

Подписано цифровой подписью: Кейб Екатерина Георгиевна
 DN: c=RU, st=Саратовская область, title=Директор,
 o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ "ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
 ПО АДАПТИРОВАННЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ № 11
 Г.БАЛАШОВА", 1.2.643.100.3=120B3132343735343735353731,
 1.2.643.3.131.1.1=120C363434303038333730343638,
 email=skosh11@inbox.ru, givenName=Екатерина Георгиевна, sn=Кейб,
 cn=Кейб Екатерина Георгиевна

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СО «Школа АОП
 № 11 г.Балашова»

Е.Г.Кейб



Примерное 10-дневное цикличное меню.

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

Возрастная категория с 7 -11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	номер рецептуры*
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	40,00	6,60	9,50	11,00	52,00	3
	Каша молочная «Дружба»	200,00	11,20	14,40	24,00	234,00	Т №4
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Булочка сдобная	50,00	3,80	3,10	18,20	157,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530,00	21,80	27,00	68,20	501,00	
ОБЕД	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	250,00	6,20	4,50	20,10	135,00	132
	Салат из свеклы с заправкой (растительное масло)	100,00	1,70	3,00	7,20	63,00	51
	Плов с мясом птицы	240,00	19,00	18,90	43,00	429,00	492
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	-
	Кисель из сока плодового натурального (яблоко)	180,00	0,20	0,00	27,40	146,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД:		830,00	31,10	28,40	109,40	799,00	
ПОЛДНИК	Сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (сезонные) поштучно	100,00	1,50	0,10	36,00	257,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,50	0,10	57,00	345,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1660,00	55,40	55,50	234,60	1645,00	
День 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом (18 г.)	200,00	6,50	7,20	24,00	330,00	Т № 4
	Яйцо С1 отварное	50,00	5,10	4,60	0,30	63,00	337
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Батон нарезной	60,00	6,00	3,00	13,60	34,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510,00	17,80	14,80	52,90	485,00	
ОБЕД	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200,00	2,00	4,30	10,00	108,00	124

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ СО «Школа АОП
 № 11 г.Балашова»
 _____ Е.Г.Кейб

Примерное 10-дневное цикличное меню.

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

Возрастная категория с 7 -11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	номер рецептуры*
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	40,00	6,60	9,50	11,00	52,00	3
	Каша молочная «Дружба»	200,00	11,20	14,40	24,00	234,00	Т №4
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Булочка сдобная	50,00	3,80	3,10	18,20	157,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530,00	21,80	27,00	68,20	501,00	
ОБЕД	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	250,00	6,20	4,50	20,10	135,00	132
	Салат из свеклы с заправкой (растительное масло)	100,00	1,70	3,00	7,20	63,00	51
	Плов с мясом птицы	240,00	19,00	18,90	43,00	429,00	492
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	-
	Кисель из сока плодового натурального (яблоко)	180,00	0,20	0,00	27,40	146,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД:		830,00	31,10	28,40	109,40	799,00	
ПОЛДНИК	Сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (сезонные) поштучно	100,00	1,50	0,10	36,00	257,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,50	0,10	57,00	345,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1660,00	55,40	55,50	234,60	1645,00	
День 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом (18 г.)	200,00	6,50	7,20	24,00	330,00	Т № 4
	Яйцо С1 отварное	50,00	5,10	4,60	0,30	63,00	337
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Батон нарезной	60,00	6,00	3,00	13,60	34,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510,00	17,80	14,80	52,90	485,00	
ОБЕД	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200,00	2,00	4,30	10,00	108,00	124

