



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ (ПСМЕНА)

для организации питания детей с ОВЗ и детей-инвалидов в образовательных учреждениях Лабинского района для возрастной группы 12 лет и старше на осенне-зимний период 2024-2025гг

Меню приготавливаемых блюд для детей с ОВЗ и детей-инвалидов ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ (II смена)

Возрастная категория 12 лет и старше

Прием пищи Наименование блюда Вес Пишевые блюда вещества	Белки	неделя 1	день 1	1 100 1.68 0.08 1 100 1.68 0.08 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ем и сметаной 250 2,50 8,13	230 12,88 23,69	200 1,00 0,20	40 2.38 0.29	40 2,24 0,45	860 22,69 32,83		Макапоны запеченные с яйцом 200 5,50 7,87	40 2.93 6.40		M 30/10 200 2,79 3,19	200 2,79 3,19	200 2.79 3.19	200 2.79 3.19	200 2.79 3.19 440 11.22 17.46
	Белки										+								5.50 2.93 2.79
тва	Жиры Углеводы			3 20,95	16,80	9 43.01	20,20	9 16,86		5 18,16									
Энергети ческая	ценность (ккал)			89.28	150.33	329,66	84,80	89.30	80,83		824,20	824,20	824,20 201.86	824,20 201.86 92.3	201.86 92.3 118.69	824,20 201.86 92.3 118.69	824,20 201,86 92,3 118,69	824,20 201.86 92.3 118.69	824,20 201,86 92,3 118,69 412,85
Ne peuen	туры			1 I h /3	83	577	389	11 X 11	111.13	11712			206	206	206 1 379	206	206	206 1 379	206 1 379

	Итого за обед;	неделя 1 день 2 Обед:	Прием пищи
	Зеленый горошек консервированный Бутерброд с маслом сливочным 30/10 Омлет натуральный Компот из яблок	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые) Суп с крупой и томатом Шницель натуральный рубленный Каша вязкая пшенная Сыр порциями Чай черный с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Наименование блюда
540	100 40 200 200	100 250 100 180 30 200 60 40	Вес блюда гр
27,69 59,79	5,67 2,93 18,57 0,52	0,80 1,38 10,31 5,93 7,80 0,07 3,58 2,24 32,10	Белки
36,35 75,91	4,17 6,40 25,60 0,18	0,10 5,99 15,13 9,47 7,98 0,02 0,43 0,45 39,57	Пищевые вещества Жиры
66,50	12,83 21,3 3,51 28,86	1,70 6,10 8,95 38,62 0,00 15,00 25,30 18,16	Пищевые вешества Жиры Углеводы
709,10 1657,12	111,50 92,3 386,20 119,10	10,00 83,79 213,18 262,80 103,02 60,46 133,94 80,83 948,02	Энергети ческая ценность (ккал)
	131 1 210 342	70 116 267 303 15 376 TTK 11 TTK 12	. № ренеп туры

Итого на полдник: Итого за день:

Присм пиши	Наименование блюда	Вес		Вещества	≌ δ	Энергети ческая	№ решен
		тþ	Белки	Жиры	Жиры Углеводы	(кжал)	туры
нелеля 1							
лень 3					3	74 47	47
Office	Сапат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	/1,1/	COL
ORL	Син картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	201
	Tungin uz rong huhi	120	24	23,4	3,96	309.6	327
	1 Julian 113 Company	180	10.62	6,18	59,76	337,14	303
	Каша вязкая (гречневая)	200	0.31	0,00	39,40	158,84	358
	Кисель из сока плодового	60	3.58	0,43	25,30	133,94	II NII
	Хлеб пшеничный	40	2,24	0,45	18,16	80.83	TTK 12
	Хлео ржаной Кефир 2.5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	386
	IMPORONO HIBIT			10 23	190 79	24.704.0	
Итого за обел;		1150	34,10	40,55	107,40		
					3	770 77	1991
Полдник:	20000000000000000000000000000000000000	210	13,83	13,40	23,97	728,72	961
	Запеканка рисовая с творогом с	200	0,66	0,09	32,01	51,49	349
		410	14,49	13,4913	55,98	360,21	
Итого на полдник:							
			68,65	62,02	245,26	1767,63	

