Согласовано
Руководитель_____
_____/_____/

Утверждаю
Директор ООО «ЦСП»
_____/Байбурин Р.В./

Основное 2-х недельное меню

школьных обедов и полдников
для обучающихся в 2 смену
1 – 4 классов и 5 - 11 классов,
в том числе для категории ММС, ОВЗ, ДИ
на осенне-зимний период
2023-2024 учебного года
(срок реализации с 01.09.23-29.02.24)

Отдел питания - +7937 8628985

Д/тех Стерлит школы п/ф

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

Сезон: **Осень-Зима**

Возрастная категория: **Уч-ся с 7-11 лет**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп картофельный с вермишелью	200	1,33	3,41	13,47	151	КП22231
Плов из куриного филе	150	13,5	15,6	36	285	КП22155
Напиток яблочный	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22007
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Обед 2 смена		**20,76**	**24,13**	**94,8**	**714**	
2Полдник 2 смена						
Каша гречневая рассыпчатая с фрикадельками куриными под белым соусом/соленые огурцы порционные	260	8,41	12,36	33,9	337	КП22628
Чай с лимоном с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП22001
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**12,87**	**12,89**	**49,51**	**479**	
Всего в день		**33,63**	**37,02**	**144,31**	**1 194**	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Салат из моркови (морковь, сахар, масло раст.)	60	1,22	1,2	13,5	72	КП22154
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	3,73	6	15	160	КП22032
Азу из говядины с макаронами(150/45)	195	12,1	12,4	26	250	КП22635
Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	КП22476
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**22,38**	**24,23**	**99,63**	**709**	
2Полдник 2 смена						
Каша "Дружба" молочная	150	6,08	10,2	25,1	233	КП22106
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Сыр порционный	10	3	1	2	41	Д04МА19
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Полдник 2 смена		**12,88**	**12,08**	**57,76**	**477**	
Всего в день		**35,26**	**36,31**	**157,39**	**1 186**	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	5	5,3	16	134	КП22038
Каша рисовая вязкая с гуляшом из куриного филе	160	9	11,66	21	233	КП22532
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Обед 2 смена		**20,63**	**22,03**	**99,53**	**713**	
2Полдник 2 смена						
Картофельное пюре	170	3,97	7,81	22,81	176	КП22176
Котлеты куриные с подливом овощным	90	8	7,18	9,85	161	КП22177
Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39	КП22632
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**15,17**	**15,47**	**57,72**	**470**	
Всего в день		**35,8**	**37,5**	**157,25**	**1 183**	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Салат из свеклы (свекла, масло раст.)	60	0,45	0,6	18	99	КП22170
Суп картофельный с лапшой домашней	200	3,87	2,85	17,65	225	КП22156
Каша гречневая рассыпчатая с мясом	175	11,86	13,07	14,89	197	КП22547
Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22002
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**21,71**	**21,24**	**87,08**	**718**	
2Полдник 2 смена						
Каша манная молочная	170	4,27	6,64	19,82	155	КП22124
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	5,47	14,2	201	КП22564
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**12,67**	**12,59**	**55,88**	**478**	
Всего в день		**34,38**	**33,83**	**142,96**	**1 196**	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	4,8	4,67	17,19	127	КП22275
Картофельное пюре	150	3,5	6,89	20,13	155	КП22176
Биточки рыбные с белым соусом	90	7,5	6,1	21	249	КП22630
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**21,23**	**22,27**	**91,04**	**711**	
2Полдник 2 смена						
Плов из говядины	160	5,44	7,72	20,27	219	КП22475
Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3,3	10,2	69	КП22099

Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Йогурт	100	4,1	4,2	10	96	КП22246
Всего в 2Полдник 2 смена		**15,14**	**15,7**	**55,83**	**478**	
Всего в день		**36,37**	**37,98**	**146,87**	**1 189**	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	5	5,3	16	134	КП22038
Плов из куриного филе	150	13,5	15,6	36	285	КП22155
Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39	КП22632
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Фруктовое пюре в ассортименте 125гр	125			9	150	ПОК0114
Всего в 2Обед 2 смена		**23,73**	**25,52**	**96,93**	**762**	
2Полдник 2 смена						
Макароны, запеченные с сыром	160	11,33	11,52	24	299	КП22577
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Полдник 2 смена		**15,13**	**12,4**	**54,66**	**502**	
Всего в день		**38,86**	**37,92**	**151,59**	**1 264**	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Салат из белокачанной капусты	90	2,03	1,57	10,35	95	КП22161
Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	4,2	3,2	34	162	КП22228
Жаркое по-домашнему (говядина)	150	8,4	11,4	18,12	253	КП22252
Напиток яблочный	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22007
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**20,16**	**20,9**	**99**	**706**	
2Полдник 2 смена						
Каша рисовая молочная	200	5,65	8,53	28	285	КП22109
Омлет натуральный	60	4,69	4,49	7,93	126	КП22163
Чай с лимоном с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП22001
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**14,81**	**13,56**	**51,54**	**554**	
Всего в день		**34,96**	**34,45**	**150,54**	**1 260**	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп с рисовой крупой	200	2,13	2	20,8	104	КП22260
Макароны отварные с фрикадельками куриными под белым соусом(150/36/30)	215	11,2	9,74	26,98	301	КП22633
Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22002
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129

