

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель


В.Б. Карпачев
« 22 » августа 2025 год



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11
КЛАССОВ, ОТНОСЯЩИХСЯ К ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ,
УТВЕРЖДЕННОЙ ПОСТАНОВЛЕНИЕМ ПРАВИТЕЛЬСТВА
СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ ОТ 27 МАРТА 2023 г. № 145-П
«на период с 01.09.2025 г. по 28.11.2025 г. — 01.04.2026 г. по 29.05.2026 г.
и с 01.12.2025 г. по 29.03.2026 г. 2025/2026 учебного года»**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Ставрополя

Л.В. Чернявская



Директор
МБОУ гимназии № 3 г. Ставрополя
им. Героя Советского Союза
Л.Севрюкова

Н.П. Малюченко



Директор
МБОУ СОШ № 4 г. Ставрополя

М.А. Суркова



Директор
МАОУ лицея № 5 г. Ставрополя

Н.В. Черемных



Директор
МБОУ СОШ № 6 г. Ставрополя
имени выдающегося разведчика
Георгия Николаевича Косенко

С.Г. Шутова



Директор
МБОУ СОШ № 7 г. Ставрополя

Р.В. Буряковский



Директор
МБОУ лицея № 8 г. Ставрополя
имени генерал-майора авиации Н.Г. Голодников

С.И. Карпенко



Директор
МБОУ гимназии № 9 г. Ставрополя
имени Героя Советского Союза
Владимира Ковалева

В.М. Сапунова

И.о. директора
МБОУ лицея № 10 г. Ставрополя

Ю.Н. Гусак

Директор
МБОУ СОШ №11 им. И.А. Бурмистрова

Н.В. Малеева

И.о. директора
МБОУ гимназии №12
им.Белоконя В.Э. г.Ставрополя

А.А. Штанько

Директор
МБОУ лицея № 16 г.Ставрополя

Л.О. Чернышева

Директор
МАОУ лицея № 17 г. Ставрополь

О.С. Попцова

Директор
МБОУ СОШ № 19 г. Ставрополя

В.Е. Ворощенко

Директор
МБОУ № 20 г. Ставрополя

Г.Л. Пряхина

Директор
МАОУ гимназии № 24 города Ставрополя
имени генерал-лейтенанта юстиции М.Г. Ядрова

Е.А. Выглазова

Директор
МБОУ СОШ № 26 г. Ставрополя

Н.А. Шишкин

Директор
МБОУ СОШ № 28 г.Ставрополя

А.Н. Заверюха

Директор
МБОУ гимназии № 30 г. Ставрополя

Л.А. Шинкина

Директор
МБОУ КШ г.Ставрополя

М.А. Клещарь

Директор
МБОУ СОШ № 32 г. Ставрополя

Ю.Ю. Степанюк

Директор
МБОУ СОШ № 34 г. Ставрополя

Л.Х. Даутова

Директор
МБОУ СОШ № 37 г. Ставрополя

Л.А. Карагодина

И.о. директора
МБОУ СОШ № 41 г. Ставрополя

В.В. Чудакова

Директор
МБОУ СОШ № 42 г.Ставрополя

Н.В. Воронина

Директор
МБОУ СОШ № 44 г. Ставрополя

Т.Г. Сергеева

Директор
МБОУ СОШ № 45 г. Ставрополя

Н.Ю. Худякова

Заместитель начальника
отдела санитарного надзора
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ, ОТНОсяЩИХСЯ К ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ, УТВЕРЖДЕННОЙ ПОСТАНОВЛЕНИЕМ ПРАВИТЕЛЬСТВА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ ОТ 27 МАРТА 2023Г. №145-П

НА ПЕРИОД с 01.09.2025 г. по 28.11.2025 г. - с 01.04.2026 г. по 29.05.2026 г.

2025-2026 уч.года

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015	
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	220/10	6,05	9,59	41,57	276,64	0,06	0,57	64,06	0,33	0,14	0,12	33,66	63,61	104,49	0,54	1,14	48,70	177,39	9,33	34,58	7,30	174	2015
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,00	14,00	14,00	2,80	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	705	15,50	24,13	113,91	857,16	0,33	10,57	68,68	4,23	0,14	0,23	109,41	133,01	352,35	10,31	2,74	480,34	973,50	18,97	56,09	10,40		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,01	0,20	3,52	19,70	0,04	10,05	80,20	0,39	0,00	0,03	17,49	12,38	22,73	0,78	0,20	2,29	241,90	1,77	17,69	0,35	71	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	4,80	5,39	16,09	131,70	0,16	3,87	150,96	4,08	0,00	0,05	34,47	45,88	90,86	1,73	0,92	746,39	371,90	91,49	22,26	2,24	102	2015
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/10	15,62	14,32	16,86	252,29	0,08	0,00	24,74	0,49	0,07	0,09	26,12	5,15	107,06	3,07	2,58	172,01	258,54	4,83	33,80	0,00	268	2015
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,%	200	7,24	0,85	46,37	222,29	0,12	0,00	0,00	1,42	0,00	0,03	11,23	19,36	60,30	1,41	0,48	590,42	83,54	71,42	0,02	0,02	309	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1110	33,97	22,36	165,27	1 107,08	0,64	19,22	271,86	9,96	0,07	0,29	153,84	178,81	439,53	13,51	5,67	1 929,19	#####	176,83	94,14	5,67		
Всего за день: 1815		49,47	46,49	279,18	1 964,24	0,97	29,79	340,54	14,19	0,21	0,52	263,25	311,82	791,88	23,82	8,41	2 409,53	#####	195,80	150,23	16,07		

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72.5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72.5%	106/10	9,96	16,46	1,88	195,65	0,06	0,00	0,19	3,39	0,00	0,00	13,17	79,02	171,20	1,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	210	2015
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	0,02	7,00	0,19	0,00	0,00	0,05	15,00	41,00	37,00	0,70	0,00	700,00	315,00	0,00	0,00	0,00	Таблица стр.566	1994
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,95	2,13	16,74	97,91	0,04	0,52	13,20	0,00	0,00	0,08	16,99	53,61	48,06	0,32	0,40	40,25	136,82	7,92	14,08	1,41	379	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	691	23,29	41,84	79,07	909,66	0,37	13,52	18,20	7,29	0,00	0,22	112,91	249,03	490,12	9,87	1,92	1 159,89	#####	15,56	35,59	4,51		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	71	2015
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,05	6,31	11,73	111,34	0,03	9,76	135,06	2,32	0,00	0,06	24,92	42,35	47,87	1,06	0,53	525,06	322,85	65,66	23,33	0,36	82	2015
РЫБА (МИНТАЙ) ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72.5%	100/10	18,03	16,88	3,88	239,64	0,10	0,24	34,21	4,61	0,37	0,10	58,70	51,84	259,45	0,97	1,41	626,54	427,49	229,01	667,13	15,49	227	2015
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72.5%	200	3,73	6,39	28,77	186,59	0,17	16,00	3,65	0,35	0,11	0,10	40,02	17,10	101,54	1,61	0,73	8,09	943,93	8,80	47,52	0,43	125	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	338	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1120	32,22	31,58	151,66	1 021,75	0,58	242,00	187,58	11,08	0,48	0,38	202,89	196,91	610,72	12,46	4,41	1 587,33	#####	314,11	759,51	19,65		
Всего за день: 1811		55,51	73,42	230,73	1 931,41	0,95	255,52	205,78	18,37	0,48	0,60	315,80	445,94	1 100,84	22,33	6,33	2 747,22	#####	329,67	795,10	24,16		

СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72.5% (порциями)	10	0.10	8,30	0.10	75,00	0,00	0,00	0,07	0.10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	220/36/9	7,96	10,48	25,81	229,35	0,07	0,05	52,03	0,93	0,29	0,06	12,24	61,37	74,09	1,00	0,92	1 057,10	62,22	113,20	0,20	1,95	204	2015
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,00	14,00	14,00	2,80	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
БИОЙГУРТ ФРУКТОВЫЙ (яблочный,персиковый, абрикосовый,банановый) в индивидуальной упаковке	125	4,25	3,13	6,88	76,25	0,30	0,88	0,03	0,00	0,00	0,25	20,00	135,00	118,75	0,13	0,00	43,75	161,25	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	700	17,63	23,12	92,08	779,51	0,60	4,93	52,13	3,78	0,29	0,41	90,74	117,13	351,34	7,88	2,29	1 502,85	673,47	120,20	12,21	4,70		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,01	0,20	3,52	19,70	0,04	10,05	80,20	0,39	0,00	0,03	17,49	12,38	22,73	0,78	0,20	2,29	241,90	1,77	17,69	0,35	71	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	250	2,28	2,84	18,64	108,74	0,07	6,60	121,35	1,26	0,00	0,04	26,12	28,39	62,42	0,88	0,54	742,73	393,73	92,12	28,60	1,41	101	2015
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	18,81	12,38	19,83	248,46	0,08	0,58	15,02	0,42	0,00	0,09	29,58	4,41	113,43	3,15	2,55	289,50	297,13	19,88	35,14	0,26	268	2015
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	200	11,34	9,20	51,51	334,20	0,28	0,00	0,04	0,77	0,00	0,00	180,90	24,53	269,82	6,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	302	2015	
КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,26	0,01	36,17	146,63	0,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	5,84	26,72	15,40	0,72	0,00	4,10	72,17	0,00	0,00	0,00	379	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1150	38,63	26,23	182,32	1 231,86	0,71	23,47	221,11	6,54	0,00	0,26	322,18	146,05	640,66	18,48	4,81	1 458,26	#####	121,41	102,94	5,12		
Всего за день: 1850		56,26	49,35	274,40	2 011,37	1,31	28,40	273,24	10,32	0,29	0,67	412,92	263,18	992,00	26,36	7,10	2 961,11	#####	241,61	115,15	9,82		

ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	34,01	21,73	87,24	675,08	0,13	1,74	648,44	4,46	0,18	0,53	76,52	114,04	348,86	1,86	1,78	196,35	537,78	21,49	77,83	26,82	224	2015
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134,00	0,04	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	14,00	121,00	90,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	382	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	775	45,39	38,58	164,79	1 312,71	0,42	8,74	653,07	8,36	0,18	0,63	158,27	417,66	672,72	9,83	3,30	615,99	#####	29,13	99,34	29,92		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	71	2015
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,74	5,05	8,16	84,61	0,05	12,31	154,44	2,26	0,00	0,05	21,31	38,90	41,28	0,69	0,45	10,37	315,71	3,45	19,00	0,13	88	2015
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100/300	8,89	9,35	7,16	148,26	0,04	1,13	41,23	0,18	0,02	0,06	14,54	9,96	93,01	0,89	1,12	34,02	114,33	3,08	5,90	1,26	291	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1200	16,71	16,10	100,18	741,12	0,36	29,46	222,17	6,24	0,02	0,24	115,79	170,43	336,60	9,45	3,31	474,03	#####	17,17	46,43	4,76		
Всего за день: 1975		62,10	54,68	264,97	2 053,83	0,78	38,20	875,24	14,60	0,20	0,87	274,06	588,09	1 009,32	19,28	6,61	1 090,02	#####	46,30	145,77	34,68		

ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72.5% (порциями)	10	0.10	8,30	0.10	75.00	0.00	0.00	0.07	0.10	0.00	0.00	0.00	1.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0.78	0.10	2.43	13.58	0.03	10.00	10.00	0.10	0.00	0.03	14.00	23.00	42.00	1.00	0.22	8.00	141.00	3.00	0.02	0.27	71	2015
РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/300	14.49	16.29	8.64	239.14	0.12	6.45	141.28	2.39	0.00	0.13	29.12	22.60	151.90	1.51	1.22	290.76	436.50	33.98	18.10	0.18	289	2015
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0.29	0.10	14.69	59.90	0.00	2.90	0.00	0.00	0.00	0.00	4.83	7.73	9.66	0.97	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	377	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.37	0.42	23.00	211.16	0.12	0.00	0.00	1.65	0.00	0.03	27.00	14.00	67.50	2.00	0.68	187.00	92.50	2.80	0.01	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.98	0.60	16.70	97.80	0.09	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	23.50	14.50	75.00	1.95	0.61	203.00	117.50	2.20	12.00	2.75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0.58	0.58	12.95	58.64	0.03	6.00	4.50	0.95	0.00	0.02	11.75	21.12	14.36	2.87	0.23	29.64	346.11	2.64	9.50	0.35	338	2015
Итого за прием пищи:	982	20.59	26.39	78.51	661.26	0.33	25.35	155.85	5.62	0.00	0.24	90.20	99.95	327.42	8.85	2.65	780.90	#####	43.42	46.87	6.55		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1.01	0.20	3.52	19.70	0.04	10.05	80.20	0.39	0.00	0.03	17.49	12.38	22.73	0.78	0.20	2.29	241.90	1.77	17.69	0.35	71	2015
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2.38	5.08	12.99	117.00	0.05	0.95	0.00	0.00	0.00	0.02	15.22	22.00	54.00	0.72	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	112	2015
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	100/5	14.91	15.22	8.81	226.11	0.06	0.04	16.04	0.85	0.53	0.16	16.53	7.70	103.05	2.44	2.46	122.86	230.14	8.97	30.30	0.18	274	2015
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	200	3.99	4.78	25.88	161.88	0.16	13.82	22.24	0.23	0.07	0.13	37.49	2.93	98.78	1.40	0.74	19.00	843.34	9.94	45.00	0.85	312	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.70	0.30	24.40	103.00	0.01	200.00	0.16	0.00	0.00	0.00	3.00	13.00	3.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	388	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.37	0.42	23.00	211.16	0.12	0.00	0.00	1.65	0.00	0.03	27.00	14.00	67.50	2.00	0.68	187.00	92.50	2.80	0.01	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.98	0.60	16.70	97.80	0.09	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	23.50	14.50	75.00	1.95	0.61	203.00	117.50	2.20	12.00	2.75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0.58	0.58	12.95	58.64	0.03	6.00	4.50	0.95	0.00	0.02	11.75	21.12	14.36	2.87	0.23	29.64	346.11	2.64	9.50	0.35	338	2015
Итого за прием пищи:	1105	27.92	27.18	128.25	1 001.82	0.56	230.86	123.14	5.17	0.60	0.44	151.98	101.77	438.42	13.16	4.92	563.79	#####	28.32	114.50	4.48		
Всего за день: 2087		48.51	53.57	206.76	1 663.08	0.89	256.21	278.99	10.79	0.60	0.68	242.18	201.72	765.84	22.01	7.57	1 344.69	#####	71.74	161.37	11.03		