	Наименование блюда	Bec		Пищевые	ē	Энергети	No.
		блюда		вещества	20	ческая	рецеп
неделя 1		Гþ	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	туры
день 4							
Обед:	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100		3 20	8 8 8	69 13	49
	Рассольник	250	2,53	6,25	14.98	127.26	94
	Голубцы ленивые	100	8,33	8,50	6,26	190,40	TTK 160
	Каша вязкая (ячневая)	180	5,58	10,98	31,08	257,20	303
	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	388
	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	TTK 11
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	TTK 12
	Фрукты свежие(яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	338
Итого за обед;		1050	24,24	30,31	132,100	976,272	
	Каша "Дружба" молочная	250	8,25	10,41	43,86	211,39	84
	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	386
Итого на поллник:		450	14,25	16,81	52,07	325,79	
Итого за день:			38,49	47,12	184,17	1302,06	

неделя 1 день 5 Обел: овощи по-сезону (помидор/помидор соленый) Поддник Овощи по-сезону (помидор/помидор соленый) Полдник Каша манная молочная Какао с молоком Какао с молоком	Прием пищи	Наименование блюда	Bec		Пищевые	. (3	Энергети	Ne Ne
1 3а обед;			гр	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	туры
3а обед;							(ккал)	
за обед;	неделя 1							
за обед;	день 5							
за обед;								
	Обед:	овощи по-сезону (помидор/помидор соленый)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70
		Пр из кващенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75	92
		Рагу из птины	230	16,51	15,40	19,98	284,57	289
		Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
		Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	TTK 11
		Хлеб пжаной	40	2.24	0,45	18,16	80,83	TTK 12
		Пирог "Южный"	100	1,1		שרר הר	185,50	414
	Итого за обел:		100	6,8	6,825	39,223		
	III OI O SA OOCA,		980	6,8	6,825 28,57	135,06	879,40	
	1		980	6,8 32,93	6,825 28,57	135,06	879,40	
Какао с молоком	CAMBRE		980	6,8 32,93	6,825 28,57	135,06	879,40	
	Полдник	Каша манная молочная	980 980 250	6,8 32,93 6,10	6,825 28,57 11,20	39,225 135,06 35,71	879 ,40 263,20	181
	Полдник	Каша манная молочная	980 980 250 200	6,8 32,93 6,10 4,08	6,825 28,57 11,20 3,54	35,225 135,06 35,71 17,58	879,40 263,20 118,52	181
	Полдник	Каша манная молочная Какао с молоком	980 980 250 200	6,8 32,93 6,10 4,08	6,825 28,57 11,20 3,54	135,06 135,06 35,71 17,58	263,20 118,52	181
	Полдник	Каша манная молочная Какао с молоком	980 980 250 200	6,8 32,93 6,10 4,08	6,825 28,57 11,20 3,54	135,06 135,06 35,71 17,58	879,40 263,20 118,52	181
	Полдник	Каша манная молочная Какао с молоком	980 980 250 200	6,8 32,93 6,10 4,08	6,825 28,57 11,20 3,54	135,06 135,06 35,71 17,58	879,40 263,20 118,52	181
Итого на полдник:	Полдник	Каша манная молочная Какао с молоком	980 980 250 200 200	6,8 32,93 6,10 4,08	6,825 28,57 11,20 3,54	35,71 17,58 35,71 17,58	879,40 263,20 118,52 381,72	382

	Hamman Aman	Rec		Пишевые	•	Энепгети	N.
		блюда		вещества		ческая	рецеп
		Ð	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	туры
неделя 1							
день 6							11
Обел:	Салат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	+/
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	102
	Финболы	100	7,93	6,58	9,41	128,58	471
	Картофель отварной	180	3,52	6,07	20,87	152,16	125
	Кисель из сока плолового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	358
	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	TTK 11
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	11K 12
Итого за обед:		930	24,99	25,20	147,63	927,02	
Полдник:		3	2 02	6 40	213	92.3	
	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	200	18.57	25,60	3,51	386,20	210
	Омлет натуральный	200	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Чай черный с сахаром	120	0,50	0,50	12,25	55,50	338
	PONTE CECANC NOTONO NO CHICAGO						
		560	22,07	32,52	52,06	594,46	
MIOLO HA HOLLAHAN.							
NIOIO HE HOLLAND.						1571 10	
HIGIO HA HOULAHAN.				\$7.72	199.69	1321,40	

