31	26,31	19,90	19,90	50,40	50,40	486,00	486,00	0,85	0,85	223/2011г.				
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.				
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.				
Яйца варёные	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00	209/2011г.				
Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,52	1,52	1,35	1,35	15,90	15,90	81,00	81,00	1,33	1,33	378/2011г.				
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
ОБЕД																	
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.				
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/7	350/10	2,01	2,82	5,09	7,13	11,98	16,77	107,00	150,00	8,38	11,73	96/2011г.				
Тефтели мясные 2-й вариант	90	100	9,87	10,97	8,68	9,65	8,90	9,88	153,00	170,00	0,39	0,43	279/2011г.				
Соус сметанный с томатом	60	60	0,64	0,64	1,80	1,80	2,53	2,53	29,00	29,00	0,48	0,48	331/2011г.				
Каша рассыпчатая гречневая	150	200	8,60	11,46	6,09	8,12	38,64	51,55	244,00	325,00	0,00	0,00	302/2011г.				
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	200	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00	0,00	0,00	348/2011г.				
Хлеб пеклеванный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
ПОЛДНИК																	
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.				
Фрукты свежие (яблоки свежие)	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.				
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
УЖИН																	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.				
Жаркое по-домашнему	350	350	32,40	32,40	36,18	36,18	33,16	33,16	590,00	590,00	13,52	13,52	259/2011г.				
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.				
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
2-й УЖИН																	
Молоко в заводской упаковке	200	200	5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
Пицца школьная 2-й вариант	100	100	9,89	9,89	16,25	16,25	28,30	28,30	299,00	299,00	0,19	0,19	413/2011г.				
Итого за день:	X	X	130,31	144,22	140,97	147,67	426,08	498,51	3299,40	3726,80	52,19	63,40	X				

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)			Витамины С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет		11 лет и старше
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	8							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
ЗАВТРАК																
Омлет натуральный из двух яиц	114	114	10,59	10,59	18,87	18,87	2,00	2,00	220,00	220,00	0,20	0,20	223/2011г.			
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.			
Сосиска отварная	55	55	5,55	5,55	15,55	15,55	0,25	0,25	164,00	164,00	0,00	0,00	243/2011г.			
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	-2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.			
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ОБЕД																
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.			
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	350	5,49	7,69	5,27	7,38	16,54	23,15	149,00	208,00	5,83	8,16	102/2011г.			
Чахохбили	110	130	4,90	5,79	4,78	5,65	4,02	4,75	115,00	136,00	2,61	3,08	491/2004г.			
Пюре картофельное	150	200	3,07	4,09	0,48	0,64	20,44	27,55	137,00	183,00	18,16	24,21	312/2011г.			
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.			
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ПОЛДНИК																
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.			
Фрукты свежие (яблоки свежие)	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.			
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
УЖИН																
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.			
Котлеты мясные	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.			
Соус сметанный	30	30	0,42	0,42	1,50	1,50	1,76	1,76	22,00	22,00	0,01	0,01	330/2011г.			
Макаронные изделия отварные	150	200	5,66	7,55	0,67	0,89	31,92	42,56	156,00	208,00	0,00	0,00	202/2011г.			
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.			
Хлеб пшеничный	100	80	8,01	6,41	1,54	1,23	48,73	38,98	245,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
2-й УЖИН																
Кисломолочный напиток	200	200	5,40	5,40	4,26	4,26	20,74	20,74	142,00	142,00	0,18	0,18	Заводская упаковка			
Пирожок печёный с картофелем и луком	75	75	4,51	4,51	2,30	2,30	30,41	30,41	160,00	160,00	0,50	0,50	406/2011г. 467/2011г.			
Итого за день:	X	X	88,39	99,23	99,33	104,77	415,95	461,79	2771,40	3088,80	54,07	70,79	X			