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015	
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	220/10	6,73	10,40	28,08	232,55	0,16	0,26	56,04	1,63	0,14	0,08	59,92	4,95	154,85	1,54	1,69	28,86	193,63	6,43	23,81	11,55	173	2015
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,00	14,00	14,00	2,80	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	705	16,18	24,94	100,42	719,11	0,37	10,26	60,66	4,86	0,14	0,18	115,67	187,67	367,71	9,86	2,98	523,00	943,74	14,87	52,56	17,65		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	71	2015
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,77	4,27	9,89	84,67	0,05	9,00	121,30	0,35	0,08	0,06	20,90	27,76	45,86	0,70	0,45	36,64	325,89	3,43	20,28	0,16	99	2015
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	16,29	11,01	16,24	212,43	0,07	1,38	15,02	0,41	0,00	0,07	20,39	6,29	81,37	2,22	2,42	214,26	267,56	19,84	36,51	0,57	278	2015
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	11,32	6,42	51,19	307,36	0,40	0,00	15,12	6,20	0,07	0,16	186,36	32,35	277,82	6,52	1,90	593,25	352,70	73,45	0,15	0,06	302	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1160	35,46	23,40	162,18	1 112,71	0,79	26,40	177,94	10,76	0,15	0,42	307,59	187,97	607,36	17,31	6,51	1 273,79	#####	107,36	78,47	4,16		
Всего за день: 1865		51,64	48,34	262,60	1 831,82	1,16	36,66	238,60	15,62	0,29	0,60	423,26	375,64	975,07	27,17	9,49	1 796,79	#####	122,23	131,03	21,81		

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	71	2015
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ МИНТАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/8	11,38	12,75	12,84	211,79	0,12	1,10	20,80	3,29	0,10	0,08	43,06	37,63	184,93	1,22	0,94	124,36	313,93	89,93	5,44	0,15	237	2015
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	6,64	9,98	18,03	174,93	0,11	13,91	551,89	3,67	0,00	0,08	37,53	34,97	80,61	1,20	0,78	166,41	519,93	25,20	44,71	0,49	143	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	858	24,10	24,43	115,73	888,44	0,50	31,03	599,19	10,76	0,10	0,28	160,53	194,17	467,85	10,29	3,46	720,41	#####	125,77	71,68	4,01		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,00	0,20	3,50	19,60	0,04	10,00	79,80	0,39	0,00	0,03	17,40	12,32	22,62	0,78	0,20	2,28	240,70	1,76	17,60	0,35	71	2015
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,13	5,23	14,93	114,69	0,06	6,70	121,80	2,44	0,00	0,04	24,35	23,49	62,44	0,86	0,40	136,75	402,69	3,87	23,40	1,68	96	2015
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	100/50	16,06	20,57	15,77	305,97	0,09	3,30	18,64	4,98	0,16	0,12	31,88	13,59	133,80	3,01	2,87	157,39	336,27	8,73	50,02	0,98	274	2015
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	3,99	4,78	25,88	161,88	0,16	13,82	22,24	0,23	0,07	0,13	37,49	2,93	98,78	1,40	0,74	19,00	843,34	9,94	45,00	0,85	312	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1160	28,81	32,68	137,13	911,64	0,59	236,66	232,57	8,58	0,21	0,35	180,22	124,73	500,72	11,56	3,75	668,70	#####	112,79	484,50	14,82		
Всего за день: 2018		52,91	57,11	252,86	1 800,08	1,09	267,69	831,76	19,34	0,31	0,63	340,75	318,90	968,57	21,85	7,21	1 389,11	#####	238,56	556,18	18,83		

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72.5% (порциями)	10	0.10	8.30	0.10	75.00	0.00	0.00	0.07	0.10	0.00	0.00	0.00	1.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	220/80	42.12	24.66	90.79	750.86	0.17	0.67	60.17	2.81	0.34	0.62	74.21	125.66	393.21	2.34	1.74	653.32	649.07	73.48	63.45	35.99	222	2015
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.90	2.50	24.80	134.00	0.04	1.00	0.01	0.00	0.00	0.00	14.00	121.00	90.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	382	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.37	0.42	23.00	211.16	0.12	0.00	0.00	1.65	0.00	0.03	27.00	14.00	67.50	2.00	0.68	187.00	92.50	2.80	0.01	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.98	0.60	16.70	97.80	0.09	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	23.50	14.50	75.00	1.95	0.61	203.00	117.50	2.20	12.00	2.75		
БИОЙГУРТ ФРУКТОВЫЙ (яблочный,персиковый, абрикосовый,банановый) в индивидуальной упаковке	125	4.25	3.13	6.88	76.25	0.30	0.88	0.03	0.00	0.00	0.25	20.00	135.00	118.75	0.13	0.00	43.75	161.25	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	735	53.72	39.61	162.27	1 345.07	0.72	2.55	60.28	5.66	0.34	0.94	158.71	411.16	746.46	7.42	3.03	1 087.07	#####	78.48	75.46	38.74		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0.78	0.10	2.43	13.58	0.03	10.00	10.00	0.10	0.00	0.03	14.00	23.00	42.00	1.00	0.22	8.00	141.00	3.00	0.02	0.27	71	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	4.80	5.39	16.09	131.70	0.16	3.87	150.96	4.08	0.00	0.05	34.47	45.88	90.86	1.73	0.92	746.39	371.90	91.49	22.26	2.24	102	2015
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	100/10	14.92	20.18	10.35	282.39	0.08	1.44	29.75	0.25	0.13	0.13	18.01	3.37	143.45	1.40	1.71	140.59	188.53	6.16	3.46	0.41	295	2015
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	200	7.32	7.04	46.49	278.73	0.12	0.00	27.00	1.52	0.13	0.04	11.23	21.47	62.91	1.43	0.50	591.92	86.03	71.42	0.25	0.10	309	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.37	0.00	29.78	120.54	0.00	0.02	12.00	0.00	0.00	0.00	3.69	48.95	3.45	0.05	0.00	2.00	1.20	0.00	0.00	0.00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.37	0.42	23.00	211.16	0.12	0.00	0.00	1.65	0.00	0.03	27.00	14.00	67.50	2.00	0.68	187.00	92.50	2.80	0.01	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.98	0.60	16.70	97.80	0.09	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	23.50	14.50	75.00	1.95	0.61	203.00	117.50	2.20	12.00	2.75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0.58	0.58	12.95	58.64	0.03	6.00	4.50	0.95	0.00	0.02	11.75	21.12	14.36	2.87	0.23	29.64	346.11	2.64	9.50	0.35	338	2015
Итого за прием пищи:	1110	33.12	34.31	157.79	1 201.07	0.63	21.33	234.21	9.65	0.26	0.35	143.65	192.29	499.53	12.43	4.87	1 908.54	#####	179.71	47.50	6.12		
Всего за день: 1845		86.84	73.92	320.06	2 546.14	1.35	23.88	294.49	15.31	0.60	1.29	302.36	603.45	1 245.99	19.85	7.90	2 995.61	#####	258.19	122.96	44.86		

ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	71	2015
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/60	20,23	18,05	16,62	309,91	0,14	3,79	3,44	0,23	0,00	0,17	34,18	8,40	215,23	2,59	2,21	206,48	301,50	8,11	3,67	0,38	295/331	2015
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	11,34	9,20	51,51	334,20	0,28	0,00	0,04	0,77	0,00	0,00	180,90	24,53	269,82	6,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	302	2015
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,29	0,10	14,69	59,90	0,00	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	4,83	7,73	9,66	0,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	377	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	942	37,67	37,35	133,12	1 160,19	0,69	22,69	18,05	4,90	0,00	0,29	296,16	114,28	695,57	17,51	3,95	634,12	998,61	18,75	25,20	3,75		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,00	0,20	3,50	19,60	0,04	10,00	79,80	0,39	0,00	0,03	17,40	12,32	22,62	0,78	0,20	2,28	240,70	1,76	17,60	0,35	71	2015
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,05	6,31	11,73	111,34	0,03	9,76	135,06	2,32	0,00	0,06	24,92	42,35	47,87	1,06	0,53	525,06	322,85	65,66	23,33	0,36	82	2015
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ИЗ МИНТАЯ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/60	11,61	4,84	12,07	138,34	0,08	0,14	4,07	1,82	0,14	0,05	35,73	29,23	157,02	0,70	0,89	91,03	257,90	89,58	376,99	8,84	239, 331	2015
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	200	3,73	6,39	28,77	186,59	0,17	16,00	3,65	0,35	0,11	0,10	40,02	17,10	101,54	1,61	0,73	8,09	943,93	8,80	47,52	0,43	125	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1160	26,02	19,64	133,12	1 100,63	0,58	245,06	241,81	11,74	0,27	0,41	179,47	147,98	465,69	14,28	5,85	1 112,46	#####	92,59	159,98	5,22		
Всего за день: 2102		63,69	56,99	266,24	2 260,82	1,27	267,75	259,86	16,64	0,27	0,70	475,63	262,26	1 161,26	31,79	9,80	1 746,58	#####	111,34	185,18	8,97		

ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5% И ПОВИДЛОМ ЯБЛОЧНЫМ	220/8/80	21,35	11,19	100,07	583,07	0,14	0,58	39,97	2,54	0,23	0,21	31,94	30,13	140,23	2,56	0,73	53,82	263,58	8,06	16,28	14,80	212	2015
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,95	2,13	16,74	97,91	0,04	0,52	13,20	0,00	0,00	0,08	16,99	53,61	48,06	0,32	0,40	40,25	136,82	7,92	14,08	1,41	379	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	783	32,78	27,67	169,56	1 178,08	0,43	7,10	57,79	6,44	0,23	0,38	116,68	98,88	422,15	9,85	2,65	513,71	956,51	23,62	51,87	19,31		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	71	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,63	5,00	20,00	139,27	0,06	4,60	120,93	1,32	0,14	0,07	19,99	26,44	59,13	0,86	0,50	160,15	293,61	21,75	21,92	1,04	108	2015
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/10	15,17	16,73	16,40	270,33	0,08	0,00	44,54	0,52	0,13	0,09	25,34	4,35	104,46	3,00	2,49	167,34	252,10	4,69	32,78	0,00	268	2015
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	8,12	5,58	46,18	267,77	0,17	0,00	20,79	0,08	0,10	0,06	41,90	41,41	177,94	3,01	0,01	600,74	149,29	70,40	0,17	43,13	302	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1110	33,00	29,01	167,44	1 185,62	0,58	20,62	212,76	5,72	0,37	0,35	167,17	193,77	543,84	14,74	4,74	1 357,87	#####	107,48	76,40	47,54		
Всего за день: 1893		65,78	56,68	337,00	2 363,70	1,01	27,72	270,55	12,16	0,60	0,73	283,85	292,65	965,99	24,59	7,39	1 871,58	#####	131,10	128,27	66,85		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества										
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Итого за весь период	592,71	570,55	2 694,80	20 426,49	10,78	1 231,82	3 869,05	147,34	3,85	7,29	3 334,06	3 663,65	9 976,76	239,05	77,81	20 352,24	27 794,81	1 746,54	2 491,24	257,08		
Среднее значение за период	59,27	57,06	269,48	2 042,65	1,08	123,18	386,91	14,73	0,39	0,73	333,41	366,37	997,68	23,91	7,78	2 035,22	2 779,48	174,65	249,12	25,71		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,4	14,8	69,8																			

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
5-11 класс	788	1139

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ, ОТНОСЯЩИХСЯ К ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ, УТВЕРЖДЕННОЙ ПОСТАНОВЛЕНИЕМ ПРАВИТЕЛЬСТВА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ ОТ 27 МАРТА 2023Г. №145-П																							
НА ОСЕННЕ-ЗИМНЫЙ ПЕРИОД С 01.12.2025г. ПО 30.03.2026 г.																							
2025-2026 уч.года																							
ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ																							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	220/10	6,05	9,59	41,57	276,64	0,06	0,57	64,06	0,33	0,14	0,12	33,66	63,61	104,49	0,54	1,14	48,70	177,39	9,33	34,58	7,30	174	2015
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,00	14,00	14,00	2,80	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	705	16,27	23,85	113,11	857,16	0,33	10,57	68,68	4,23	0,14	0,23	109,41	133,01	352,35	10,31	2,74	480,34	973,50	18,97	56,09	10,40		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,01	0,20	3,52	19,70	0,04	10,05	80,20	0,39	0,00	0,03	17,49	12,38	22,73	0,78	0,20	2,29	241,90	1,77	17,69	0,35	70	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	4,80	5,39	16,09	131,70	0,16	3,87	150,96	4,08	0,00	0,05	34,47	45,88	90,86	1,73	0,92	746,39	371,90	91,49	22,26	2,24	102	2015
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/10	15,62	14,32	16,86	252,29	0,08	0,00	24,74	0,49	0,07	0,09	26,12	5,15	107,06	3,07	2,58	172,01	258,54	4,83	33,80	0,00	268	2015
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,%	200	7,24	0,85	46,37	222,29	0,12	0,00	0,00	1,42	0,00	0,03	11,23	19,36	60,30	1,41	0,48	590,42	83,54	71,42	0,02	0,02	309	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	1110	34,74	22,08	164,47	1 107,08	0,64	19,22	271,86	9,96	0,07	0,29	153,84	178,81	439,53	13,51	5,67	1 929,19	#####	176,83	94,14	5,67		
Всего за день: 1815		51,01	45,93	277,58	1 964,24	0,97	29,79	340,54	14,19	0,21	0,52	263,25	311,82	791,88	23,82	8,41	2 409,53	#####	195,80	150,23	16,07		

ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	106/10	9,96	16,46	1,88	195,65	0,06	0,00	0,19	3,39	0,00	0,00	13,17	79,02	171,20	1,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	210	2015
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	0,02	7,00	0,19	0,00	0,00	0,05	15,00	41,00	37,00	0,70	0,00	700,00	315,00	0,00	0,00	0,00	Таблица стр.566	1994
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,95	2,13	16,74	97,91	0,04	0,52	13,20	0,00	0,00	0,08	16,99	53,61	48,06	0,32	0,40	40,25	136,82	7,92	14,08	1,41	379	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	691	23,29	41,84	79,07	909,66	0,37	13,52	18,20	7,29	0,00	0,22	112,91	249,03	490,12	9,87	1,92	1 159,89	#####	15,56	35,59	4,51		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,05	6,31	11,73	111,34	0,03	9,76	135,06	2,32	0,00	0,06	24,92	42,35	47,87	1,06	0,53	525,06	322,85	65,66	23,33	0,36	82	2015
РЫБА (МИНТАЙ) ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	18,03	16,88	3,88	239,64	0,10	0,24	34,21	4,61	0,37	0,10	58,70	51,84	259,45	0,97	1,41	626,54	427,49	229,01	667,13	15,49	227	2015
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	200	3,73	6,39	28,77	186,59	0,17	16,00	3,65	0,35	0,11	0,10	40,02	17,10	101,54	1,61	0,73	8,09	943,93	8,80	47,52	0,43	125	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	338	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1120	32,22	31,58	151,66	1 021,75	0,58	242,00	187,58	11,08	0,48	0,38	202,89	196,91	610,72	12,46	4,41	1 587,33	#####	314,11	759,51	19,65		
Всего за день: 1811		55,51	73,42	230,73	1 931,41	0,95	255,52	205,78	18,37	0,48	0,60	315,80	445,94	1 100,84	22,33	6,33	2 747,22	#####	329,67	795,10	24,16		

СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	220/36/9	7,96	10,48	25,81	229,35	0,07	0,05	52,03	0,93	0,29	0,06	12,24	61,37	74,09	1,00	0,92	1 057,10	62,22	113,20	0,20	1,95	204	2015
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,00	14,00	14,00	2,80	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
БИОЙГУРТ ФРУКТОВЫЙ (яблочный,персиковый, абрикосовый,банановый) в индивидуальной упаковке	125	4,25	3,13	6,88	76,25	0,30	0,88	0,03	0,00	0,00	0,25	20,00	135,00	118,75	0,13	0,00	43,75	161,25	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	700	17,63	23,12	92,08	779,51	0,60	4,93	52,13	3,78	0,29	0,41	90,74	117,13	351,34	7,88	2,29	1 502,85	673,47	120,20	12,21	4,70		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,01	0,20	3,52	19,70	0,04	10,05	80,20	0,39	0,00	0,03	17,49	12,38	22,73	0,78	0,20	2,29	241,90	1,77	17,69	0,35	70	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	250	2,28	2,84	18,64	108,74	0,07	6,60	121,35	1,26	0,00	0,04	26,12	28,39	62,42	0,88	0,54	742,73	393,73	92,12	28,60	1,41	101	2015
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	18,81	12,38	19,83	248,46	0,08	0,58	15,02	0,42	0,00	0,09	29,58	4,41	113,43	3,15	2,55	289,50	297,13	19,88	35,14	0,26	268	2015
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	11,34	9,20	51,51	334,20	0,28	0,00	0,04	0,77	0,00	0,00	180,90	24,53	269,82	6,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	302	2015
КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,26	0,01	36,17	146,63	0,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	5,84	26,72	15,40	0,72	0,00	4,10	72,17	0,00	0,00	0,00	379	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (МАНДАРИНЫ 2 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	1150	39,40	25,95	181,52	1 231,86	0,71	23,47	221,11	6,54	0,00	0,26	322,18	146,05	640,66	18,48	4,81	1 458,26	#####	121,41	102,94	5,12		
Всего за день: 1850		57,03	49,07	273,60	2 011,37	1,31	28,40	273,24	10,32	0,29	0,67	412,92	263,18	992,00	26,36	7,10	2 961,11	#####	241,61	115,15	9,82		

ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	34,01	21,73	87,24	675,08	0,13	1,74	648,44	4,46	0,18	0,53	76,52	114,04	348,86	1,86	1,78	196,35	537,78	21,49	77,83	26,82	224	2015
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134,00	0,04	1,00	0,01	0,00	0,00	0,00	14,00	121,00	90,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	382	2015	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	775	45,39	38,58	164,79	1 312,71	0,42	8,74	653,07	8,36	0,18	0,63	158,27	417,66	672,72	9,83	3,30	615,99	#####	29,13	99,34	29,92		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,74	5,05	8,16	84,61	0,05	12,31	154,44	2,26	0,00	0,05	21,31	38,90	41,28	0,69	0,45	10,37	315,71	3,45	19,00	0,13	88	2015
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100/300	8,89	9,35	7,16	148,26	0,04	1,13	41,23	0,18	0,02	0,06	14,54	9,96	93,01	0,89	1,12	34,02	114,33	3,08	5,90	1,26	291	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1200	16,71	16,10	100,18	741,12	0,36	29,46	222,17	6,24	0,02	0,24	115,79	170,43	336,60	9,45	3,31	474,03	#####	17,17	46,43	4,76		
Всего за день: 1975		62,10	54,68	264,97	2 053,83	0,78	38,20	875,24	14,60	0,20	0,87	274,06	588,09	1 009,32	19,28	6,61	1 090,02	#####	46,30	145,77	34,68		

ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/300	14,49	16,29	8,64	239,14	0,12	6,45	141,28	2,39	0,00	0,13	29,12	22,60	151,90	1,51	1,22	290,76	436,50	33,98	18,10	0,18	289	2015
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,29	0,10	14,69	59,90	0,00	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	4,83	7,73	9,66	0,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	377	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	982	21,36	26,11	77,71	661,26	0,33	25,35	155,85	5,62	0,00	0,24	90,20	99,95	327,42	8,85	2,65	780,90	#####	43,42	46,87	6,55		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,01	0,20	3,52	19,70	0,04	10,05	80,20	0,39	0,00	0,03	17,49	12,38	22,73	0,78	0,20	2,29	241,90	1,77	17,69	0,35	70	2015
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,38	5,08	12,99	117,00	0,05	0,95	0,00	0,00	0,00	0,02	15,22	22,00	54,00	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	112	2015
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/5	14,91	15,22	8,81	226,11	0,06	0,04	16,04	0,85	0,53	0,16	16,53	7,70	103,05	2,44	2,46	122,86	230,14	8,97	30,30	0,18	274	2015
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	3,99	4,78	25,88	161,88	0,16	13,82	22,24	0,23	0,07	0,13	37,49	2,93	98,78	1,40	0,74	19,00	843,34	9,94	45,00	0,85	312	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	1105	28,69	26,90	127,45	1 001,82	0,56	230,86	123,14	5,17	0,60	0,44	151,98	101,77	438,42	13,16	4,92	563,79	#####	28,32	114,50	4,48		
Всего за день: 2087		50,05	53,01	205,16	1 663,08	0,89	256,21	278,99	10,79	0,60	0,68	242,18	201,72	765,84	22,01	7,57	1 344,69	#####	71,74	161,37	11,03		

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015	
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	220/10	6,73	10,40	28,08	232,55	0,16	0,26	56,04	1,63	0,14	0,08	59,92	4,95	154,85	1,54	1,69	28,86	193,63	6,43	23,81	11,55	173	2015
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	0,97	0,19	19,59	83,42	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,00	14,00	14,00	2,80	0,08	12,00	240,00	2,00	0,00	0,00	389	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	705	16,95	24,66	99,62	719,11	0,37	10,26	60,66	4,86	0,14	0,18	115,67	187,67	367,71	9,86	2,98	523,00	943,74	14,87	52,56	17,65		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,77	4,27	9,89	84,67	0,05	9,00	121,30	0,35	0,08	0,06	20,90	27,76	45,86	0,70	0,45	36,64	325,89	3,43	20,28	0,16	99	2015
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	16,29	11,01	16,24	212,43	0,07	1,38	15,02	0,41	0,00	0,07	20,39	6,29	81,37	2,22	2,42	214,26	267,56	19,84	36,51	0,57	278	2015
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	11,32	6,42	51,19	307,36	0,40	0,00	15,12	6,20	0,07	0,16	186,36	32,35	277,82	6,52	1,90	593,25	352,70	73,45	0,15	0,06	302	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	1160	36,23	23,12	161,38	1 112,71	0,79	26,40	177,94	10,76	0,15	0,42	307,59	187,97	607,36	17,31	6,51	1 273,79	#####	107,36	78,47	4,16		
Всего за день: 1865		53,18	47,78	261,00	1 831,82	1,16	36,66	238,60	15,62	0,29	0,60	423,26	375,64	975,07	27,17	9,49	1 796,79	#####	122,23	131,03	21,81		

ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ МИНТАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/8	11,38	12,75	12,84	211,79	0,12	1,10	20,80	3,29	0,10	0,08	43,06	37,63	184,93	1,22	0,94	124,36	313,93	89,93	5,44	0,15	237	2015
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	6,64	9,98	18,03	174,93	0,11	13,91	551,89	3,67	0,00	0,08	37,53	34,97	80,61	1,20	0,78	166,41	519,93	25,20	44,71	0,49	143	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	858	24,10	24,43	115,73	888,44	0,50	31,03	599,19	10,76	0,10	0,28	160,53	194,17	467,85	10,29	3,46	720,41	#####	125,77	71,68	4,01		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,00	0,20	3,50	19,60	0,04	10,00	79,80	0,39	0,00	0,03	17,40	12,32	22,62	0,78	0,20	2,28	240,70	1,76	17,60	0,35	70	2015
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,13	5,23	14,93	114,69	0,06	6,70	121,80	2,44	0,00	0,04	24,35	23,49	62,44	0,86	0,40	136,75	402,69	3,87	23,40	1,68	96	2015
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	100/50	16,06	20,57	15,77	305,97	0,09	3,30	18,64	4,98	0,16	0,12	31,88	13,59	133,80	3,01	2,87	157,39	336,27	8,73	50,02	0,98	274	2015
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	3,99	4,78	25,88	161,88	0,16	13,82	22,24	0,23	0,07	0,13	37,49	2,93	98,78	1,40	0,74	19,00	843,34	9,94	45,00	0,85	312	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1160	28,81	32,68	137,13	911,64	0,59	236,66	232,57	8,58	0,21	0,35	180,22	124,73	500,72	11,56	3,75	668,70	#####	112,79	484,50	14,82		
Всего за день: 2018		52,91	57,11	252,86	1 800,08	1,09	267,69	831,76	19,34	0,31	0,63	340,75	318,90	968,57	21,85	7,21	1 389,11	#####	238,56	556,18	18,83		

СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72.5% (порциями)	10	0.10	8.30	0.10	75.00	0.00	0.00	0.07	0.10	0.00	0.00	0.00	1.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	220/80	42.12	24.66	90.79	750.86	0.17	0.67	60.17	2.81	0.34	0.62	74.21	125.66	393.21	2.34	1.74	653.32	649.07	73.48	63.45	35.99	222	2015
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.90	2.50	24.80	134.00	0.04	1.00	0.01	0.00	0.00	0.00	14.00	121.00	90.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	382	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.37	0.42	23.00	211.16	0.12	0.00	0.00	1.65	0.00	0.03	27.00	14.00	67.50	2.00	0.68	187.00	92.50	2.80	0.01	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.98	0.60	16.70	97.80	0.09	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	23.50	14.50	75.00	1.95	0.61	203.00	117.50	2.20	12.00	2.75		
БИОЙГУРТ ФРУКТОВЫЙ (яблочный,персиковый, абрикосовый,банановый) в индивидуальной упаковке	125	4.25	3.13	6.88	76.25	0.30	0.88	0.03	0.00	0.00	0.25	20.00	135.00	118.75	0.13	0.00	43.75	161.25	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	735	53.72	39.61	162.27	1 345.07	0.72	2.55	60.28	5.66	0.34	0.94	158.71	411.16	746.46	7.42	3.03	1 087.07	#####	78.48	75.46	38.74		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0.78	0.10	2.43	13.58	0.03	10.00	10.00	0.10	0.00	0.03	14.00	23.00	42.00	1.00	0.22	8.00	141.00	3.00	0.02	0.27	70	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	4.80	5.39	16.09	131.70	0.16	3.87	150.96	4.08	0.00	0.05	34.47	45.88	90.86	1.73	0.92	746.39	371.90	91.49	22.26	2.24	102	2015
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	100/10	14.92	20.18	10.35	282.39	0.08	1.44	29.75	0.25	0.13	0.13	18.01	3.37	143.45	1.40	1.71	140.59	188.53	6.16	3.46	0.41	295	2015
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72.5%	200	7.32	7.04	46.49	278.73	0.12	0.00	27.00	1.52	0.13	0.04	11.23	21.47	62.91	1.43	0.50	591.92	86.03	71.42	0.25	0.10	309	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.37	0.00	29.78	120.54	0.00	0.02	12.00	0.00	0.00	0.00	3.69	48.95	3.45	0.05	0.00	2.00	1.20	0.00	0.00	0.00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.37	0.42	23.00	211.16	0.12	0.00	0.00	1.65	0.00	0.03	27.00	14.00	67.50	2.00	0.68	187.00	92.50	2.80	0.01	0.00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.98	0.60	16.70	97.80	0.09	0.00	0.00	1.10	0.00	0.04	23.50	14.50	75.00	1.95	0.61	203.00	117.50	2.20	12.00	2.75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (МАНДАРИНЫ 2 шт.)	150	1.35	0.30	12.15	64.50	0.06	90.00	0.02	0.33	0.00	0.05	19.50	51.00	34.50	0.45	0.30	19.50	295.50	3.00	0.03	0.00		
Итого за прием пищи:	1110	33.89	34.03	156.99	1 201.07	0.63	21.33	234.21	9.65	0.26	0.35	143.65	192.29	499.53	12.43	4.87	1 908.54	#####	179.71	47.50	6.12		
Всего за день: 1845		87.61	73.64	319.26	2 546.14	1.35	23.88	294.49	15.31	0.60	1.29	302.36	603.45	1 245.99	19.85	7.90	2 995.61	#####	258.19	122.96	44.86		

ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015	
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/60	20,23	18,05	16,62	309,91	0,14	3,79	3,44	0,23	0,00	0,17	34,18	8,40	215,23	2,59	2,21	206,48	301,50	8,11	3,67	0,38	295/331	2015
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	11,34	9,20	51,51	334,20	0,28	0,00	0,04	0,77	0,00	0,00	180,90	24,53	269,82	6,13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	302	2015	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,29	0,10	14,69	59,90	0,00	2,90	0,00	0,00	0,00	0,00	4,83	7,73	9,66	0,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	377	2015	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	942	37,67	37,35	133,12	1 160,19	0,69	22,69	18,05	4,90	0,00	0,29	296,16	114,28	695,57	17,51	3,95	634,12	998,61	18,75	25,20	3,75		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	1,00	0,20	3,50	19,60	0,04	10,00	79,80	0,39	0,00	0,03	17,40	12,32	22,62	0,78	0,20	2,28	240,70	1,76	17,60	0,35	70	2015
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,05	6,31	11,73	111,34	0,03	9,76	135,06	2,32	0,00	0,06	24,92	42,35	47,87	1,06	0,53	525,06	322,85	65,66	23,33	0,36	82	2015
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ИЗ МИНТАЯ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/60	11,61	4,84	12,07	138,34	0,08	0,14	4,07	1,82	0,14	0,05	35,73	29,23	157,02	0,70	0,89	91,03	257,90	89,58	376,99	8,84	239, 331	2015
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	200	3,73	6,39	28,77	186,59	0,17	16,00	3,65	0,35	0,11	0,10	40,02	17,10	101,54	1,61	0,73	8,09	943,93	8,80	47,52	0,43	125	2015
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,01	200,00	0,16	0,00	0,00	0,00	3,00	13,00	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	388	2015	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 шт.)	150	0,58	0,58	12,95	58,64	0,03	6,00	4,50	0,95	0,00	0,02	11,75	21,12	14,36	2,87	0,23	29,64	346,11	2,64	9,50	0,35	338	2015
Итого за прием пищи:	1160	26,02	19,64	133,12	1 100,63	0,58	245,06	241,81	11,74	0,27	0,41	179,47	147,98	465,69	14,28	5,85	1 112,46	#####	92,59	159,98	5,22		
Всего за день: 2102		63,69	56,99	266,24	2 260,82	1,27	267,75	259,86	16,64	0,27	0,70	475,63	262,26	1 161,26	31,79	9,80	1 746,58	#####	111,34	185,18	8,97		

ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																							
СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	3,45	4,45	0,00	54,50	0,01	0,00	0,05	0,10	0,00	0,00	5,50	132,00	75,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15	2015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (порциями)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2015	
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5% И ПОВИДЛОМ ЯБЛОЧНЫМ	220/8/80	21,35	11,19	100,07	583,07	0,14	0,58	39,97	2,54	0,23	0,21	31,94	30,13	140,23	2,56	0,73	53,82	263,58	8,06	16,28	14,80	212	2015
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,95	2,13	16,74	97,91	0,04	0,52	13,20	0,00	0,00	0,08	16,99	53,61	48,06	0,32	0,40	40,25	136,82	7,92	14,08	1,41	379	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	783	33,55	27,39	168,76	1 178,08	0,43	7,10	57,79	6,44	0,23	0,38	116,68	98,88	422,15	9,85	2,65	513,71	956,51	23,62	51,87	19,31		
Обед																							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,78	0,10	2,43	13,58	0,03	10,00	10,00	0,10	0,00	0,03	14,00	23,00	42,00	1,00	0,22	8,00	141,00	3,00	0,02	0,27	70	2015
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,63	5,00	20,00	139,27	0,06	4,60	120,93	1,32	0,14	0,07	19,99	26,44	59,13	0,86	0,50	160,15	293,61	21,75	21,92	1,04	108	2015
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/10	15,17	16,73	16,40	270,33	0,08	0,00	44,54	0,52	0,13	0,09	25,34	4,35	104,46	3,00	2,49	167,34	252,10	4,69	32,78	0,00	268	2015
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	8,12	5,58	46,18	267,77	0,17	0,00	20,79	0,08	0,10	0,06	41,90	41,41	177,94	3,01	0,01	600,74	149,29	70,40	0,17	43,13	302	2015
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,37	0,00	29,78	120,54	0,00	0,02	12,00	0,00	0,00	0,00	3,69	48,95	3,45	0,05	0,00	2,00	1,20	0,00	0,00	0,00	349	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,37	0,42	23,00	211,16	0,12	0,00	0,00	1,65	0,00	0,03	27,00	14,00	67,50	2,00	0,68	187,00	92,50	2,80	0,01	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,98	0,60	16,70	97,80	0,09	0,00	0,00	1,10	0,00	0,04	23,50	14,50	75,00	1,95	0,61	203,00	117,50	2,20	12,00	2,75		
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (АПЕЛЬСИН 1 шт.)	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00	0,02	0,33	0,00	0,05	19,50	51,00	34,50	0,45	0,30	19,50	295,50	3,00	0,03	0,00		
Итого за прием пищи:	1110	33,77	28,73	166,64	1 185,62	0,58	20,62	212,76	5,72	0,37	0,35	167,17	193,77	543,84	14,74	4,74	1 357,87	#####	107,48	76,40	47,54		
Всего за день: 1893		67,32	56,12	335,40	2 363,70	1,01	27,72	270,55	12,16	0,60	0,73	283,85	292,65	965,99	24,59	7,39	1 871,58	#####	131,10	128,27	66,85		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг	
Итого за весь период	600,41	567,75	2 686,80	20 426,49	10,78	1 231,82	3 869,05	147,34	3,85	7,29	3 334,06	3 663,65	9 976,76	239,05	77,81	20 352,24	27 794,81	1 746,54	2 491,24	257,08	
Среднее значение за период	60,04	56,78	268,68	2 042,65	1,08	123,18	386,91	14,73	0,39	0,73	333,41	366,37	997,68	23,91	7,78	2 035,22	2 779,48	174,65	249,12	25,71	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,6	14,7	69,7																		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
5-11 класс	788	1139

МЕНЮ
ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ,
относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением Правительства
Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145 -П
ШКОЛА

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	15/2015	СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	13,9	54,5	3,45	4,45	0,00
	Гастроном	14/2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Каша молочная	174/2015	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5% С САХАРОМ	220/10	25,44	276,64	6,05	9,59	51,98
	напитки	389/2015	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно- виноградный, мультифрукт)	200/15/7	11	83,42	0,97	0,19	19,59
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)	1/150	18,76	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	705	88,66	857,16	15,50	24,13	124,32
Обед	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,7	1,01	0,20	3,52
	1 блюдо	102/2015	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,55	131,7	4,80	5,39	16,09
	2 блюдо	309/2015	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	100/10	42,15	222,29	7,24	0,85	46,37
	Гарнир	203/2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	5,9	222,29	7,24	0,85	46,37
	Напитки	349/2015	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)	1/150	10,96	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1110	88,66	1084,12	29,37	9,31	212,70
			Всего за день:	1815		1941,28	44,87	33,44	337,02

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

Согласовано
Директор школы

Утверждаю

ИП Карпачев В.Б. _____

МЕНЮ									
ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ									
относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением									
Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П									
ШКОЛА _____		Дата _____							
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	15/2015	СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	13,9	54,5	3,45	4,45	0,00
	Гастроном	14/2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
Завтрак	Блюда из яиц	210/2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	106/10	23,93	195,65	9,96	16,46	1,88
	Овощи натуральные	табл стр 566/2015	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	10,37	119	1,9	8,9	7,7
	Напитки	379/2015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	10,6	97,91	2,95	2,13	16,74
	Хлеб пш.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338/2015	Фрукты свежие (яблоко колиброванное)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	691	88,66	909,66	25,07	41,84	103,77
	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	10	111,34	4,05	6,31	11,73
Обед	2 блюдо	227/2015	РЫБА (МИНТАЙ) ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	32,44	239,64	18,03	16,88	3,88
	Гарнир	125/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	180	10,54	186,59	3,73	6,39	28,77
	Напитки	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,1	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО	1/150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1120	88,66	1021,75	32,22	31,58	123,86
			Всего за день:	2643		1931,41	57,29	73,42	227,63

Экономист по Ценам Миргородская Л.А.
Зав.производством _____

Согласовано

Директор школы

Утверждаю

ИП Карпачев В.Б. _____

МЕНЮ

ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением

Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П

ШКОЛА _____

Дата _____

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	14/2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	2 блюдо	204/2015	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	220/36/9	40,69	229,35	7,96	10,48	25,81
	Напитки	389/2015	СОК ФРУКТОВЫЙ(яблочный, яблочно/виноградный,	200	11	83,42	0,97	0,19	19,59
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	211,16	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	97,8	1,98	0,60	16,70
	кисло/молочны	386/2015	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абри	125	17,41	76,25	4,25	3,13	6,88
			Итого за прием пищи:	700	88,66	772,98	17,63	23,12	92,08
Обед	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,7	1,01	0,20	3,52
	1 блюдо	101/2015	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	250	5,4	108,74	2,28	2,84	18,64
	2 блюдо	268/2015	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	44,76	248,6	18,84	12,39	19,83
	Гарнир	302/2015	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	10,1	334,2	11,34	9,20	51,51
	Напитки	349/2015	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	146,63	0,26	0,01	36,17
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	211,16	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1150	88,66	1225,47	38,66	26,24	182,32
			Всего за день:	1850		1998,45	56,29	49,36	274,40

Зав.производством _____

Согласовано

Утверждаю

Директор школы

ИП Карпачев В.Б.

