

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

1 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник-1														
Завтрак														
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			9,90	9,50	56,10	347,30	0,24	0,27	1,79	41,88	201,40	49,90	269,20	2,71
Обед														
54-23м-2020	Шницель из курицы	55	7,8	4,1	6,7	90,3	0,03	0,04	0,3	3,1	14,7	32	72	0,7
54-21г2020	Горошница	150	9,5	3,1	35,1	183,8	0,4	0,07	0	0,7	62,4	56	172	3,6
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,40	7,60	79,50	438,50	0,57	0,21	0,39	18,80	170,90	104,50	293,50	5,69
Итого за день			30,30	17,10	135,60	785,80	0,81	0,48	2,18	60,68	372,30	154,40	562,70	8,40

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

2 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Вторник -1														
Завтрак														
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			13,89	12,40	75,32	460,34	0,49	0,30	0,41	10,83	190,86	166,05	157,20	3,26
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	5,2	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	0,05	80	98	11	3	3	0,54
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			19,10	12,20	87,50	536,30	0,35	0,19	82,13	344,36	145,90	93,20	316,80	3,97
Итого за день			32,99	24,60	162,82	996,64	0,84	0,49	82,54	355,19	336,76	259,25	474,00	7,23

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

3 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Ca	Р	Mg	Fe
Среда - 1														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень по-строгоновски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
54-5г-2020	Макароны отв.	150	4,4	5,3	30,5	187,1	0,05	0,03	0	20,3	19,5	17,3	142,5	0,8
54-2хн-2020	Компот из яблок	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,50	15,30	72,26	496,35	0,34	1,01	6,63	#####	131,15	63,45	369,45	5,92
Итого за день			34,80	30,50	136,76	941,75	0,53	1,23	7,45	#####	193,15	123,55	608,35	9,93

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

4 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг-1														
Завтрак														
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,6	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			12,90	10,70	51,40	348,90	0,29	0,39	1,19	42,40	294,50	89,30	333,70	3,35
Обед														
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			18,00	12,70	75,50	498,80	0,37	0,26	0,10	291,60	123,20	183,90	324,80	6,11
Итого за день			30,90	23,40	126,90	847,70	0,66	0,65	1,29	334,00	417,70	273,20	658,50	9,46

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

5 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница -1														
Завтрак														
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	250	8,3	10,1	37,6	274,9	0,18	0,15	0,54	41,6	143	49	186	1,32
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			12,20	11,40	61,70	396,10	0,31	0,31	0,90	48,50	237,50	71,20	270,70	3,17
Обед														
54-23м-2020	Биточек из курицы	60	10,5	3,1	8,1	101,1	0,04	0,05	0,4	3,8	17,6	38,4	86,4	0,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,3	19,8	139,4	0,12	0,11	10,2	23,8	39	28	84	1,03
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			18,30	10,30	75,30	472,60	0,37	0,21	10,82	49,56	191,10	91,60	256,60	3,76
Итого за день			30,50	21,70	137,00	868,70	0,68	0,52	11,72	98,06	428,60	162,80	527,30	6,93
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию (ФИО) _____											
Количество детей на обед			_____											
Количество детей в полдник			_____											
Всего детей			_____											

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

6 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	С	А (мкг)	B2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота -1														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
	Итого за завтрак		9,5	7,8	44,7	303,4	0,21	1,02	0,86	34	227	59,8	256,7	2,58
Обед														
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	60	12	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
	Итого за обед		19,60	17,80	80,00	557,80	0,24	0,29	0,75	105,60	105,15	80,45	270,05	4,40
	Итого за день		29,10	25,60	124,70	861,20	0,45	1,31	1,61	139,60	332,15	140,25	526,75	6,98
	Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию (ФИО) _____											
	Количество детей на обед		Шеф повар (ФИО) _____											
	Количество детей в полдник													
	Всего детей													

