УТВЕРЖДАЮ:
Директор начальной школы
детского сада №115
_____Н. Н. Зеленцова
Пр.№ 301 от «28»_12 2023г

Перспективное двухнедельное меню Муниципального общеобразовательного учреждения «Начальная школа – детский сад №115»

Возрастная категория: 7 - 10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества,мг				№ рецептуры
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe	
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ															
День 1 (понедельник)															
ЗАВТРАК	Каша молочная пшенная вязкая	205	8,76	8,15	44,20	274	0,00	0,16	0,00	1,60	129,12	112,00	42,00	1,40	№161-1994
	Сыр порционно	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,54	64	0,00	0,05	0,00	0,05	6,60	25,80	10,20	0,60	Сб.рец.1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,04	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**465**	**13,70**	**20,55**	**71,88**	**578**	**0,10**	**0,22**	**0,16**	**1,83**	**329,72**	**266,80**	**68,20**	**2,96**	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	9,62	6,32	17,77	162	0,00	0,06	24,80	0,64	33,92	39,97	16,80	0,61	№138-1994
	Котлеты, биточки, шницель (шницель)	90	12,16	21,49	15,95	315	0,00	0,06	0,00	0,56	33,75	207,00	34,87	1,68	№416-1994
	Макаронные изделия отварные	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	31,46	118	0,00	0,00	50,00	0,20	12,00	6,00	2,00	0,20	№591-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**31,77**	**33,24**	**110,08**	**935**	**0,00**	**0,32**	**74,80**	**4,84**	**146,48**	**411,47**	**96,33**	**5,31**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка творожная со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№297-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**23,37**	**16,57**	**62,74**	**490**	**0,13**	**0,24**	**0,60**	**2,80**	**287,00**	**447,00**	**83,00**	**3,00**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1585***	***68,84***	***70,36***	***244,7***	***2003,4***	***0,23***	***0,78***	***75,56***	***9,47***	***763,2***	***1125,27***	***247,53***	***11,27***	

День 2 (вторник)															
ЗАВТРА	Печень по-строгановски	100	13,10	10,60	6,80	207	5,54	0,22	6,48	1,52	11,20	219,20	16,00	4,56	№387,553-1994
	Рис отварной	150	3,86	5,22	41,81	219	0,00	0,12	0,00	0,60	32,73	225,00	51,50	1,50	№465-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**510**	**20,33**	**25,19**	**84,61**	**665**	**5,59**	**0,42**	**6,48**	**3,02**	**68,93**	**498,20**	**90,50**	**7,86**	
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,20	7,30	41,85	183	12,0	№132-19	24,8	0,6	33,92	40,00	16,8	0,6	№129-1994
	Котлета по-хлыновски	90	12,50	10,10	5,40	158	0,01	0,10	3,60	0,54	12,60	126,00	19,80	1,80	№417-1994
	Капуста тушеная	150	3,66	3,83	16,62	113,00	0,00	0,05	25,50	1,10	110,38	60,00	30,00	1,20	№482-1994
	Напиток из свежезамороженых ягод	200	0,20	0,00	24,80	102	0,00	0,06	44,00	0,20	52,00	28,00	16,00	1,00	№585-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**28,46**	**21,83**	**90,05**	**665**	**12,01**	**0,34**	**97,90**	**3,64**	**229,30**	**374,00**	**116,20**	**6,52**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша молочная пшеничная вязкая	205	11,40	9,40	66,80	398	0,00	0,16	0,00	1,00	129,20	198,00	48,00	3,40	№262-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**455**	**63,39**	**46,83**	**240,95**	**1709**	**12,02**	**0,92**	**171,00**	**8,48**	**576,88**	**957,00**	**286,60**	**17,64**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1665***	***112,18***	***93,85***	***415,61***	***3038***	***29,62***	***1,68***	***275,38***	***15,14***	***875,11***	***1829,2***	***493,3***	***32,02***	