МЕНЮ

ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением

Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П

ШКОЛА

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	15/2015	СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	13,9	54,5	3,45	4,45	0,00
	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Блюдо из творога	188	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	34,2	675,08	34,01	21,73	87,24
	Напитки	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,7	134	2,90	2,50	24,80
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
			Итого за прием пищи:	775	88,66	1312,71	45,39	38,58	164,79
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	7,53	84,62	1,74	5,05	8,16
	2 блюдо	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100/300	50,1	148,26	8,89	9,35	7,16
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1200	88,66	741,13	16,71	16,10	100,18
			Всего за день:	1975		2053,84	62,10	54,68	264,97

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

МЕНЮ

ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением

Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П

ШКОЛА

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (ПОРЦИЯМИ)	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	289	РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/300	42,72	239,14	14,49	16,29	8,64
	Напитки	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	5,5	59,9	0,29	0,10	14,69
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	117,2	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	982	88,66	661,26	20,59	26,39	78,51
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,7	1,01	0,20	3,52
	1 блюдо	112	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,6	117	2,38	5,08	12,99
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ "72,5 %	100/5	43,9	226,11	14,91	15,22	8,81
	Гарнир	312	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	10,21	161,88	3,99	4,78	25,88
	Напитки	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	115,30
			Итого за прием пищи:	1105	88,66	1001,82	27,92	27,18	230,60
			Всего за день:	2087		1663,08	48,51	53,57	309,11

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

Согласовано
Директор школы

Утверждаю
ИП Карпачев В.Б.

МЕНЮ
ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением
Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П
ШКОЛА _____ Дата _____

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	15/2015	СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	13,9	54,5	3,45	4,45	0,00
	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Каша молочная	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5% С САХАРОМ	220/10	25,44	232,55	6,73	10,40	28,08
	напитки	389/2015	СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно- виноградный, мультифрукт)	200	19,46	83,42	0,97	0,19	19,59
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	705	88,66	819,6	16,18	24,94	100,42
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	10,12	84,67	1,77	4,27	9,89
	2 блюдо	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	42,41	212,43	16,29	11,01	16,24
	Гарнир	302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ "72,5 %	200	5,1	307,36	11,32	6,42	51,19
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1160	88,66	1112,71	35,46	23,40	162,18
			Всего за день:	1865		1932,31	51,64	48,34	262,60

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

Директор школы

ИП Карпачев В.Б. _____

Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	горячее блюдо	237	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ МИНТАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5 %	100/8	41,72	211,79	11,38	12,75	12,84
	Гарнир	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	15,91	174,93	6,64	9,98	18,03
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	858	88,66	894,97	24,10	24,43	115,73
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,6	1,00	0,20	3,50
	1 блюдо	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	9,65	114,69	2,13	5,23	14,93
	2 блюдо	274,331	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	40,75	305,97	16,06	20,57	15,77
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5%	200	5,21	161,88	3,99	4,78	25,88
	Напитки	388	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	9,1	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1160	88,66	1079,27	28,81	32,68	137,13
			Всего за день:	2018		1974,24	52,91	57,11	252,86

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

Согласовано

Директор школы

Утверждаю

ИП Карпачев В.Б. _____

МЕНЮ

ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением

Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П

ШКОЛА _____ Дата _____

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Блюда из творога	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	220/80	47,9	750,86	42,12	24,66	90,79
	Напитки	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,7	134	2,90	2,50	24,80
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	кисло/молочн ый продукт	386/2015	БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	1/125	10,5	76,25	4,25	3,13	6,88
			Итого за прием пищи:	735	88,66	1351,6	53,72	39,61	162,27
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	7,55	131,7	4,80	5,39	16,09
	2 блюдо	295	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%"	100/10	41,18	282,39	14,92	20,18	10,35
	Гарнир	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%"	200	8,9	278,73	7,32	7,04	46,49
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННЫЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1110		1201,07	32,54	33,73	144,84
			Всего за день:	1845		2552,67	86,26	73,34	307,11

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

Согласовано
Директор школы

Утверждаю
ИП Карпачев В.Б.

МЕНЮ									
ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ									
относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением									
Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П									
ШКОЛА		Дата							
Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%"	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10	13,58	0,78	0,10	2,43
	2 блюдо	295/331	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/60	35,2	309,91	20,23	18,05	16,62
	Гарнир	302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%"	200	8,1	334,2	11,34	9,20	51,51
	Напитки	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	5,5	59,9	0,29	0,10	14,69
	Хлеб пш.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННОЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	942	88,66	1166,72	37,67	37,35	138,00
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	7,95	19,6	1,00	0,20	3,50
	1 блюдо	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	11,14	111,34	4,05	6,31	11,73
	2 блюдо	239/331	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ИЗМИНТАЯ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТОМАТОМ	100/60	33,6	138,34	11,61	4,84	12,07
	Гарнир	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%"	200	10,87	186,59	3,73	6,39	28,77
	Напитки	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,1	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	4,28	0,43	49,18
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	3,30	0,60	19,80
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННОЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1160	88,66	933	29,25	19,65	162,40
			Всего за день:	2102		2099,72	66,92	57,00	300,40

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

МЕНЮ

ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

относящихся к льготной категории, утвержденной Постановлением

Ставропольского края от 27 марта 2023г. № 145-П

ШКОЛА

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Гастроном	15/2015	СЫР РОССИЙСКИЙ (порциями)	15	13,9	54,5	3,45	4,45	0,00
	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5% (ПОРЦИЯМИ)	10	13,86	75	0,10	8,30	0,10
	2 блюдо	208	ЛАПШЕВНИК СТВОРОГОМ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5% И ПОВИДЛОМ ЯБЛОЧНЫМ	220/8/80	34,3	583,07	21,35	11,19	100,07
	3блюдо	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	10,6	97,91	2,95	2,30	16,74
	Хлеб пш.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,7	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННОЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	783	88,66	1184,61	32,78	27,84	169,56
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	10,58	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	11	139,27	3,63	5,00	20,00
	2 блюдо	268	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%"	100/10	38,3	270,33	15,17	16,73	16,40
	Гарнир	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%"	200	8,33	267,77	8,12	5,58	46,18
	Напитки	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,45	120,54	0,37	0,00	29,78
	Хлеб пш.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	217,69	2,37	0,42	23,00
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,7	97,8	1,98	0,60	16,70
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННОЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)	150	10,3	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	1110	88,66	1185,62	33,00	29,01	167,44
			Всего за день:	1893		2370,23	65,78	56,85	337,00

Зав.производством