МЕНЮ

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

7 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник- 2														
Завтрак														
54-16к	Каша молочная «Дружба»	200	5	6,8	24,1	168,9	0,07	0,12	0,53	27,2	116	27	124	0,53
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,8	12,6	100,4	0,04	0,17	0,68	17,3	143	34	130	1,09
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			11,9	10,8	52,1	339,6	0,23	0,38	1,27	44,5	296,5	73,3	292,7	2,7
Обед														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			19,70	15,20	80,46	520,70	0,26	0,29	1,13	332,00	104,25	80,45	276,05	4,40
Итого за день			31,60	26,00	132,56	860,30	0,49	0,67	2,40	376,50	400,75	153,75	568,75	7,10

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

8 день № рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Ca	Р	Mg	Fe
Вторник - 2														
Завтрак														
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			13,89	12,40	75,32	460,34	0,49	0,30	0,41	10,83	190,86	166,05	157,20	3,26
Обед														
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,00	13,10	77,70	512,20	0,39	0,29	0,39	278,10	97,50	205,90	345,00	6,91
Итого за день			33,89	25,50	153,02	972,54	0,88	0,59	0,80	288,93	288,36	371,95	502,20	10,17

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

9 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Среда - 2														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			9,5	7,8	44,7	303,4	0,21	1,02	0,86	34	227	59,8	256,7	2,58
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	6,9	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,70	12,20	78,76	478,90	0,28	0,26	2,32	309,40	122,15	99,45	302,05	3,43
Итого за день			27,20	20,00	123,46	782,30	0,49	1,28	3,18	343,40	349,15	159,25	558,75	6,01

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

10 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг - 2														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-32хн-2020	Компот из кураги	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	0,01	1,6	1,2	58	3,1	3,8	0,79
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			18,75	15,04	76,13	515,85	0,41	0,87	7,94	#####	172,40	44,60	266,10	6,60
Итого за день			36,05	30,24	140,63	961,25	0,60	1,09	8,76	#####	234,40	104,70	505,00	10,61
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию (ФИО) _____											
Количество детей на обед			_____											
Количество детей в полдник			Шеф повар (ФИО) _____											
Всего детей			_____											

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

11 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница - 2														
Завтрак														
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,7	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			12,90	10,80	51,40	348,90	0,29	0,39	1,19	42,40	294,50	89,30	333,70	3,35
Обед														
54-2м	Гуляш из говядины	60	10,8	10,8	3,6	148,5	0,02	0,07	0,8	15,3	9	14,3	99,8	1,5
54-9г	Рагу из овощей	150	2,8	7,4	18,8	133,4	0,07	0,08	12,2	309	56	29	70	1,02
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			6,70	7,80	64,30	341,70	0,27	0,10	12,32	324,00	168,50	51,60	138,80	2,91
Итого за день			19,60	18,60	115,70	690,60	0,56	0,49	13,51	366,40	463,00	140,90	472,50	6,26

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся из малообеспеченных семей

12 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота - 2														
Завтрак														
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			9,90	9,50	56,10	347,30	0,24	0,27	1,79	41,88	201,40	49,90	269,20	2,71
Обед														
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	11	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,5	0,3	18	82,04	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			8,40	5,20	70,60	359,84	0,18	0,12	0,08	33,40	99,50	21,60	84,00	1,90
Итого за день			18,30	14,70	126,70	707,14	0,42	0,39	1,87	75,28	300,90	71,50	353,20	4,61

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

1 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник-1														
Завтрак														
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	25	7	8,8	0	107,6	0,02	0,1	0,22	78	264	10,6	150	0,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,90	18,30	56,10	454,90	0,26	0,37	2,01	119,88	465,40	60,50	419,20	3,01
Обед														
54-23м-2020	Шницель из курицы	55	7,8	4,1	6,7	90,3	0,03	0,04	0,3	3,1	14,7	32	72	0,7
54-21г2020	Горошница	150	9,5	3,1	35,1	183,8	0,4	0,07	0	0,7	62,4	56	172	3,6
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,40	7,60	79,50	438,50	0,57	0,21	0,39	18,80	170,90	104,50	293,50	5,69
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			44,10	32,65	162,84	1 095,15	1,51	0,96	24,80	239,03	640,13	601,00	712,90	77,70
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														
		Ответственный по питанию (ФИО) _____												
		Шеф повар (ФИО) _____												