12 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)			Пищевые вещества (г)									Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	3	Б			Ж			У			7-10 лет	11 лет и старше	10	11	12		13
				7-10 лет	11 лет и старше	4	5	6	7	8	9								
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
ЗАВТРАК																			
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	220/5	250/5		6,40	7,27	11,23	12,76	33,92	38,55	263,00	299,00	1,23	1,39	181/2011г.					
Масло сливочное (порциями)	10	10		0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.					
Йогурт густой	95	95		1,50	1,50	3,88	3,88	13,80	13,80	97,00	97,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15		4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.					
Батон нарезной	80	100		6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
ОБЕД																			
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100		0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	350		1,77	2,47	4,95	6,93	7,90	11,06	90,00	126,00	15,78	22,09	88/2011г.					
Гёфтели мясные 2-й вариант	90	100		9,87	10,97	8,68	9,65	8,90	9,88	153,00	170,00	0,39	0,43	279/2011г.					
Соус сметанный с томатом	60	60		0,64	0,64	1,80	1,80	2,53	2,53	29,00	29,00	0,48	0,48	331/2011г.					
Пюре из бобовых с маслом (гороховое)	150/5	200/5		13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00	0,00	0,00	199/2011г.					
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200		0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	53,00	53,00	0,00	0,00	1096/2013г.					
Хлеб пеклеваный	80	120		5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
ПОЛДНИК																			
Сок фруктовый	200	200		1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.					
Оладьи из творога повидлом	50/20	50/20		5,97	5,97	5,78	5,78	22,60	22,60	166,00	166,00	0,41	0,41	225/2011г.					
Фрукты свежие (бананы)	200	250		3,00	3,77	1,40	1,22	1,81	2,27	189,00	236,00	1,20	1,50	Заводская упаковка					
УЖИН																			
Салат из свеклы отварной	70	100		0,99	1,41	4,21	6,01	5,78	8,26	64,90	92,80	4,66	6,65	52/2011г.					
Гуляш из отварной говядины	100/50	100/50		20,04	20,04	21,12	21,12	4,91	4,91	252,00	252,00	1,80	1,80	246/2011г.					
Каша рассыпчатая гречневая	150	200		8,60	11,46	6,09	8,12	38,64	51,55	244,00	325,00	0,00	0,00	302/2011г.					
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5		0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.					
Хлеб пшеничный	50	80		4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
2-й УЖИН																			
Кисломолочный напиток	200	200		8,20	8,20	3,00	3,00	11,80	11,80	114,00	114,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Кондитерские изделия	30	30		4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Итого за день:	X	X		106,05	124,22	110,08	121,53	420,83	499,55	2914,10	3450,60	37,80	48,07	X					

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)									Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б			Ж			У			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет		11 лет и старше
			7-10 лет	11 лет и старше	5	6	7	7-10 лет	11 лет и старше	8	9							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
ЗАВТРАК																		
Запеканка из творога с молоком ступенным	150/20	150/20	26,31	26,31	19,90	19,90	19,90	50,40	486,00	486,00	0,85	0,85	223/2011г.					
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.					
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.					
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.					
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
ОБЕД																		
Салат из белокочанной капусты	70	100	0,92	1,31	2,27	3,30	4,53	6,46	42,28	60,40	11,97	17,10	45/2011г.					
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	350/35	2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	105,00	148,00	11,07	15,51	104/105 2011г.					
Биточки мясные	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.					
Соус сметанный с луком	30	30	0,49	0,49	1,76	1,76	2,11	2,11	26,00	26,00	0,40	0,40	332/2011г.					
Рис отварной	150	200	3,65	4,87	5,38	7,17	36,68	48,91	210,00	280,00	0,00	0,00	304/2011г.					
Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	115,00	115,00	0,90	0,90	342/2011г.					
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
ПОЛДНИК																		
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.					
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Фрукты свежие (груши)	200	250	0,80	1,00	0,61	0,77	1,41	1,77	91,00	114,00	4,61	5,77	338/2011г.					
УЖИН																		
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.					
Бефстроганов из отварной говядины с соусом сметанным	100	100	14,44	14,44	12,25	12,25	3,78	3,78	181,00	181,00	0,37	0,37	245,330/2011г.					
Картофель отварной	150	200	2,86	3,81	4,32	5,76	23,01	30,68	143,00	190,00	21,00	28,00	310/2011г.					
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.					
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
2-й УЖИН																		
Молоко в заводской упаковке	200	200	5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка					
Вагрушка с творогом	75	75	4,61	4,61	2,74	2,74	14,59	14,59	101,00	101,00	0,02	0,02	410/2011г.					
Итого за день:	X	X	103,64	115,71	108,39	116,54	409,74	482,47	2844,48	3281,20	69,35	92,38	X					

