

Согласовано



Утверждено


 Махматов Х.Х.

Примерное двенадцатидневное меню по организации горячего питания для учащихся на
 2025 г."

(ОВЗ ОБЕД) СЕЗОН--ВЕСНА

№	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена ,руб
1-ая неделя				
1-ый день (понедельник)				
1	84	Щи из свежий капусты с курицей	250/25	
2	442	Сок в ассортименте	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
2 - ой день (вторник)				
1	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25	
2	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
3 - ий день (среда)				
1	99	Суп гороховый с курицей	250/25	
2	433	Какао с молоком	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
4 - ый день (четверг)				
1	106	Суп из домашний лапши с курами	250/25	
2	430	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
5 - ый день (пятница)				
1	96	Рассольник ленинградский с курицей	250/25	
2	430	Чай черный с сахаром	185/15	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
4	б/н	Кондитерское изделие (печенье,вафли)	20	
		Итого		40,00
6 - ый день (суббота)				
1	б/н	Овощи натуральные (огурцы соленые)	20	
2	283	Тефтели из говядины с соусом	60/30	
3	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	
4	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
5	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00

2-ая неделя		1-ый день (понедельник)		
1	96	Рассольник ленинградский с курицей	250/25	
2	433	Какао с молоком	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
2 - ой день (вторник)				
1	99	Суп гороховый с курицей	250/25	
2	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
3 - ий день (среда)				
1	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25	
2	442	Сок в ассортименте	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
4 - ый день (четверг)				
1	106	Суп из домашний лапши с курами	250/25	
2	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
4	б/н	Кондитерское изделие (печенье,вфли)	20	
		Итого		40,00
5 - ый день (пятница)				
1	84	Щи из свежий капусты с курицей	250/25	
2	430	Чай черный с сахаром лимоном	185/15/7	
3	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
6 - ый день (суббота)				
1	282	Котлеты (биточки,шницель)куриные с соусом	60/30	
2	324	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	
3	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	
4	б/н	Хлеб пшеничный,ржаной	20/20	
		Итого		40,00
		Всего сумма за 12 дней		480,00

Индивидуальный предприниматель

Махмутов Х.Х.

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП С РИСОВОЙ КРУПОЙ С ГОВЯЖЬИМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250		7,11	6,79	12,37	137,63
ГОВЯДИНА Б/К	38,7	28,5	5,14	4,42	0,00	60,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1,01	0,15	10,66	47,97
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	250	250	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200		0,60	0,00	33,00	136,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			10,76	7,04	65,44	368,36
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,76	7,04	65,44	368,36



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	250/25		10,82	10,56	18,71	213,29
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	31,87	29	5,12	5,18	0,00	66,95
КАРТОФЕЛЬ	76,92	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			13,87	10,81	48,46	346,72
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			13,87	10,81	48,46	346,72



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250/25		7,60	10,06	12,40	170,95
ГОВЯДИНА Б/К	38,51	32,5	5,87	5,04	0,00	68,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАРТОФЕЛЬ	30,77	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,75	3,01	14,74	102,29
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			14,40	13,32	47,21	367,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,40	13,32	47,21	367,97

Утверждаю



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ)	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			11,84	12,34	59,03	394,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,84	12,34	59,03	394,79



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	250/25		9,35	12,43	16,43	215,11
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44,23	40,25	7,11	7,19	0,00	92,93
КАРТОФЕЛЬ	115,38	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/5		0,05	0,01	14,67	59,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	8,33	5	0,05	0,01	0,15	1,65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			12,45	12,69	51,17	369,54
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,45	12,69	51,17	369,54



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОГО ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60		1,43	3,02	3,87	48,44
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	61,54	40	1,20	0,08	2,52	15,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,24	17	0,23	0,03	1,35	6,76
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30		8,48	13,64	10,12	197,23
ГОВЯДИНА Б/К	45	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,59	0,05	3,89	18,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0,00	1,36	0,00	12,21
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,64	4,67	35,94	208,41
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			18,60	21,58	79,68	587,51
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,60	21,58	79,68	587,51



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		8,20	7,73	15,35	162,55
ГОВЯДИНА Б/К	38,7	28,5	5,14	4,42	0,00	60,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,13	0,25	13,68	65,57
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	10,75	42,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	8,9	8,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0,00	0,00	10,75	42,96
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			11,25	7,98	46,17	300,24
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,25	7,98	46,17	300,24



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	250/25		10,82	10,56	18,71	213,29
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	31,87	29	5,12	5,18	0,00	66,95
КАРТОФЕЛЬ	76,92	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			14,87	11,01	58,98	394,02
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			14,87	11,01	58,98	394,02



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	250/25/10		7,46	11,44	9,58	175,99
ГОВЯДИНА Б/К	38,51	32,5	5,87	5,04	0,00	68,72
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/5		0,05	0,01	14,67	59,70
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	8,33	5	0,05	0,01	0,15	1,65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			10,56	11,70	44,32	330,42
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,56	11,70	44,32	330,42



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ИЗ ДОМАШНЕЙ ЛАПШИ С КУРАМИ	250/25		7,29	10,13	14,40	177,96
КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	25	25	4,41	4,46	0,00	57,72
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18	18	1,88	0,22	12,20	58,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,69	3,28
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,62	0,56	0,04	7,66
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200		0,00	0,00	9,68	38,70
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ)	20		1,50	1,96	14,88	83,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,50	1,96	14,88	83,40
			11,84	12,34	59,03	394,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,84	12,34	59,03	394,79



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИНЫМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250/25/10		9,08	13,70	8,83	199,88
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	44,23	40,25	7,11	7,19	0,00	92,93
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,25	1,46	0,34	19,98
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,87	0,05	2,28	13,58
КАРТОФЕЛЬ	46,15	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,75	3,01	24,42	141,00
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	0,94	0,58	0,40	11,21
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			15,88	16,96	53,32	435,61
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,88	16,96	53,32	435,61



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТЫ(БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) КУРИНЫЕ С СОУСОМ	60/30		8,80	12,30	7,05	174,11
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	47,6	43,3	7,64	7,73	0,00	99,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,2	10,2	0,76	0,06	4,97	23,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7	0,02	2,96	0,03	26,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	31,7	31,7	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5,5	5,5	0,19	0,00	0,63	3,52
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		7,19	5,88	32,51	211,38
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	59,2	58,61	7,16	1,87	32,47	175,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113,8	113,8	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	28,21	112,83
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20		3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
			19,04	18,43	87,84	593,05
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,04	18,43	87,84	593,05