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

2 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Вторник -1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,39	16,80	75,32	514,14	0,50	0,35	0,52	49,83	322,86	171,35	232,20	3,41
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	5,2	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	0,05	80	98	11	3	3	0,54
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			19,10	12,20	87,50	536,30	0,35	0,19	82,13	344,36	145,90	93,20	316,80	3,97
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,8	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,4	100,35	3,83	436	0,2	69
Итого за день			43,29	35,75	190,06	1252,19	1,53	0,92	105,05	494,54	472,59	700,55	549,20	76,38
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														
		Ответственный по питанию (ФИО) _____												
		Шеф повар (ФИО) _____												

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

3 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Среда - 1														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень по-строгоновски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
54-5г-2020	Макароны отв.	150	4,4	5,3	30,5	187,1	0,05	0,03	0	20,3	19,5	17,3	142,5	0,8
54-2хн-2020	Компот из яблок	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,50	15,30	72,26	496,35	0,34	1,01	6,63	#####	131,15	63,45	369,45	5,92
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,8	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,4	100,35	3,83	436	0,2	69
Итого за день			41,60	37,25	164,00	1143,50	1,21	1,61	29,85	#####	196,98	559,55	608,55	78,93
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														
		Ответственный по питанию (ФИО) _____												
		Шеф повар (ФИО) _____												

МЕНЮ

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

4 день № рец.	Наименование блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг-1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,6	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,40	15,10	51,40	402,70	0,30	0,44	1,30	81,40	426,50	94,60	408,70	3,50
Обед														
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			18,00	12,70	75,50	498,80	0,37	0,26	0,10	291,60	123,20	183,90	324,80	6,11
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,8	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,4	100,35	3,83	436	0,2	69,00
Итого за день			41,20	34,55	154,14	1103,25	1,35	1,08	23,80	473,35	553,53	714,50	733,70	78,61

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

МЕНЮ

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

5 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница -1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	0,18	0,15	0,54	41,6	143	49	186	1,32
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			15,70	15,80	61,70	449,90	0,32	0,36	1,01	87,50	369,50	76,50	345,70	3,32
Обед														
54-23м-2020	Биточек из курицы	60	10,5	3,1	8,1	101,1	0,04	0,05	0,4	3,8	17,6	38,4	86,4	0,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,3	19,8	139,4	0,12	0,11	10,2	23,8	39	28	84	1,03
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			18,30	10,30	75,30	472,60	0,37	0,21	10,82	49,56	191,10	91,60	256,60	3,76
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			40,80	32,85	164,24	1124,25	1,37	0,95	34,23	237,41	564,43	604,10	602,50	76,08

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

6 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота -1														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Фрукт***	150	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
	Итого за завтрак		10,4	8,1	55,8	355,9	0,21	1,02	10,66	34	247,1	75,3	273,8	3,58
Обед														
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
	Итого за обед		19,60	17,80	80,00	557,80	0,24	0,29	0,75	105,60	105,15	80,45	270,05	4,40
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
	Итого за полдник		6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			36,80	32,65	163,04	1115,45	1,13	1,69	33,81	239,95	356,08	591,75	544,05	76,98
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														
			Ответственный по питанию (ФИО) _____ Шеф повар (ФИО) _____											

МЕНЮ

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

7 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник- 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	25	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-16к	Каша молочная «Дружба»	200	5	6,8	24,1	168,9	0,07	0,12	0,53	27,2	116	27	124	0,53
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,8	12,6	100,4	0,04	0,17	0,68	17,3	143	34	130	1,09
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			15,4	15,2	52,1	393,4	0,24	0,43	1,38	83,5	428,5	78,6	367,7	2,85
Обед														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			19,70	15,20	80,46	520,70	0,26	0,29	1,13	332,00	104,25	80,45	276,05	4,40
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			41,90	37,15	159,80	1115,85	1,18	1,10	24,91	515,85	536,58	595,05	643,95	76,25
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														
		Ответственный по питанию (ФИО) _____ Шеф повар (ФИО) _____												

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

8 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe

Вторник - 2**Завтрак**

54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,39	16,80	75,32	514,14	0,50	0,35	0,52	49,83	322,86	171,35	232,20	3,41