	Полдник:	неделя 2 День 7 Обед:	Присм пиши
Кофейный напиток с молоком	Каша жидкая молочная (овсяная) Бутерброд с сыром 30/5/15	Салат из свеклы отварной. Суп из овощей со сметаной Запеканка картофельная с мясом Фруктовый чай (с яблоком) Кондитерское изделие (печенье промышленного производства) Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	Наименование блюда
500	250 50 200	100 250 200 200 200 200 200 200 200 200 2	Вес блюда гр
13,34	4,75 5,80 2,79	1,42 1,58 11,77 0,60 2,80 2,80 3,58 2,24 6,00 30,0	Белки
17,87 52,47	6,38 8,30 3,19	6,03 4,98 12,76 0,40 3,15 3,15 0,43 0,43 0,45 6,40 34,6	Пищевые вещества Жиры
52,29 179,34	17,75 14,83 19,71	8,30 9,13 17,52 10,40 30,03 25,30 18,16 8,21 127,0	Пищевые вещества Жиры Углеводы
450,11 1521,39	201.62 129,8 118,69	93,15 96,08 331,49 61.8 159,58 133,94 80,83 114,40 1071,3	Энергетн ческая ценность (ккал)
	182 3 379	52 99 284 1TK 17 1TK 20 1TK 11 1TK 11 386	№ ренеп туры

Итого на полдник: Итого за день:

	неделя 2	395 17,13 12,42 75,33	неделя 2 день 8 Обед: Итого за обед:	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Папшевик с творогом Сок фруктовый Пирожки с повидлом	100 250 140 180 200 60 40 970 130 200 65	0.80 2.50 13,70 4.20 0.52 3.58 2.24 27,54 12,48 1,00 3,65	0.10 6.25 1,97 5.06 0.18 0.43 0.45 14,44 8,4 0.00 4.02	1,70 16,80 5,74 37,28 28,86 25,30 18,16 133,84 21,63 20,20 33,50	10,00 133,45 103,00 308,64 119,10 133,94 80,83 888,97 146,7 84,80 121,6
		Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борш с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотго с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Обор ржаной Талишевик с творогом Сок фруктовый Пирожки с повидлом Пирожки с повидлом 395 17,13 12,42 75,33 12,42 75,33			д блюда	Белки	Жиры	Жиры Углеводы	ческая ценность (ккал)
		Овощи по сезону (огурец свежий/огурец соленый) Овощи картофелем Борш с капустой и картофелем Рыба гушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Лапшевик с творогом Сок фруктовый Пирожки с повидлом Пирожки с повидлом 395 17,13 12,42 75,33 12,42 75,33			гр	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)
		Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба гушенная с овощами 140 13,70 1.97 5.74 Ризотго с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16 Хлеб ржаной 970 27.54 14.44 133.84 Лапшевик с творогом 130 12.48 8.4 21.63 Пирожки с повидлом 65 3.65 4.02 33.50 Пирожки с повидлом 395 17.13 12.42 75.33 395 17.13 12.42 75.33			Ę.	Белки	Жиры	Углеводы	(ккал)
неделя 2		Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борш с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тупенная с овощами 140 13,70 1.97 5,74 Ризотго с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16 Хлеб ржаной 970 27,54 14.44 133.84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8.4 21.63 Сок фруктовый 200 1,00 0.00 20,20 Сок фруктовый с повидлом 65 3.65 4,02 33.50 Пирожки с повидлом 395 17,13 12,42 75,33	D						
2		Овощи по сезону/отурец свежни/отурец солжный 250 2.50 6.25 16.80 Борщ с капустой и картофелем 140 13,70 1,97 5,74 Рыба тушенная с овощами 180 4,20 5,06 37.28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28.86 Компот на яблок 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Лапшевик с творогом 200 1,00 0,00 20,20 Сок фруктовый 3,65 4,02 33,50 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33	день о		100	0.80	0.10	1,70	10,00
2 100 080 0.10 1.70	100 080 0.10 1.70	Борш с капустой и картофелем 250 2.30 0,23 10,20 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,43 25,30 Хлеб ржаной 970 27,54 114,44 133,84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 33,50 33,50 33,50 33,50	Обел:	Овощи по сезону(огурец свежии/огурец соленыи)		3 50	20.7	16.80	133.45
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70	Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Рыба тушенная с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Ризотго с овощами 200 0,52 0,18 28.86 Компот из яблок 60 3,58 0,43 25.30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18.16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Пирожки с повидлюм 65 3,65 4,02 33,50 Пирожки с повидлюм 395 17,13 12,42 75,33		Бори с капустой и картофелем	250	2,50	0,23	10,00	100,40
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70 16,80 250 2,50 6,25 16,80	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70 годи с каптоловелем 250 2,50 6,25 16,80	Рыба тупенная с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Ризотто с овощами 200 0,52 0,18 28,86 Компот из яблок 60 3,58 0,43 25,30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 65 3,65 4,02 33,50 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33		DOPIE CHAIL COLORS	140	13,70	1,97	5,74	103,00
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 1,97 5,74	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 140 13,70 1,97 5,74	Ризотто с овощами 200 4,20 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 60 3,58 0,43 25,30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18,16 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 11ирожки с 1,13 12,42 75,33		Рыоа тушенная с овощами	100	4 20	5 06	37.28	308,64
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74	Компот из яблок 200 0.32 0.18 25,30 Хлеб пшеничный 60 3,58 0,43 25,30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18,16 Улеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Папшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 33,50 33,50 12,13 12,42 75,33 395 17,13 12,42 75,33		Ризотто с овощами	100	4,20	0,00	78 86	11910
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Ризотто с овощами Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 250 2.50 6.25 16.80 140 13,70 1,97 5,74 180 4.20 5.06 37.28	компот из жолох 60 3,58 0,43 25,30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33 301 12,42 75,33		Vocasia de la composición del composición de la	200	0,52	0,18	20,00	117,10
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Ризотто с овощами 200 0,52 0,18 28,86	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Ризотто с овощами 200 0,52 0,18 28,86	Хлеб пшеничный 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33 301 12,42 75,33		NOMITOT IN SOCION	60	3,58	0,43	25,30	133,94
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Рыба тушенная с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Ризотто с овощами 200 0.52 0.18 28.86 Компот из яблок 60 3.58 0.43 25.30	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Гори с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Компот из яблок Овощи по сезону(огурец соленый) 100 0,80 0,10 1,70 250 2,50 6,25 16,80 140 13,70 1,97 5,74 180 4,20 5,06 37,28 200 0,52 0,18 28,86 60 3,58 0,43 25,30	Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33 301 12,42 75,33		Хлеб пшеничный	40	224	0.45	18,16	80,83
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1.97 5,74 Рыба тушенная с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Ризотто с овощами 200 0.52 0.18 28.86 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 2.30 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Овощи по сезону(огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 250 2.50 6.25 16.80 140 13,70 1,97 5,74 180 4.20 5.06 37.28 200 0.52 0.18 28.86	370 27,54 14,44 155,57 Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33		Хлеб ржаной	3	27.		122 94	888 97