День 3 (среда)															
ЗАВТРАК	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	205	8,63	9,52	38,83	266	0,00	0,14	0,00	2,20	141,24	140,00	58,00	1,60	№4-1994
	Какао с молоком	200	3,76	3,90	25,78	148	0,03	0,20	2,60	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	№642-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Фрукт	100	0,40	0,40	12,80	47	0,00	0,02	5,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,54	64	0,00	0,05	0,00	0,05	6,60	25,80	10,20	0,60	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**545**	**14,73**	**22,76**	**90,05**	**600**	**0,08**	**0,41**	**7,60**	**3,15**	**168,84**	**184,80**	**80,20**	**4,50**	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	200	6,43	5,89	11,85	126	0,00	0,02	9,60	0,64	48,00	152,00	20,00	1,00	№110-1994
	Котлеты и биточки рыбные	90	13,35	15,36	15,95	252	0,03	0,09	0,33	2,25	54,00	145,12	27,00	1,01	№324-1994
	Картофель отварной	150	3,07	3,96	29,60	159	0,00	0,22	32,70	2,48	43,23	121,50	49,50	1,80	№470-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**27,23**	**25,81**	**92,32**	**775**	**0,03**	**0,46**	**44,43**	**6,97**	**183,63**	**548,62**	**134,10**	**5,93**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Ежики из говядины с соусом	100/50	26,00	35,00	26,70	530	0,00	0,00	1,50	2,20	28,80	133,80	25,20	2,00	№393-1994
	Овощи по сезону	30	0,21	0,00	0,78	4	0,00	0,03	12,50	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45	№30-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**430**	**29,48**	**36,07**	**63,38**	**698**	**0,00**	**0,11**	**14,00**	**3,35**	**58,80**	**197,80**	**58,20**	**4,25**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1675***	***71,44***	***84,64***	***245,75***	***2073***	***0,11***	***0,98***	***66,03***	***13,47***	***411,27***	***931,22***	***272,5***	***14,68***	

День 4 (четверг)															
ЗАВТРА	Тефтели мясные с соусом	50/50	11,36	15,20	15,40	240,00	0,24	0,06	0,30	1,90	32,65	87,86	14,22	0,48	№422-1994
	Макаронные изделия отварные	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**510**	**20,82**	**29,40**	**94,92**	**710**	**0,29**	**0,21**	**0,30**	**5,04**	**104,06**	**180,36**	**46,28**	**3,18**	
ОБЕД	Рассольник с курой	200	9,62	6,32	17,77	162	0,01	0,07	24,80	0,64	33,92	39,97	16,80	0,61	№129-1994
	Котлета из птицы	90	18,20	13,80	0,00	195	0,08	0,06	0,80	1,80	46,40	86,40	24,00	1,40	№455-1994
	Винегрет овощной	150	2,32	15,30	11,37	159	0,00	0,08	13,65	0,00	31,50	70,60	32,90	1,05	№3-10
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**34,52**	**36,02**	**64,06**	**754**	**0,09**	**0,34**	**41,05**	**4,04**	**150,22**	**326,97**	**111,30**	**5,18**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД	Каша молочная манная вязкая	205	7,83	7,08	42,20	253	0,06	0,08	0,00	2,60	133,36	64,00	16,00	0,80	1994 т.4
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**410**	**52,32**	**60,07**	**188,45**	**1568**	**0,15**	**0,71**	**56,50**	**9,04**	**376,48**	**642,57**	**220,80**	**10,95**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1630***	***125,49***	***125,49***	***347,43***	***3032***	***0,53***	***1,26***	***97,85***	***18,12***	***630,76***	***1149,90***	***378,38***	***19,31***	