Обед

54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,00	13,10	77,70	512,20	0,39	0,29	0,39	278,10	97,50	205,90	345,00	6,91

Полдник

Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00

Итого за день **44,19** **36,65** **180,26** **1228,09** **1,57** **1,02** **23,31** **428,28** **424,19** **813,25** **577,40** **79,32**

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

9 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe

Среда - 2**Завтрак**

54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Фрукт***	100	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			10,4	8,1	55,8	355,9	0,21	1,02	10,66	34	247,1	75,3	273,8	3,58
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	6,9	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,70	12,20	78,76	478,90	0,28	0,26	2,32	309,40	122,15	99,45	302,05	3,43
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			34,90	27,05	161,80	1036,55	1,17	1,66	35,38	443,75	373,08	610,75	576,05	76,01

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

МЕНЮ

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

10 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг - 2														

Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-32хн-2020	Компот из кураги	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	0,01	1,6	1,2	58	3,1	3,8	0,79
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			18,75	15,04	76,13	515,85	0,41	0,87	7,94	#####	172,40	44,60	266,10	6,60
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			42,85	36,99	167,87	1163,00	1,28	1,47	31,16	#####	238,23	540,70	505,20	79,61
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

МЕНЮ

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

11 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница - 2														
Завтрак														

54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,7	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,40	15,20	51,40	402,70	0,30	0,44	1,30	81,40	426,50	94,60	408,70	3,50
Обед														
54-2м	Гуляш из говядины	60	10,8	10,8	3,6	148,5	0,02	0,07	0,8	15,3	9	14,3	99,8	1,5
54-9г	Рагу из овощей	150	2,8	7,4	18,8	133,4	0,07	0,08	12,2	309	56	29	70	1,02
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			6,70	7,80	64,30	341,70	0,27	0,10	12,32	324,00	168,50	51,60	138,80	2,91
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			29,90	29,75	142,94	946,15	1,25	0,92	36,02	505,75	598,83	582,20	547,70	75,41
Количество детей на завтрак														
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														
			Ответственный по питанию (ФИО) _____											
			Шеф повар (ФИО) _____											

М Е Н Ю

для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями (ОВЗ)

12 день	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
№ рец.														
Суббота - 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,6	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86

54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,90	18,30	56,10	454,90	0,25	0,32	1,90	80,88	333,40	55,20	344,20	2,86
Обед														
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	11	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,5	0,3	18	82,04	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			8,40	5,20	70,60	359,84	0,18	0,12	0,08	33,40	99,50	21,60	84,00	1,90
Полдник														
Пром.	Булочка	75	3,07	3,45	0,37	45	0,04	0,01	8	42,9	1,1	104	0,05	21
Пром.	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,56	0,33	14,4	44,4	1,11	262	0,12	20
Пром.	Фрукт	100	3,13	2,7	12,17	86,25	0,08	0,04	0,00	13,05	1,62	70	0,03	28
Итого за полдник			6,80	6,75	27,24	201,75	0,68	0,38	22,40	100,35	3,83	436,00	0,20	69,00
Итого за день			32,10	30,25	153,94	1016,49	1,11	0,82	24,38	214,63	436,73	512,80	428,40	73,76

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

1 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник-1														
Завтрак														
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	25	7	8,8	0	107,6	0,02	0,1	0,22	78	264	10,6	150	0,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,90	18,30	56,10	454,90	0,26	0,37	2,01	119,88	465,40	60,50	419,20	3,01
Обед														
54-23м-2020	Шницель из курицы	55	7,8	4,1	6,7	90,3	0,03	0,04	0,3	3,1	14,7	32	72	0,7
54-21г2020	Горошница	150	9,5	3,1	35,1	183,8	0,4	0,07	0	0,7	62,4	56	172	3,6
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,40	7,60	79,50	438,50	0,57	0,21	0,39	18,80	170,90	104,50	293,50	5,69
Итого за день			37,30	25,90	135,60	893,40	0,83	0,58	2,40	138,68	636,30	165,00	712,70	8,70