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Макароны отварные с сыром	200/15	200/20	11,03	12,19	5,32	6,79	42,56	42,56	262,40	280,40	0,11	0,14	333/2004г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Соуска отварная	55	55	5,55	5,55	15,55	15,55	0,25	0,25	164,00	164,00	0,00	0,00	243/2011г.		
Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,52	1,52	1,35	1,35	15,90	15,90	81,00	81,00	1,33	1,33	378/2011г.		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Борщ с фасолью, картофелем и сметаной	250/25/7	350/35/10	3,04	4,25	3,93	5,50	10,71	15,00	137,00	192,00	5,70	8,00	116/2004г.		
Рыба, тушеная в томате с овощами	110/100	130/100	10,73	12,68	5,45	6,44	4,18	4,94	116,00	137,00	4,13	4,85	229/2011г.		
Пюре картофельное	150	200	3,07	4,09	0,48	0,64	20,44	27,55	137,00	183,00	18,16	24,21	312/2011г.		
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.		
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (бананы)	200	250	3,00	3,77	1,40	1,22	1,81	2,27	189,00	236,00	1,20	1,50	Заводская упаковка		
Ватрушка французская	80	100	88,00	110,00	11,20	14,00	35,36	44,20	274,00	242,00	0,05	0,06			
УЖИН															
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.		
Плов из отварной говядины	100/200	100/200	15,30	15,30	14,33	14,33	24,38	24,38	297,00	297,00	0,26	0,26	244/2011г.		
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Кисломолочный напиток	200	200	5,40	5,40	4,26	4,26	20,74	20,74	142,00	142,00	0,18	0,18	Заводская упаковка		
Булочные изделия	60	60	4,32	4,32	3,72	3,72	30,60	30,60	190,00	190,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Итого за день:	X	X	170,04	205,49	76,93	84,89	378,87	444,17	2845,00	3215,20	51,56	67,69	X		

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше		
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
ЗАВТРАК																
Каша жидкая молочная (рисовая) с маслом	2205/5	250/5	5,34	6,07	11,23	12,76	35,01	39,79	263,00	299,00	1,23	1,39	182/2011г.			
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.			
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.			
Яйца варёные	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00	209/2011г.			
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.			
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ОБЕД																
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.			
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/18	350/18	2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	106,00	148,00	11,08	15,51	106/2011г. 107/2011г.			
Запеканка картофельная с мясом и маслом	280/5	280/5	33,28	33,28	41,78	41,78	39,60	39,60	650,00	650,00	9,56	9,56	284/2011г.			
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	200	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00	0,00	0,00	348/2011г.			
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
ПОЛДНИК																
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.			
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
Фрукты свежие (апельсины)	200	250	2,56	3,20	0,56	0,70	1,44	1,80	108,00	135,00	0,85	1,07	338/2011г.			
УЖИН																
Икра кабачковая	100	100	2,73	2,73	7,19	7,19	14,55	14,55	134,00	134,00	4,68	4,68	73/2011г.			
Зразы мясные рубленые	90	100	8,70	9,67	11,16	12,40	11,34	12,60	181,00	201,00	1,54	1,71	274/2011г.			
Соус сметанный с томатом	60	60	0,64	0,64	1,80	1,80	2,53	2,53	29,00	29,00	0,48	0,48	331/2011г.			
Каша рассыпчатая гречневая	150	200	8,60	11,46	6,09	8,12	38,64	51,55	244,00	325,00	0,00	0,00	302/2011г.			
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.			
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
2-й УЖИН																
Кисломолочный напиток	200	200	8,20	8,20	3,00	3,00	11,80	11,80	114,00	114,00	0,00	0,00	Заводская упаковка			
Пирожок с повидлом	60	60	5,70	5,70	4,65	4,65	42,30	42,30	313,00	313,00	0,58	0,58	738/2004г.			
Итого за день:	X	X	112,83	125,92	131,21	138,35	460,95	529,12	3329,20	3743,80	38,90	45,35	X			

16 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Пудинг из творога (запеченный)	100	110	16,48	18,13	13,92	15,31	28,48	31,33	306,00	337,00	0,42	0,46	222/2011г.		
Соус молочный(сладкий)	60	60	1,17	1,17	2,71	2,71	7,95	7,95	61,00	61,00	0,20	0,20	327/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.		
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Салат из белокочанной капусты	70	100	0,92	1,31	2,27	3,30	4,53	6,46	42,28	60,40	11,97	17,10	45/2011г.		
Суп «Полевой»	250	350	2,86	4,00	2,96	4,15	13,84	19,37	254,00	356,00	0,00	0,00	117/2004г.		
Солянка домашняя с колбасными изделиями	200/50	200/50	11,90	11,90	14,20	14,20	10,20	10,20	234,00	234,00	8,52	8,52	157/2004г.		
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.		
Хлеб пеклеванный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (яблоки свежие)	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.		
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
УЖИН															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Макароник с мясом и маслом	280/10	280/10	35,58	35,58	49,64	49,64	41,46	41,46	550,00	550,00	0,00	0,00	285/2011г.		
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Молоко в заводской упаковке	200	200	5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Булочка «Домашняя»	60	60	4,21	4,21	6,31	6,31	32,80	32,80	97,00	97,00	0,93	0,93	769/2004г.		
Итого за день:	X	X	110,70	121,09	136,45	141,35	392,33	445,50	2906,28	3288,20	39,16	46,90	X		