	Салат из капусты с морковью и растительным маслом	60,00	1,40	5,10	8,90	88,00	43
	Котлета мясная паровая	90,00	14,90	15,20	13,80	307,00	451
	Макаронные изделия отварные с соусом основным	150,00	5,25	6,15	35,20	220,50	332
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,00	31,00	124,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		760,00	28,15	32,75	110,60	873,50	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	5,40	5,00	21,60	158	промышленное производство
	Пирожок печеный с яблоком	100,00	3,30	3,00	34,80	180	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	8,70	8,00	56,40	338,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1570,00	54,65	55,55	219,90	1696,50	
День 3							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная	250,00	2,80	8,20	30,40	222,00	Т № 4
	Какао с молоком	200,00	4,90	5,00	32,50	190,00	693
	Булочка «Веснушка»	50,00	3,80	3,10	18,20	157,00	767
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	11,50	16,30	81,10	569,00	
ОБЕД	Салат из свеклы с заправкой (растительное масло)	100,00	1,70	3,00	7,20	63,00	51
	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	250,00	2,90	2,50	21,00	120,00	140
	Котлета рубленая из мяса птицы	100,00	14,90	21,20	13,80	307,00	498
	Пюре гороховое	150,00	13,70	1,50	34,95	214,50	330
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,00	31,00	124,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		860,00	37,80	30,20	119,65	854,50	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	108,00	промышленное производство
	Кондитерское изделие (печенье)	100,00	3,20	7,50	11,00	125,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	4,20	7,50	32,00	233,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1660,00	53,50	54,00	232,75	1656,50	
День 4							
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	200,00	5,40	10,40	24,00	212,00	
	Закрытый бутерброд с маслом и сыром: батон-60, масло сл.-20, сыр "Российский"- 20	100,00	9,80	10,00	11,00	159,00	8
	Кофейный напиток с сахаром и молоком	200,00	4,90	5,00	32,50	190,00	692
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	20,10	25,40	67,50	561,00	
ОБЕД	Суп гречневый на мясном бульоне	200,00	2,60	4,30	14,30	136,00	149

	Овощи соленые или маринованные (огурец)	60,00	0,50	0,20	1,00	6,00	промышленное производство
	Тефтели паровые из мяса птицы с соусом основным: 90/40	130,00	12,50	11,00	11,50	296,50	587/462
	Картофельное пюре	150,00	3,15	8,25	21,75	189,00	520
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,00	31,00	124,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		800,00	23,35	25,75	91,25	777,50	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	5,40	5,00	21,60	158,00	промышленное производство
	Ватрушка с творогом	100,00	9,00	1,00	76,00	156,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	14,40	6,00	97,60	314,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1600,00	57,85	57,15	256,35	1652,50	
День 5							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200,00	3,00	8,00	16,00	224,00	Т№4
	Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Ватрушка с творогом	100,00	11,90	9,40	37,50	256,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	15,10	17,40	68,50	538,00	
ОБЕД	Суп с бобовыми на мясном бульоне /гороховый/	250,00	7,00	9,00	23,00	170,00	139
	Рагу овощное с курицей	200,00	23,00	21,80	18,80	238,00	489
	Салат из капусты белокочанной с морковью	100,00	2,00	5,10	8,90	98,00	43
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Кисель из сока плодового натурального (вишня)	200,00	0,20	0,00	27,40	186,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД		810,00	36,20	37,90	89,80	718,00	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (сезонные) поштучно	100,00	1,50	0,10	36,00	257,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,50	0,10	57,00	345,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1610,00	53,80	55,40	215,30	1601,00	
День 6							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная	200,00	10,60	18,00	41,00	258,00	Т № 4
	Витрушка сдобная с лимонным джемом	100,00	1,60	4,20	57,10	253,00	промышленное

							производств о
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	12,40	22,20	113,10	569,00	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рис)	250,00	1,80	5,20	16,50	148,00	151
	Овощи свежие (без заправки)	100,00	0,60	0,00	3,80	24,00	51
	Жаркое по-домашнему из говядины	150,00	34,00	17,00	17,50	384,00	436
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышлен ное производств о
	Кисель из сока плодового натурального (персик)	200,00	0,20	0,00	27,40	146,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД		760,00	40,60	24,20	76,90	728,00	
ПОЛДНИ К	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышлен ное производств о
	Печенье "К чаю"	100,00	1,00	6,50	28,00	164,00	промышлен ное производств о
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,00	6,50	49,00	252,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1560,00	55,00	52,90	239,00	1549,00	
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	200,00	5,60	9,00	32,00	234,00	Т№4
	Яйцо С1 отварное	50,00	5,10	4,60	0,30	63,00	337
	Батон нарезной	50,00	6,00	5,20	32,00	201,00	промышлен ное производств о
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	16,90	18,80	79,30	556,00	
ОБЕД	Борщ из свежей капусты на мясном бульоне	200,00	3,60	4,00	16,00	145,00	124
	Котлеты из мяса птицы паровые	100,00	18,40	10,60	12,10	220,00	498
	Картофель тушеный с овощами	150,00	5,40	14,70	41,90	337,00	217
	Овощи соленые или маринованные (огурец)	60,00	0,50	0,20	1,00	6,00	промышлен ное производств о
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышлен ное производств о
	Напиток из шиповника	200,00	0,40	0,00	23,60	94,00	705
ИТОГО ЗА ОБЕД		770,00	32,30	31,50	106,30	828,00	
ПОЛДНИ К	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	5,40	5,00	21,60	158,00	промышлен ное производств о
	Пирожок печеный с капустой	100,00	3,30	1,00	34,80	180,00	промышлен ное производств о
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	8,70	6,00	56,40	338,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1570,00	57,90	56,30	242,00	1722,00	
День 8							