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

2 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Вторник -1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,39	16,80	75,32	514,14	0,50	0,35	0,52	49,83	322,86	171,35	232,20	3,41
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	5,2	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	0,05	80	98	11	3	3	0,54
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			19,10	12,20	87,50	536,30	0,35	0,19	82,13	344,36	145,90	93,20	316,80	3,97
Итого за день			36,49	29,00	162,82	1 050,44	0,85	0,54	82,65	394,19	468,76	264,55	549,00	7,38

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

3 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Среда - 1														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень по-Строгоновски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
54-5г-2020	Макароны отв.	150	4,4	5,3	30,5	187,1	0,05	0,03	0	20,3	19,5	17,3	142,5	0,8
54-2хн-2020	Компот из яблок	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,50	15,30	72,26	496,35	0,34	1,01	6,63	#####	131,15	63,45	369,45	5,92
Итого за день			34,80	30,50	136,76	941,75	0,53	1,23	7,45	#####	193,15	123,55	608,35	9,93

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

4 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг-1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,6	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,40	15,10	51,40	402,70	0,30	0,44	1,30	81,40	426,50	94,60	408,70	3,50
Обед														
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			18,00	12,70	75,50	498,80	0,37	0,26	0,10	291,60	123,20	183,90	324,80	6,11
Итого за день			34,40	27,80	126,90	901,50	0,67	0,70	1,40	373,00	549,70	278,50	733,50	9,61

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

5 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница -1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	35	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	0,18	0,15	0,54	41,6	143	49	186	1,32
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			15,70	15,80	61,70	449,90	0,32	0,36	1,01	87,50	369,50	76,50	345,70	3,32
Обед														
54-23м-2020	Биточек из курицы	60	10,5	3,1	8,1	101,1	0,04	0,05	0,4	3,8	17,6	38,4	86,4	0,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,3	19,8	139,4	0,12	0,11	10,2	23,8	39	28	84	1,03
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			18,30	10,30	75,30	472,60	0,37	0,21	10,82	49,56	191,10	91,60	256,60	3,76
Итого за день			34,00	26,10	137,00	922,50	0,69	0,57	11,83	137,06	560,60	168,10	602,30	7,08
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию (ФИО) _____ Шеф повар (ФИО) _____											
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

6 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота -1														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Фрукт***	150	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
	Итого за завтрак		10,4	8,1	55,8	355,9	0,21	1,02	10,66	34	247,1	75,3	273,8	3,58
Обед														
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
	Итого за обед		19,60	17,80	80,00	557,80	0,24	0,29	0,75	105,60	105,15	80,45	270,05	4,40
	Итого за день		30,00	25,90	135,80	913,70	0,45	1,31	11,41	139,60	352,25	155,75	543,85	7,98
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию (ФИО) _____ Шеф повар (ФИО) _____											
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

7 день № рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник- 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	25	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-16к	Каша молочная «Дружба»	200	5	6,8	24,1	168,9	0,07	0,12	0,53	27,2	116	27	124	0,53
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,8	12,6	100,4	0,04	0,17	0,68	17,3	143	34	130	1,09
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			15,4	15,2	52,1	393,4	0,24	0,43	1,38	83,5	428,5	78,6	367,7	2,85
Обед														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			19,70	15,20	80,46	520,70	0,26	0,29	1,13	332,00	104,25	80,45	276,05	4,40
Итого за день			35,10	30,40	132,56	914,10	0,50	0,72	2,51	415,50	532,75	159,05	643,75	7,25

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

8 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Вторник - 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,39	16,80	75,32	514,14	0,50	0,35	0,52	49,83	322,86	171,35	232,20	3,41
Обед														
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,00	13,10	77,70	512,20	0,39	0,29	0,39	278,10	97,50	205,90	345,00	6,91
Итого за день			37,39	29,90	153,02	1 026,34	0,89	0,64	0,91	327,93	420,36	377,25	577,20	10,32

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

9 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Среда - 2														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Фрукт***	100	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			10,4	8,1	55,8	355,9	0,21	1,02	10,66	34	247,1	75,3	273,8	3,58
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	6,9	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,70	12,20	78,76	478,90	0,28	0,26	2,32	309,40	122,15	99,45	302,05	3,43
Итого за день			28,10	20,30	134,56	834,80	0,49	1,28	12,98	343,40	369,25	174,75	575,85	7,01