17 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Суп молочный с макаронными изделиями и маслом	220/5	250/5	4,81	5,47	4,18	4,75	15,80	17,96	132,00	150,00	0,73	0,83	120/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.		
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.		
Йогурт густой	95	95	1,50	1,50	3,88	3,88	13,80	13,80	97,00	97,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Суп картофельный с клёцками	250/90	350/90	3,56	4,98	4,59	6,43	18,79	26,31	144,00	202,00	5,75	8,05	108/2011г. 109/2011г.		
Шницель мясной	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.		
Капуста тушёная	150	200	3,10	4,13	4,85	6,47	14,14	18,85	113,00	150,00	25,74	34,32	321/2011г.		
Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	115,00	115,00	0,90	0,90	342/2011г.		
Хлеб пшеничный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (груши)	200	250	0,80	1,00	0,61	0,77	1,41	1,77	91,00	114,00	4,61	5,77	338/2011г.		
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
УЖИН															
Салат из свеклы отварной	70	100	0,99	1,41	4,21	6,01	5,78	8,26	64,90	92,80	4,66	6,65	52/2011г.		
Плов из птицы	300	300	27,02	27,02	13,42	13,42	54,68	54,68	448,00	448,00	9,80	9,80	291/2011г.		
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Кисломолочный напиток	200	200	5,40	5,40	4,26	4,26	20,74	20,74	142,00	142,00	0,18	0,18	Заводская упаковка		
Пирожок печёный с картофелем и луком	75	75	4,51	4,51	2,30	2,30	30,41	30,41	160,00	160,00	0,50	0,50	406/2011г. 467/2011г.		
Итого за день:	X	X	93,94	107,58	93,07	101,96	433,29	504,08	2744,10	3189,60	62,50	78,15	X		

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)									Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б			Ж			У			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше		
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
ЗАВТРАК																	
Каша жидкая молочная (овсяная) с маслом	220/5	250/5	8,19	9,31	15,27	15,27	35,90	40,80	299,00	339,00	1,23	1,39	182/2011г.				
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.				
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.				
Яйца варёные	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00	209/2011г.				
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.				
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка				
ОБЕД																	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.				
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	350/35	2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	105,00	148,00	11,07	15,51	104/105 2011г.				
Рыба жареная с маслом	110/5	130/5	15,97	18,75	15,47	18,16	4,60	5,40	221,00	260,00	1,63	1,91	230/2011г.				
Пюре картофельное	150	200	3,07	4,09	0,48	0,64	20,44	27,55	137,00	183,00	18,16	24,21	312/2011г.				
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	53,00	53,00	0,00	0,00	1096/2013г.				
Хлеб пеклеванный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заведская упаковка				
ПОЛДНИК																	
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.				
Фрукты свежие (апельсины)	200	250	2,56	3,20	0,56	0,70	1,44	1,80	108,00	135,00	0,85	1,07	338/2011г.				
Булочка «Домашняя»	60	60	4,21	4,21	6,31	6,31	32,80	32,80	97,00	97,00	0,93	0,93	769/2004г.				
УЖИН																	
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.				
Чахохбили	110	130	4,90	5,79	4,78	5,65	4,02	4,75	115,00	136,00	2,61	3,08	491/2004г.				
Рис отварной	150	200	3,65	4,87	5,38	7,17	36,68	48,91	210,00	280,00	0,00	0,00	304/2011г.				
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.				
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заведская упаковка				
2-й УЖИН																	
Кисломолочный напиток	200	200	8,20	8,20	3,00	3,00	11,80	11,80	114,00	114,00	0,00	0,00	Заведская упаковка				
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заведская упаковка				
Итого за день:	X	X	88,31	105,80	95,06	103,28	398,43	484,31	2541,60	3091,80	60,43	78,77	X				