ЗАВТРАК	Каша кукурузная	250,00	2,80	8,20	15,40	222,00	Т № 4
	Бутерброд с сыром: батон -50, сыр "Российский" - 20	70,00	6,70	13,00	14,60	146,00	3
	Какао с молоком	200,00	4,90	5,00	32,50	190,00	693
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520,00	14,40	26,20	62,50	558,00	
ОБЕД	Лапша на курином бульоне по - домашнему	250,00	2,80	5,80	13,90	120,00	148
	Котлета рыбная	100,00	13,00	5,80	15,20	196,00	390
	Салат из капусты с морковью и растительным маслом	60,00	1,40	5,10	8,90	88,00	43
	Макаронные изделия отварные	170,00	5,25	6,15	20,20	220,50	332
	Хлеб ржаной и пшеничный	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из ягод и плодов с сахаром	200,00	0,60	0,00	21,00	146,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		840,00	27,05	24,85	90,90	796,50	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	5,40	5,00	21,60	158,00	промышленное производство
	Плюшка "Московская"	100,00	5,30	1,00	34,80	180,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	10,70	6,00	56,40	338,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1660,00	52,15	57,05	209,80	1692,50	
День 9							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом (18 г.)	200,00	6,50	7,20	24,00	330,00	Т № 4
	Ватрушка с творогом	100,00	11,90	6,40	37,50	156,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	18,60	13,60	76,50	544,00	
ОБЕД	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250,00	2,00	4,30	10,00	108,00	124
	Бефстроганов из мяса птицы: 90/40	130,00	14,90	21,20	13,80	307,00	423
	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,40	10,80	41,25	303,00	Т №4
	Хлеб ржаной и пшеничный	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Напиток из шиповника	200,00	0,40	0,00	23,60	84,00	705
ИТОГО ЗА ОБЕД		790,00	29,70	38,30	100,35	828,00	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Печенье "Школьное"	100,00	3,00	4,70	28,00	164,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	4,00	4,70	49,00	252,00	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1590,00	52,30	56,60	225,85	1624,00	
День 10							
ЗАВТРАК	Каша овсяная вязкая	200,00	5,40	10,40	24,00	212,00	Т№4
	Выпечка сдобная (пирожок с яблоком)	100,00	6,00	5,20	32,00	201,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500,00	11,60	15,60	71,00	471,00	
ОБЕД	Борщ с фасолью на мясном бульоне со сметаной (10 гр.)	250,00	3,90	5,40	16,70	236,00	115
	Тефтели мясные с соусом	130,00	12,48	17,00	17,00	196,30	463
	Салат морковный	100,00	9,00	4,00	7,00	159,00	9
	Картофельное пюре	150,00	3,15	8,25	21,75	189,00	520
	Хлеб ржаной и пшеничный	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ОБЕД		890,00	32,73	36,65	89,15	864,30	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (банан) поштучно	45,00	9,00	3,00	56,00	156,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245,00	10,00	3,00	77,00	244,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1635,00	54,33	55,25	237,15	1579,30	

Возрастная категория с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	номер рецептуры*
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	60,00	9,90	14,25	16,50	78,00	3
	Каша молочная «Дружба»	200,00	11,20	14,40	24,00	234,00	Т №4
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Булочка сдобная	50,00	3,80	3,10	18,20	157,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570,00	25,10	31,75	73,70	527,00	
ОБЕД	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	300,00	7,50	5,40	24,12	162,00	132
	Салат из свеклы с заправкой (растительное масло)	100,00	1,70	3,00	7,20	63,00	51

	Плов с мясом птицы (филе кур)	260,00	21,00	20,50	46,60	465,00	492
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Кисель из сока плодового натурального (яблоко)	180,00	0,20	0,00	27,40	146,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД:		900,00	34,40	30,90	117,02	862,00	
ПОЛДНИК	Сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (сезонные) поштучно	100,00	1,50	0,10	36,00	257,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,50	0,10	57,00	345,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1770,00	62,00	62,75	247,72	1734,00	
День 2							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом (18 г.)	250,00	8,20	9,00	30,00	412,50	Т № 4
	Яйцо С1 отварное	50,00	5,10	4,60	0,30	63,00	337
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Батон нарезной	60,00	6,00	3,00	13,60	34,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560,00	19,50	16,60	58,90	567,50	
ОБЕД	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	300,00	3,15	5,16	12,00	129,60	124
	Салат из капусты с морковью и растительным маслом	100,00	2,34	8,50	14,83	146,70	43
	Котлета мясная паровая (говядина)	100,00	16,60	22,40	15,40	341,00	451
	Макаронные изделия отварные с соусом основным	180,00	6,30	7,38	42,20	264,60	332
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,00	31,00	124,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		940,00	32,99	45,44	127,13	1031,90	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Пирожок печеный с яблоком	100,00	6,50	1,50	39,00	164,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	7,50	1,50	60,00	252,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1800,00	59,99	63,54	246,03	1851,40	
День 3							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная	300,00	3,40	10,00	30,40	266,00	Т № 4
	Какао с молоком	200,00	4,90	5,00	32,50	190,00	693
	Булочка «Веснушка»	50,00	3,80	3,10	18,20	157,00	767
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	12,10	18,10	81,10	613,00	