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

10 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг - 2														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-32хн-2020	Компот из кураги	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	0,01	1,6	1,2	58	3,1	3,8	0,79
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			18,75	15,04	76,13	515,85	0,41	0,87	7,94		172,40	44,60	266,10	6,60
Итого за день			36,05	30,24	140,63	961,25	0,60	1,09	8,76		234,40	104,70	505,00	10,61
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию (ФИО) _____ Шеф повар (ФИО) _____											
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

11 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница - 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,7	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,40	15,20	51,40	402,70	0,30	0,44	1,30	81,40	426,50	94,60	408,70	3,50
Обед														
54-2м	Гуляш из говядины	60	10,8	10,8	3,6	148,5	0,02	0,07	0,8	15,3	9	14,3	99,8	1,5
54-9г	Рагу из овощей	150	2,8	7,4	18,8	133,4	0,07	0,08	12,2	309	56	29	70	1,02
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			6,70	7,80	64,30	341,70	0,27	0,10	12,32	324,00	168,50	51,60	138,80	2,91
Итого за день			23,10	23,00	115,70	744,40	0,57	0,54	13,62	405,40	595,00	146,20	547,50	6,41

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих социальную поддержку

12 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота - 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,6	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,90	18,30	56,10	454,90	0,25	0,32	1,90	80,88	333,40	55,20	344,20	2,86
Обед														
54-1м-2020	Котлета мясная	80	11	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,5	0,3	18	82,04	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			8,40	5,20	70,60	359,84	0,18	0,12	0,08	33,40	99,50	21,60	84,00	1,90
Итого за день			25,30	23,50	126,70	814,74	0,43	0,44	1,98	114,28	432,90	76,80	428,20	4,76

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

1 день	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник-1														
Завтрак														
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	25	7	8,8	0	107,6	0,02	0,1	0,22	78	264	10,6	150	0,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,90	18,30	56,10	454,90	0,26	0,37	2,01	119,88	465,40	60,50	419,20	3,01
Обед														
54-23м-2020	Шницель из курицы	55	7,8	4,1	6,7	90,3	0,03	0,04	0,3	3,1	14,7	32	72	0,7
54-21г2020	Горошница	150	9,5	3,1	35,1	183,8	0,4	0,07	0	0,7	62,4	56	172	3,6
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,40	7,60	79,50	438,50	0,57	0,21	0,39	18,80	170,90	104,50	293,50	5,69
Итого за день			37,30	25,90	135,60	893,40	0,83	0,58	2,40	138,68	636,30	165,00	712,70	8,70

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

2 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Вторник -1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус молочный сладкий	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,39	16,80	75,32	514,14	0,50	0,35	0,52	49,83	322,86	171,35	232,20	3,41
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	5,2	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	0,05	80	98	11	3	3	0,54
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			19,10	12,20	87,50	536,30	0,35	0,19	82,13	344,36	145,90	93,20	316,80	3,97
Итого за день			36,49	29,00	162,82	1 050,44	0,85	0,54	82,65	394,19	468,76	264,55	549,00	7,38

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

3 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Среда - 1														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень по-Строгоновски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
54-5г-2020	Макароны отв.	150	4,4	5,3	30,5	187,1	0,05	0,03	0	20,3	19,5	17,3	142,5	0,8
54-2хн-2020	Компот из яблок	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,50	15,30	72,26	496,35	0,34	1,01	6,63	#####	131,15	63,45	369,45	5,92
Итого за день			34,80	30,50	136,76	941,75	0,53	1,23	7,45	#####	193,15	123,55	608,35	9,93

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

4 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Четверг-1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,6	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,40	15,10	51,40	402,70	0,30	0,44	1,30	81,40	426,50	94,60	408,70	3,50
Обед														
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			18,00	12,70	75,50	498,80	0,37	0,26	0,10	291,60	123,20	183,90	324,80	6,11
Итого за день			34,40	27,80	126,90	901,50	0,67	0,70	1,40	373,00	549,70	278,50	733,50	9,61