День 5 (пятница)															
ЗАВТРА	Омлет натуральный	120	10,12	15,83	10,97	218	0,26	0,10	0,00	0,90	105,30	377,00	22,10	4,16	№284-1994
	Сыр порционно	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Фрукт	100	0,40	0,40	12,80	47	0,00	0,02	5,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**500**	**16,69**	**29,06**	**59,77**	**612**	**0,36**	**0,21**	**5,16**	**2,28**	**329,30**	**565,00**	**67,10**	**8,42**	
ОБЕД	Щи из капусты с картофелем	200	6,44	6,11	8,72	113	0,02	0,06	24,70	0,64	33,95	39,98	16,89	0,61	№120-1994
	Шницель рыбный	90	13,35	15,36	15,95	252	0,03	0,09	0,33	2,25	54,00	145,12	27,00	1,01	№324-1994
	Картофельное пюре	150	3,69	5,28	29,89	175	0,03	0,17	6,30	0,17	78,03	95,20	34,00	1,19	№472-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**27,86**	**27,35**	**89,48**	**778**	**0,08**	**0,45**	**33,13**	**4,66**	**204,38**	**410,30**	**115,49**	**4,93**	
НЕННЫЙ	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№296-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**23,37**	**16,57**	**62,74**	**490**	**0,13**	**0,24**	**0,60**	**2,80**	**287,00**	**447,00**	**83,00**	**3,00**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1756***	***203,92***	***208,98***	***337,99***	***2016***	***136,6***	***136,9***	***174,89***	***145,74***	***956,68***	***1558,3***	***401,59***	***152,35***	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ		***8311***	***480,68***	***502,1***	***1591,48***	***12162,3***	***167,1***	***141,6***	***689,71***	***201,94***	***3637,02***	***6593,89***	***1793,3***	***229,63***	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА НЕД		***1662,2***	***96,136***	***100,42***	***395,84***	***2296,5***	***33,41***	***28,32***	***137,942***	***40,388***	***727,404***	***1318,78***	***358,66***	***45,926***	

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ															
День 6 (понедельник)															
ЗАВТРАК	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	205	8,63	9,52	38,83	266	0,00	0,14	0,00	2,20	141,24	140,00	58,00	1,60	№4-1994
	Сыр порционно	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**485**	**3,37**	**9,37**	**36,00**	**239**	**0,05**	**0,08**	**0,00**	**0,90**	**25,00**	**54,00**	**23,00**	**1,80**	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	200	5,88	1,97	15,22	98	0,02	0,08	0,14	0,00	22,82	141,22	37,88	1,01	№131-1994
	Азу	100	16,65	16,07	4,38	225	0,07	0,08	2,56	4,00	38,00	180,00	24,00	1,90	Сб.рец.2015
	Рис отварной	150	3,86	5,22	41,81	219	0,00	0,12	0,00	0,60	32,73	225,00	51,50	1,50	№465-1994
	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	31,46	118	0,00	0,00	50,00	0,20	12,00	6,00	2,00	0,20	№591-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**710**	**30,29**	**23,86**	**94,25**	**769**	**0,09**	**0,41**	**52,70**	**6,00**	**125,95**	**672,22**	**148,98**	**6,53**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка творожная со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№297-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**23,37**	**16,57**	**62,74**	**490**	**0,13**	**0,24**	**0,60**	**2,80**	**287,00**	**447,00**	**83,00**	**3,00**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1615***	***57,03***	***49,8***	***192,99***	***1498***	***0,27***	***0,73***	***53,3***	***9,7***	***437,95***	***1173,22***	***254,98***	***11,33***	

День 7 (вторник)															
ЗАВТРАК	Тефтели мясные с соусом	50/50	11,36	15,20	15,40	240,00	0,24	0,06	0,30	1,90	32,65	87,86	14,22	0,48	№219-1994
	Макаронные изделия отварные	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**510**	**20,82**	**29,40**	**94,92**	**710,00**	**0,29**	**0,21**	**0,30**	**5,04**	**104,06**	**180,36**	**46,28**	**3,18**	
ОБЕД	Свекольник	200	8,45	7,65	19,03	175	0,00	0,05	10,80	0,80	58,00	200,00	30,00	1,30	№193-1994
	Картофельное пюре	150	6,09	4,83	43,52	231	0,00	0,07	0,00	2,24	46,41	38,50	9,06	0,90	№469-1994
	Биточки рыбные	90	13,35	15,36	15,95	252	0,03	0,09	0,33	2,25	54,00	145,12	27,00	1,01	№324-1994
	Салат из капусты	50	1,10	2,50	5,50	51	0,00	0,02	25,70	0,00	29,50	18,70	10,30	0,40	№62-1997
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**750**	**33,37**	**30,94**	**118,92**	**947**	**0,03**	**0,36**	**38,63**	**6,89**	**226,31**	**532,32**	**113,96**	**5,73**	
УДЛИНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша молочная пшенная вязкая	205	8,76	8,15	44,20	274	0,00	0,16	0,00	1,60	129,12	112,00	42,00	1,40	№161-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**455**	**102,96**	**109,87**	**448,86**	**3281**	**0,40**	**1,25**	**77,56**	**22,12**	**733,80**	**1462,00**	**362,20**	**19,64**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1715***	***157,15***	***170,21***	***662,7***	***4938***	***0,72***	***1,82***	***116,49***	***34,05***	***1064,17***	***2174,68***	***522,44***	***28,55***	