ОБЕД	Салат из свеклы с заправкой (растительное масло)	100,00	1,70	3,00	7,20	63,00	51
	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	300,00	3,50	3,00	25,20	144,00	140
	Котлета рубленая из мяса птицы	100,00	14,90	29,20	13,80	307,00	498
	Пюре гороховое	200,00	19,30	2,00	46,60	286,00	330
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,00	31,00	124,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		960,00	44,00	39,20	135,50	950,00	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	108,00	промышленное производство
	Кондитерское изделие (печенье)	100,00	3,20	7,50	11,00	125,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	4,20	7,50	32,00	233,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1810,00	60,30	64,80	248,60	1796,00	
День 4							
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	250,00	6,80	13,00	30,00	265,00	Т№4
	Закрытый бутерброд с маслом и сыром: батон-60, масло сл.-20, сыр "Российский"- 20	120,00	9,80	10,00	11,00	159,00	728
	Кофейный напиток с сахаром и молоком	200,00	4,90	5,00	32,50	190,00	692
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570,00	21,50	28,00	73,50	614,00	
ОБЕД	Суп гречневый на мясном бульоне	250,00	3,12	6,40	17,16	163,20	149
	Овощи соленые или маринованные (огурец)	100,00	0,80	0,40	1,70	10,00	промышленное производство
	Тефтели паровые из мяса птицы с соусом основным: 100/40	140,00	16,00	14,00	11,50	296,50	587/462
	Картофельное пюре	180,00	4,20	11,00	29,00	237,40	520
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,00	31,00	124,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		930,00	28,72	33,80	102,06	857,10	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Ватрушка с творогом	100,00	9,00	1,00	76,00	156,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	10,00	1,00	97,00	244,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1800,00	60,22	62,80	272,56	1715,10	
День 5							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная со сливочным маслом (18 гр.)	250,00	3,00	8,00	16,00	224,00	Т№4

	Чай с сахаром и лимоном (5 гр.)	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
	Рогалик со сгущенкой	100,00	11,90	9,40	37,50	256,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	15,10	17,40	68,50	538,00	
ОБЕД	Суп с бобовыми на мясном бульоне /гороховый/	300,00	8,40	11,00	27,60	204,00	139
	Рагу овощное с курицей	280,00	32,30	30,50	26,32	333,00	489
	Салат из капусты белокочанной с морковью	100,00	2,00	5,10	8,90	98,00	43
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Кисель из сока плодового натурального (вишня)	200,00	0,20	0,00	27,40	186,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД		940,00	46,90	48,60	101,92	847,00	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (сезонные) поштучно	100,00	1,50	0,10	36,00	257,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,50	0,10	57,00	345,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1790,00	64,50	66,10	227,42	1730,00	
День 6							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная	250,00	13,00	22,50	51,00	322,50	Т № 4
	Витушка сдобная с лимонным джемом	100,00	1,60	4,20	57,10	253,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	14,80	26,70	123,10	633,50	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рис)	250,00	1,80	5,20	16,50	148,00	151
	Овощи свежие (без заправки)	100,00	0,60	0,00	3,80	24,00	51
	Жаркое по-домашнему из говядины (100/100)	200,00	41,00	22,60	23,40	512,00	436
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Кисель из сока плодового натурального (персик)	200,00	0,20	0,00	27,40	146,00	645
ИТОГО ЗА ОБЕД		810,00	47,60	29,80	82,80	856,00	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Печенье "К чаю"	100,00	1,00	6,50	28,00	164,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	2,00	6,50	49,00	252,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1660,00	64,40	63,00	254,90	1741,50	
День 7							

ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная со сливочным маслом 18гр	250,00	7,00	11,25	40,00	292,00	Т№4
	Яйцо С1 отварное	50,00	5,10	4,60	0,30	63,00	337
	Батон нарезной	50,00	6,00	5,20	32,00	201,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	18,30	21,05	87,30	614,00	
ОБЕД	Борщ из свежей капусты на мясном бульоне	300,00	4,32	7,20	19,20	174,00	124
	Котлеты из мяса птицы паровые	100,00	18,40	10,60	12,10	220,00	498
	Картофель тушеный с овощами	180,00	6,48	20,04	50,28	404,00	217
	Овощи соленые или маринованные (огурец)	100,00	0,80	0,33	1,70	10,00	промышленное производство
	Хлеб пшеничный и ржаной	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Напиток из шиповника	200,00	0,40	0,00	23,60	94,00	705
ИТОГО ЗА ОБЕД		940,00	34,40	40,17	118,58	928,00	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Пирожок печеный с капустой	100,00	6,50	1,50	39,00	164,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	7,50	1,50	60,00	252,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1790,00	60,20	62,72	265,88	1794,00	
День 8							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	250,00	2,80	8,20	15,40	222,00	Т № 4
	Бутерброд с сыром: батон -70, сыр "Российский" - 30	100,00	6,70	13,00	14,60	146,00	3
	Какао с молоком	200,00	4,90	5,00	32,50	190,00	693
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	14,40	26,20	62,50	558,00	
ОБЕД	Лапша на курином бульоне по - домашнему	300,00	3,40	7,00	16,80	144,00	148
	Котлета рыбная	100,00	13,00	5,80	15,20	196,00	390
	Салат из капусты с морковью и растительным маслом	100,00	2,33	8,50	14,83	146,70	43
	Макаронные изделия отварные	200,00	6,20	7,23	23,80	259,40	332
	Хлеб ржаной и пшеничный	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
	Компот из ягод и плодов с сахаром	200,00	0,60	0,00	21,00	146,00	639
ИТОГО ЗА ОБЕД		960,00	29,53	30,53	103,33	918,10	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток (йогурт, снежок, ряженка, кефир)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Плюшка "Московская"	90,00	18,00	6,00	152,00	312,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		290,00	19,00	6,00	173,00	400,00	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1800,00	62,93	62,73	338,83	1876,10	
День 9							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом (18 г.)	250,00	8,20	9,00	30,00	412,50	Т № 4
	Ватрушка с творогом	100,00	11,90	6,40	37,50	156,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	20,30	15,40	82,50	626,50	
ОБЕД	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	300,00	2,40	5,16	12,00	129,60	124
	Бефстроганов из мяса птицы: 100/40	140,00	18,40	10,60	12,10	220,00	498
	Соус основной красный	50,00	2,00	13,00	12,60	36,00	587
	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	10,00	12,96	61,50	363,00	Т №4
	Хлеб ржаной и пшеничный	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
Напиток из шиповника	200,00	0,40	0,00	23,60	84,00	705	
ИТОГО ЗА ОБЕД		930,00	37,20	43,72	133,50	858,60	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Печенье "Школьное"	100,00	3,80	3,10	18,20	157,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	4,80	3,10	39,20	245,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1780,00	62,30	62,22	255,20	1730,10	
День 10							
ЗАВТРАК	Каша овсяная вязкая	250,00	6,75	13,00	30,00	265,00	Т№4
	Выпечка сдобная (пирожок с яблоком)	100,00	6,00	5,20	32,00	201,00	промышленное производство
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550,00	12,95	18,20	77,00	524,00	
ОБЕД	Борщ с фасолью на мясном бульоне со сметаной (20 гр.)	300,00	8,56	10,48	23,04	301,00	115
	Тефтели мясные с соусом (100/30)	130,00	12,48	17,00	17,00	196,30	463
	Салат морковный с растительным маслом	100,00	9,00	4,00	7,00	159,00	49
	Картофельное пюре	180,00	3,78	9,90	26,10	126,00	520
	Хлеб ржаной и пшеничный	60,00	4,00	2,00	11,70	26,00	промышленное производство
Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	15,00	58,00	685	
ИТОГО ЗА ОБЕД		970,00	38,02	43,38	99,84	866,30	
ПОЛДНИК	сок в инд.упаковке для детского питания (мультифруктовый)	200,00	1,00	0,00	21,00	88,00	промышленное производство
	Фрукты свежие (сезонные) поштучно	100,00	9,00	3,00	56,00	156,00	промышленное производство
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300,00	10,00	3,00	77,00	244,00	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1820,00	60,97	64,58	253,84	1634,30	
---------------	---------	-------	-------	--------	---------	--