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

5 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Пятница -1														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	35	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшениная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	0,18	0,15	0,54	41,6	143	49	186	1,32
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			15,70	15,80	61,70	449,90	0,32	0,36	1,01	87,50	369,50	76,50	345,70	3,32
Обед														
54-23м-2020	Биточек из курицы	60	10,5	3,1	8,1	101,1	0,04	0,05	0,4	3,8	17,6	38,4	86,4	0,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,3	19,8	139,4	0,12	0,11	10,2	23,8	39	28	84	1,03
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	0,008	0,026	0,1	6,96	22	2,6	17,4	0,038
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			18,30	10,30	75,30	472,60	0,37	0,21	10,82	49,56	191,10	91,60	256,60	3,76
Итого за день			34,00	26,10	137,00	922,50	0,69	0,57	11,83	137,06	560,60	168,10	602,30	7,08
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию (ФИО) _____ Шеф повар (ФИО) _____											
Количество детей на обед														
Количество детей в полдник														
Всего детей														

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

6 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота -1														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Фрукт***	150	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
	Итого за завтрак		10,4	8,1	55,8	355,9	0,21	1,02	10,66	34	247,1	75,3	273,8	3,58
Обед														
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
	Итого за обед		19,60	17,80	80,00	557,80	0,24	0,29	0,75	105,60	105,15	80,45	270,05	4,40
	Итого за день		30,00	25,90	135,80	913,70	0,45	1,31	11,41	139,60	352,25	155,75	543,85	7,98
	Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию (ФИО) _____											
	Количество детей на обед		_____											
	Количество детей в полдник		_____											
	Всего детей		_____											

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

7 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Понедельник- 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	25	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-16к	Каша молочная «Дружба»	200	5	6,8	24,1	168,9	0,07	0,12	0,53	27,2	116	27	124	0,53
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,8	12,6	100,4	0,04	0,17	0,68	17,3	143	34	130	1,09
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			15,4	15,2	52,1	393,4	0,24	0,43	1,38	83,5	428,5	78,6	367,7	2,85
Обед														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			19,70	15,20	80,46	520,70	0,26	0,29	1,13	332,00	104,25	80,45	276,05	4,40
Итого за день			35,10	30,40	132,56	914,10	0,50	0,72	2,51	415,50	532,75	159,05	643,75	7,25

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

8 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Вторник - 2														
Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
188	Запеканка рисовая с творогом	200	8,39	9,7	38,62	269,44	0,35	0,09	0	0,03	55,96	128,65	29,4	0,81
54-7соус	Соус шоколадный	30	1,6	1,4	12,6	69,7	0,01	0,05	0,05	3,9	40,4	15,2	43,1	0,6
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,07	0,3	6,9	57	9,9	46	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,39	16,80	75,32	514,14	0,50	0,35	0,52	49,83	322,86	171,35	232,20	3,41
Обед														
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,3	36	233,7	0,21	0,12	0	19,2	15	120	181	4,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	10	5,2	4,3	113,8	0,04	0,05	0,02	257,4	20,7	49,5	100,8	0,9
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3	0	0,02	0,3	1,5	18	22	18	0,67
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,6	0,4	17,9	83,4	0,14	0,1	0,07	0	43,8	14,4	45,2	1,3
Итого за обед			20,00	13,10	77,70	512,20	0,39	0,29	0,39	278,10	97,50	205,90	345,00	6,91
Итого за день			37,39	29,90	153,02	1 026,34	0,89	0,64	0,91	327,93	420,36	377,25	577,20	10,32

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

9 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Среда - 2														
Завтрак														
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	3,5	4,7	18	147,1	0,06	0,8	0,28	20,7	78,5	16,5	111	0,43
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Фрукт***	100	0,9	0,3	11,1	52,5	0	0	9,8	0	20,1	15,5	17,1	1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			10,4	8,1	55,8	355,9	0,21	1,02	10,66	34	247,1	75,3	273,8	3,58
Обед														
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	70	9,6	6,9	4,4	103	0,06	0,06	1,91	221	31	39	146	0,74
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	0	18,4	6,9	24	73	0,49
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,76	66,9	0,01	0,03	0,32	70	28	18	25	0,58
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,14	0,09	0	56,25	18,45	58,05	1,62
Итого за обед			17,70	12,20	78,76	478,90	0,28	0,26	2,32	309,40	122,15	99,45	302,05	3,43
Итого за день			28,10	20,30	134,56	834,80	0,49	1,28	12,98	343,40	369,25	174,75	575,85	7,01