Шоколад молочный Алёнка 20гр	20	1,7	0,5	10,5	110	ТТК00065
Всего в 2Обед 2 смена		**20,26**	**23,26**	**94,91**	**712**	
2Полдник 2 смена						
Каша гречневая рассыпчатая	170	3,91	3,56	23,3	204	КП22173
Биточки мясные с соусом томатным	90	7,5	9	8	130	КП22510
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП22572
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**15,01**	**15,34**	**56,86**	**497**	
Всего в день		**35,27**	**38,6**	**151,77**	**1 209**	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп картофельный с лапшой домашней	200	3,87	2,85	17,65	225	КП22156
Рагу овощное/тефтели с рисом под белым соусом(175/30/30)	235	12,06	13,25	32,6	272	КП22636
Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	КП22476
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**21,26**	**20,73**	**95,38**	**724**	
2Полдник 2 смена						
Каша "Дружба" молочная	160	8,53	12,37	26,67	267	КП22105
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Полдник 2 смена		**12,33**	**13,25**	**57,33**	**470**	
Всего в день		**33,59**	**33,99**	**152,71**	**1 194**	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	5,62	5,98	8,76	197	КП22047
Котлеты куриные с подливом овощным	90	8	7,18	9,85	161	КП22177
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,45	3,14	20,56	180	КП22173
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	35	2,8	0,42	13,44	83	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	30	2,43	4,2	12,79	71	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**23,3**	**20,97**	**92,9**	**802**	
2Полдник 2 смена						
Картофельное пюре	170	3,97	7,81	22,81	176	КП22176
Биточки рыбные с белым соусом	90	7,5	6,1	21	249	КП22630
Чай с лимоном с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП22001
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	40	3,2	0,48	15,36	94	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**15,93**	**14,44**	**59,42**	**567**	
Всего в день		**39,23**	**35,41**	**152,32**	**1 369**	
Итого		**357,35**	**363**	**1 507,71**	**12 242**	
Среднее за период		**35,74**	**36,3**	**150,77**	**1 224**	
Минимальные нормативные значения		**44**	**39**	**167**	**1 063**	

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: **Осень-Зима**
Возрастная категория: **Уч-ся с 12 лет и старше**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп картофельный с вермишелью	250	1,67	4,27	16,83	188	КП22231
Плов из куриного филе	180	16,2	18,72	43,2	342	КП22155
Напиток яблочный	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22007
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Обед 2 смена		**25,41**	**29,63**	**113,47**	**856**	
2Полдник 2 смена						
Фрикадельки куриные под белым соусом с кашей гречневой рассыпчатой/соленые огурцы порционные(36/40/200/30)	300	14,57	14,87	43,6	378	КП22637
Чай с лимоном с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП22001
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**19,83**	**15,52**	**63,05**	**544**	
Всего в день		**45,24**	**45,15**	**176,52**	**1 400**	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Салат из моркови (морковь, сахар, масло раст.)	100	2,03	2	22,5	120	КП22154
Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	2,17	5	15,5	200	КП22033
Азу из говядины с макаронами(150/45)	195	12,1	12,4	26	250	КП22635
Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	КП22476
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**23,24**	**25,55**	**117,23**	**844**	
2Полдник 2 смена						
Каша "Дружба" молочная	180	7,3	12,24	30,12	279	КП22106
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	Д04МА19
Фрукты свеж.(шт.)	110	0,44	0,44	9,68	90	КП22153
Всего в 2Полдник 2 смена		**15,54**	**14,48**	**67,9**	**563**	
Всего в день		**38,77**	**40,03**	**185,14**	**1 407**	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	6	7	17,2	150	КП22039
Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе(170/60)	230	10,2	12	22	273	КП22638
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	8,8	82	КП22153
Всего в 2Обед 2 смена		**24,44**	**25,59**	**109,83**	**816**	
2Полдник 2 смена						
Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	207	КП22176
Котлеты куриные с подливом овощным	100	10,8	10,24	16	211	КП22178
Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39	КП22632
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**19,47**	**20,02**	**71,73**	**575**	
Всего в день		**43,91**	**45,61**	**181,57**	**1 391**	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Салат из свеклы (свекла, масло раст.)	100	0,75	1	30	165	КП22170
Суп картофельный с лапшой домашней	250	4,83	3,57	22,07	282	КП22156
Каша гречневая рассыпчатая с мясом	175	11,86	13,07	14,89	197	КП22547
Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22002
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**24,58**	**23,87**	**111,59**	**888**	
2Полдник 2 смена						
Каша манная молочная	200	8,14	9,65	26,5	211	КП22125
Сырники из творога с соусом молочным	90	5	5,47	14,2	201	КП22564
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**17,34**	**15,72**	**66,4**	**557**	
Всего в день		**41,92**	**39,59**	**177,99**	**1 445**	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	6	5,83	21,48	158	КП22275
Картофельное пюре	180	4,2	8,27	24,15	186	КП22176
Биточки рыбные с белым соусом	100	11,1	10,87	29	265	КП22631
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**28,34**	**31,11**	**115,47**	**837**	
2Полдник 2 смена						
Плов из говядины	200	6,8	9,65	25,33	273	КП22475

Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,4	3,3	10,2	69	КП22099
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Йогурт	100	4,1	4,2	10	96	КП22246
Всего в 2Полдник 2 смена		**17,3**	**17,75**	**64,73**	**556**	
Всего в день		**45,64**	**48,86**	**180,2**	**1 394**	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	6	7	17,2	150	КП22039
Плов из куриного филе	180	16,2	18,72	43,2	342	КП22155
Чай витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39	КП22632
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Фруктовое пюре в ассортименте 125гр	125			9	150	ПОК0114
Всего в 2Обед 2 смена		**29,04**	**31,86**	**113,43**	**882**	
2Полдник 2 смена						
Макароны, запеченные с сыром	190	13,46	13,68	28,5	355	КП22577
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Фрукты свеж.(шт.)	110	0,44	0,44	9,68	90	КП22153
Всего в 2Полдник 2 смена		**18,1**	**14,72**	**63,88**	**590**	
Всего в день		**47,14**	**46,58**	**177,31**	**1 472**	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Салат из белокачанной капусты	100	2,25	1,75	11,5	105	КП22161
Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	5,2	5,14	21,6	219	КП22221
Жаркое по-домашнему (говядина)	180	10,08	13,68	21,74	304	КП22252
Напиток яблочный	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22007
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**24,67**	**26,81**	**99,48**	**872**	
2Полдник 2 смена						
Каша рисовая молочная	210	5,94	8,96	29,4	300	КП22109
Омлет натуральный	90	7,04	6,74	11,9	189	КП22163
Чай с лимоном с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП22001
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**18,24**	**16,35**	**60,75**	**655**	
Всего в день		**42,91**	**43,16**	**160,23**	**1 526**	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп с рисовой крупой	250	2,67	2,5	26	130	КП22260
Макароны отварные с фрикадельками куриными под белым соусом(170/36/40)	240	13	10,9	27	375	КП22639
Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43	КП22002
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065

Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Шоколад молочный Аленка 20гр	20	1,4	6,8	10,6	110	ПОК0085
Всего в 2Обед 2 смена		**24,21**	**26,44**	**108,23**	**859**	
2Полдник 2 смена						
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,6	4,19	27,41	240	КП22173
Биточки мясные с соусом томатным	100	8,1	9,4	36	165	КП22077
Какао с молоком	200	0,4	2,3	10,2	69	КП22572
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**17,1**	**16,49**	**92,81**	**592**	
Всего в день		**41,31**	**42,93**	**201,05**	**1 451**	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Суп картофельный с лапшой домашней	250	4,83	3,57	22,07	282	КП22156
Рагу овощное/тефтели с рисом под белым соусом(195/30/40)	265	13	13,6	33	315	КП22640
Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	КП22476
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб Домашний	40	3,24	5,6	14,14	92	ХЛРЖЭЛВ
Всего в 2Обед 2 смена		**24,77**	**23,32**	**105,39**	**868**	
2Полдник 2 смена						
Каша "Дружба" молочная	190	10,13	14,69	31,67	317	КП22105
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27	КП22003
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Фрукты свеж.(шт.)	110	0,44	0,44	9,68	90	КП22153
Всего в 2Полдник 2 смена		**14,77**	**15,73**	**67,05**	**552**	
Всего в день		**39,55**	**39,05**	**172,43**	**1 420**	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
2Обед 2 смена						
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,64	4,55	10,95	91	КП22048
Котлеты куриные с подливом овощным	100	10,8	10,24	16	211	КП22178
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,14	3,77	24,67	216	КП22173
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	КП22008
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	45	3,6	0,54	17,28	106	0000065
Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	40	3,24	5,6	17,05	95	ШК00129
Всего в 2Обед 2 смена		**24,42**	**24,75**	**113,46**	**829**	
2Полдник 2 смена						
Картофельное пюре	200	4,67	9,18	26,83	207	КП22176
Биточки рыбные с белым соусом	100	11,1	10,87	29	265	КП22631
Чай с лимоном с сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48	КП22001
Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4	0,6	19,2	118	0000065
Всего в 2Полдник 2 смена		**21,03**	**20,7**	**75,28**	**638**	
Всего в день		**45,45**	**45,45**	**188,74**	**1 467**	
Итого		**431,83**	**436,41**	**1 801,17**	**14 372**	
Среднее за период		**43,18**	**43,64**	**180,12**	**1 437**	
Минимальные нормативные значения		**45**	**46**	**192**	**1 292**	