День 8 (среда)															
ЗАВТРАК	Каша молочная манная вязкая	205	7,83	7,08	42,20	253	0,06	0,08	0,00	2,60	133,36	64,00	16,00	0,80	1994 т.4
	Кофейный напиток на молоке	200	2,58	2,76	22,52	122	0,00	0,02	0,40	0,00	34,00	50,00	0,00	0,00	№762-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Фрукт	100	0,40	0,40	12,80	47	0,00	0,02	5,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**565**	**13,98**	**19,61**	**98,52**	**604**	**0,11**	**0,20**	**5,40**	**3,90**	**199,36**	**176,00**	**45,00**	**4,10**	
ОБЕД	Щи из капусты с картофелем	200	6,44	6,11	8,72	113	0,02	0,06	24,70	0,64	33,95	39,98	16,89	0,61	№120-1994
	Жаркое по-домашнему	180	11,70	11,97	25,38	250	0,18	0,08	5,38	0,64	13,12	223,00	17,40	1,64	№394-1994
	Овощи по сезону	30	0,21	0,00	0,78	4	0,00	0,03	12,50	0,35	7,00	13,00	10,00	0,45	№30-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**640**	**22,73**	**18,68**	**69,80**	**605**	**0,20**	**0,30**	**44,38**	**3,23**	**92,47**	**405,98**	**81,89**	**4,82**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/30	20,10	15,50	26,84	326	0,13	0,16	0,60	2,00	264,00	396,00	60,00	1,20	№296-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**23,37**	**16,57**	**62,74**	**490**	**0,13**	**0,24**	**0,60**	**2,80**	**287,00**	**447,00**	**83,00**	**3,00**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1625***	***60,08***	***54,86***	***231,06***	***1698,9***	***0,44***	***0,74***	***50,38***	***9,93***	***578,83***	***1028,98***	***209,89***	***11,92***	

День 9 (четверг)															
ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,71	5,38	41,25	234	0,00	0,12	0,00	1,35	18,00	108,00	73,50	2,40	№463-1994
	Тефтели мясные с соусом	50/50	11,36	15,20	15,40	240,00	0,24	0,06	0,30	1,90	32,65	87,86	14,22	0,48	№422-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**510**	**22,44**	**29,95**	**92,65**	**713**	**0,29**	**0,26**	**0,30**	**4,15**	**75,65**	**249,86**	**110,72**	**4,68**	
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями , с курицей	200	9,70	10,86	13,78	188	0,04	0,14	0,00	1,20	30,40	96,80	14,40	0,79	№148-1994
	Котлета из птицы	90	18,20	13,80	0,00	195	0,08	0,06	0,80	1,80	46,40	86,40	24,00	1,40	№455-1994
	Капуста тушеная	150	3,66	3,83	16,62	113	0,00	0,05	25,50	1,10	110,38	60,00	30,00	1,20	№482-1994
	Напиток из свежезамороженых ягод	200	0,20	0,00	24,80	102	0,00	0,06	44,00	0,20	52,00	28,00	16,00	1,00	№585-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**35,66**	**29,09**	**56,58**	**707**	**0,12**	**0,44**	**70,30**	**5,50**	**259,58**	**391,20**	**118,00**	**6,31**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша молочная вязкая "Дружба"	205	7,62	7,71	44,44	267	0,03	0,06	0,61	2,20	125,24	76,33	18,16	0,39	№4-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Плюшка с маком	70	4,90	1,57	44,34	197	0,00	0,09	4,10	1,20	21,48	82,24	24,00	1,10	№687-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**525**	**15,79**	**10,35**	**124,68**	**628**	**0,03**	**0,23**	**4,71**	**4,20**	**169,72**	**209,57**	**65,16**	**3,29**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1735***	***73,89***	***69,39***	***273,91***	***2048***	***0,44***	***0,93***	***75,31***	***13,85***	***504,95***	***850,63***	***293,88***	***14,28***	