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

10 день	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергети	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
---------	-------------------	-------	----------------------	--	--	----------	---------------	--	--	--	---------------------------	--	--	--

№ рец.	наименование блюд	порции	Б	Ж	У	калорийная	В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Мg	Fe
Четверг - 2														
Завтрак														
54-11м	Плов из отварной говядины	200	14,8	14,9	42,6	348,3	0,07	0,12	0,72	262	20	44	193	2,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,01	0,04	0,3	4,5	3,8	7,2	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			17,30	15,20	64,50	445,40	0,19	0,22	0,82	262,30	62,00	60,10	238,90	4,01
Обед														
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	50	8,4	7,9	3,3	118,25	0,1	0,8	6,2	2363,1	19,4	8,8	138,1	2,9
54-1г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-32хн-2020	Компот из кураги	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	0,01	1,6	1,2	58	3,1	3,8	0,79
54-1соус-2020	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,6	18,6	0,002	0,008	0,02	7,8	8	0,9	5,8	0,02
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,5	29,5	140,7	0,24	0,02	0,12	0	75	24,6	77,4	2,16
Итого за обед			18,75	15,04	76,13	515,85	0,41	0,87	7,94	#####	172,40	44,60	266,10	6,60
Итого за день			36,05	30,24	140,63	961,25	0,60	1,09	8,76	#####	234,40	104,70	505,00	10,61
Количество детей на завтрак		_____												
Количество детей на обед		_____												
Количество детей в полдник		_____												
Всего детей		_____												

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

№ рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Мg	Fe
Пятница - 2														

Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,7	24,7	192,6	0,14	0,17	0,61	29,1	146	46	188	1,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,13	0,52	13,3	111	31	107	1,07
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,40	15,20	51,40	402,70	0,30	0,44	1,30	81,40	426,50	94,60	408,70	3,50
Обед														
54-2м	Гуляш из говядины	60	10,8	10,8	3,6	148,5	0,02	0,07	0,8	15,3	9	14,3	99,8	1,5
54-9г	Рагу из овощей	150	2,8	7,4	18,8	133,4	0,07	0,08	12,2	309	56	29	70	1,02
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	25,7	127,3	0,2	0,02	0,1	0	62,5	20,5	64,5	1,8
Итого за обед			6,70	7,80	64,30	341,70	0,27	0,10	12,32	324,00	168,50	51,60	138,80	2,91
Итого за день			23,10	23,00	115,70	744,40	0,57	0,54	13,62	405,40	595,00	146,20	547,50	6,41

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, получающих из многодетных семей

12 день № рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe
Суббота - 2														

Завтрак														
54-1з-2020	Сыр полутвердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,6	0,01	0,05	0,11	39	132	5,3	75	0,15
54-21к-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,3	9,3	34	249,1	0,12	0,17	0,57	41,5	157	33	222	0,86
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,01	1,16	0,38	6,9	4,6	8,5	0,77
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,4	70,3	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за завтрак			16,90	18,30	56,10	454,90	0,25	0,32	1,90	80,88	333,40	55,20	344,20	2,86
Обед														
54-1м-2020	Котлета мясная	80	11	12,4	1,9	167,5	0,03	0,1	0,36	85,7	24	16	121	1,62
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	0	18,4	12	7,2	41	0,73
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	0	0	0,02	15	50	2,1	4,3	0,09
Пром.	Хлеб пшеничный	60	2,5	0,3	18	82,04	0,12	0,09	0,06	0	37,5	12,3	38,7	1,08
Итого за обед			8,40	5,20	70,60	359,84	0,18	0,12	0,08	33,40	99,50	21,60	84,00	1,90
Итого за день			25,30	23,50	126,70	814,74	0,43	0,44	1,98	114,28	432,90	76,80	428,20	4,76

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Ответственный по питанию (ФИО) _____

Шеф повар (ФИО) _____