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Каша жидкая молочная (пшённая) с маслом	220/5	250/5	7,87	8,94	12,28	13,95	38,81	44,11	299,00	339,00	1,23	1,39	182/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.		
Какао с молоком	90/110/15	90/110/15	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.		
Йогурт густой	95	95	1,50	1,50	3,88	3,88	13,80	13,80	97,00	97,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.		
Суп картофельный с крупами	250	350	2,03	2,84	3,54	4,95	12,00	17,00	99,00	139,00	6,70	9,40	133/2004г.		
Макароник с мясом и маслом	280/10	280/10	35,58	35,58	49,64	49,64	41,46	41,46	550,00	550,00	0,00	0,00	285/2011г.		
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.		
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (бананы)	200	250	3,00	3,77	1,40	1,22	1,81	2,27	189,00	236,00	1,20	1,50	Заводская упаковка		
Оладьи из творога повидлом	50/20	50/20	5,97	5,97	5,78	5,78	22,60	22,60	166,00	166,00	0,41	0,41	225/2011г.		
УЖИН															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Котлеты, рубленные из бройлеров-цыплят	110	130	14,60	17,25	28,06	33,16	14,76	17,44	370,00	437,00	0,99	1,17	295/2011г.		
Пюре из бобовых с маслом (гороховое)	150/5	200/5	13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00	0,00	0,00	199/2011г.		
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03	376/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Молоко в заводской упаковке	200	200	5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Итого за день:	X	X	121,35	140,03	155,05	166,74	434,35	512,78	3305,60	3846,80	32,70	42,76	X		

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)			Витамины С (мг)		№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	10	11	12	13	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Запеканка из творога с молоком стухённым	150/20	150/20	26,31	26,31	19,90	19,90	50,40	50,40	486,00	486,00	0,85	0,85	223/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.		
Яйца варёные	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00	0,00	0,00	209/2011г.		
Чай с молоком	150/50/15	150/50/15	1,52	1,52	1,35	1,35	15,90	15,90	81,00	81,00	1,33	1,33	378/2011г.		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ОБЕД															
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.		
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/7	350/10	2,01	2,82	5,09	7,13	11,98	16,77	107,00	150,00	8,38	11,73	96/2011г.		
Тфтели мясные 2-й вариант	90	100	9,87	10,97	8,68	9,65	8,90	9,88	153,00	170,00	0,39	0,43	279/2011г.		
Соус сметанный с томатом	60	60	0,64	0,64	1,80	1,80	2,53	2,53	29,00	29,00	0,48	0,48	331/2011г.		
Каша рассыпчатая гречневая	150	200	8,60	11,46	6,09	8,12	38,64	51,55	244,00	325,00	0,00	0,00	302/2011г.		
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	200	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00	0,00	0,00	348/2011г.		
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
ПОЛДНИК															
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.		
Фрукты свежие (яблоки свежие)	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.		
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
УЖИН															
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.		
Жаркое по-домашнему	350	350	32,40	32,40	36,18	36,18	33,16	33,16	590,00	590,00	13,52	13,52	259/2011г.		
Чай с лимоном	200/15/5	200/15/5	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.		
Хлеб пшеничный	50	100	4,01	8,01	0,77	1,54	24,37	48,73	123,00	245,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
2-й УЖИН															
Молоко в заводской упаковке	200	200	5,72	5,72	6,40	6,40	0,40	0,40	118,00	118,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Пицца школьная 2-й вариант	100	100	9,89	9,89	16,25	16,25	28,30	28,30	299,00	299,00	0,19	0,19	413/2011г.		
Итого за день:	X	X	130,31	144,22	140,97	147,67	426,08	498,51	3299,40	3726,80	52,19	63,40	X		

21 день

Наименование блюда	Выход блюда (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)			Витамин С (мг)			№ рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
ЗАВТРАК															
Омлет натуральный из двух яиц	114	114	10,59	10,59	18,87	18,87	2,00	2,00	220,00	220,00	0,20	0,20	223/2011г.		
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.		
Сосиска отварная	55	55	5,55	5,55	15,55	15,55	0,25	0,25	164,00	164,00	0,00	0,00	243/2011г.		
Кофейный напиток с молоком	100/100/15	100/100/15	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.		
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка		
Итого за день:	X	X	25,79	27,39	45,15	45,35	60,73	71,33	751,00	801,00	1,50	1,50	X		
Итого за весь период	X	X	2251,40	2578,98	2293,15	2454,26	8342,97	9726,46	59009,32	67855,60	1006,14	1281,12	X		
Среднее значение за период	X	X	107,21	122,81	109,20	116,87	397,28	463,16	2809,97	3231,22	47,91	61,01	X		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	X	X	3,82	3,80	3,89	3,62	14,14	14,33	X	X	X	X	X		