День 10 (пятница)															
ЗАВТРА	Омлет натуральный	120	10,12	15,83	10,97	218	0,26	0,10	0,00	0,90	105,30	377,00	22,10	4,16	№284-1994
	Сыр порционно	20	2,80	3,46	0,00	108	0,05	0,01	0,16	0,08	180,00	118,00	10,00	0,16	№23-1997
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,30	0,10	75	0,05	0,00	0,00	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	№22-1997
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**400**	**16,29**	**28,66**	**46,97**	**565**	**0,36**	**0,19**	**0,16**	**1,88**	**310,30**	**549,00**	**55,10**	**6,12**	
ОБЕД	Рассольник	200	9,62	6,32	17,77	162	0,01	0,07	24,80	0,64	33,92	39,97	16,80	0,61	№129-1994
	Котлета по-хлыновски	90	12,50	10,10	5,40	158	0,01	0,10	3,60	0,54	12,60	126,00	19,80	1,80	№417-1994
	Икра свекольная	150	2,10	9,40	8,40	127	0,00	0,04	5,40	0,00	52,00	0,00	0,00	1,20	№75-1994
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	33,54	129	0,00	0,00	1,80	0,40	18,00	10,00	4,00	0,20	№588-1994
	Хлеб ржаной	60	3,90	0,60	1,38	109	0,00	0,13	0,00	1,20	20,40	120,00	33,60	1,92	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**700**	**28,60**	**26,42**	**66,49**	**685,00**	**0,02**	**0,34**	**35,60**	**2,78**	**136,92**	**295,97**	**74,20**	**5,73**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша молочная рисовая вязкая	205	8,76	8,15	44,20	274	0,00	0,16	0,00	1,60	129,12	112,00	42,00	1,40	№4-1994
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	57	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,80	№627-1994
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,90	107	0,00	0,08	0,00	0,80	11,00	43,00	17,00	1,00	Сб.рец.1994
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		***400***	***12,23***	***9,22***	***95,10***	***498***	***0,00***	***0,24***	***0,10***	***2,40***	***152,12***	***163,00***	***65,00***	***3,20***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		***1500***	***57,12***	***64,3***	***208,56***	***1748***	***0,38***	***0,77***	***35,86***	***7,06***	***599,34***	***1007,97***	***194,3***	***15,05***	
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:		**8190**	**291,37**	**297,75**	**1385,7**	**11926**	**2,25**	**4,99**	**331,34**	**74,59**	**3185,24**	**6235,48**	**1475,49**	**81,13**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА НЕД		***1638***	***58,274***	***59,55***	***277,14***	***2385,2***	***0,45***	***0,998***	***66,268***	***14,918***	***637,048***	***1247,1***	***295,098***	***16,226***	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 10 ДН		***1650***	***77,21***	***79,99***	***336,49***	***2341***	***16,93***	***14,66***	***102,11***	***27,65***	***1053,90***	***1155,42***	***326,88***	***31,08***	

Б:	**Ж:**	**У**
77,21	**79,99**	**336,49**
1	**1**	**4,2**

Нормативная документация:

1. Сборник технолгических нормативов,рецептур блюд и выпечных изделий для общеобразовательных учреждений Сост. Г.В.Мараухина, И.В.Мозгот, И.Ю.Яланузян - Ярославль: ГОУ ЯО "Центр детей и юношества"- 2006г.