2 Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1.97 5,74 180 710 с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Ризотто с овощами 200 0.52 0.18 28.86 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16 133.84	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Тулеб ржаной	Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33 395 17,13 12,42 75,33			970	27,54	14,4	133,04	000,7
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с калустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84	Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Сок фруктовый 200 1,00 0,00 20,20 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50 395 17,13 12,42 75,33 301 12,42 75,33	Итого за осед;						
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84	Лапшевик с творогом 200 1.00 0.00 20,20 Сок фруктовый 65 3,65 4,02 33,50 Пирожки с повидлом 395 17,13 12,42 75,33 395 17,13 12,42 75,33			130	12.48	8,4	21,63	146,7
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба гушенная с овощами 180 4,20 5,06 37.28 Ризотто с овощами 200 0,52 0,18 28.86 Компот из яблок 60 3,58 0,43 25,30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 130 12,48 8,4 21,63	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Товощи по сезону(огурец соленый) Товощ обращами Товощами	Сок фруктовый 200 1.00 650 3.65 4.02 33.50 Пирожки с повидлом 65 3.65 4.02 33.50 395 17.13 12.42 75.33	Поплинк	Лапшевик с творогом	300	1 00	000	20.20	84.80
Овощи по сезону(огурец свежній/огурец соленый) Горщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Тапшевик с творогом Лапшевик с творогом Лапшевик с творогом Лапшевик с творогом Овощи по сезону(огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 1.70 1.80 2.50 2.50 2.50 2.50 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728 2.86 3.728	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 обед: Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63	Пирожки с повидлом 3.65 3.65 4.02 3.30 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75 3.75	1103/4	Cor Anycrostiğ	200	1,00	0,00	22.50	7 101
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0.45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Обед: Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Дол. формаций 200 1,00 0,00 20,20	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37.28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,43 25.30 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Обед; 130 12,48 8,4 21,63 Лапшевик с творогом 200 1,00 0,00 20,20	З95 17,13 12,42 75,33 12,42 75,33		CON WE NIGHT	65	3,65	4,02	33,30	121,0
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0,10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Ризотто с овощами 200 0,52 0,18 28,86 Компот из яблок 3,66 3,58 0,43 25,30 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 обсл: 130 12,48 8,4 21,63 Папшевик с творогом 65 3,65 4,02 33,50	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0,43 25.30 Хлеб ржаной 40 2.24 0,45 18,16 Обед: 3130 12,48 8,4 21,63 Папшевик с творогом 200 1,00 0,00 20,20 Сок фруктовый 33,50 4,02 33,50	395 17,13 12,42 75,33		Пирожки с повидлом					
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1.97 5,74 Ризотто с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Ризотто с овощами 200 0.52 0.18 28.86 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 обед: 130 12,48 8,4 21,63 Пирожки с повидлюм 65 3,65 4,02 33,50	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотго с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 обед: Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Пирожки с повидлюм 65 3,65 4,02 33,50	395 17,13 12,42 75,33							
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,43 25,30 Хлеб ржаной 40 2,24 0,45 18,16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 обед; 130 12,48 8,4 21,63 Пирожки с повидлюм 65 3,65 4,02 33,50	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Овощи с каптустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризогто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Лапшевик с творогом Сок фруктовый Сок фруктовый Прожки с повидлом Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 1480 4.20 5.06 37.28 200 0.52 0.18 28.86 40 2.24 0.45 18.16 200 27.54 14.44 133.84 200 1.00 0.00 27.54 114,44 133.84 200 1.00 0.00 20.20 200 1.00 0.00 20.20 20.20 33.50	395 17,13 12,42 75,33							
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Овощи с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Лапшевик с творогом Сок фруктовый Пирожки с повидлюм Пирожки с повидлюм Овощами Овощам	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Ворщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1.97 5,74 Ризотто с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.43 25.30 Хлеб ржаной 40 2.24 0.45 18.16 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 Обед: Пирожки с творогом 200 1.00 0.00 20,20 Сок фруктовый 65 3,65 4,02 33,50 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50	395 17,13 12,42 75,33							
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба гушенная с овощами Ризотго с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Обед: Обед: Пирожки с повидлюм Овощи с капустой и картофелем Ризотго с овощами Ризотго с овощами Овежий/огурец соленый) Овежной картофелем Овежной овежной и картофелем Овежной овежно	395 17,13 12,42 75,33							
Овощи по сезону(огурец свежній/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тупленная с овощами 140 13,70 1.97 5.74 140 1300 13 100 0.52 0.18 28.86 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16 2.30 Хлеб ржаной 40 2.24 0.45 18.16 2.30 130 12.48 8.4 133.8	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1,70 Борщ с капустой и картофелем 250 2,50 6,25 16,80 Рыба гушенная с овощами 140 13,70 1,97 5,74 Ризотто с овощами 180 4,20 5,06 37,28 Компот из яблок 200 0,52 0,18 28,86 Хлеб пшеничный 40 2,24 0,43 25,30 Хлеб ржаной 970 27,54 14,44 133,84 обед: Лапшевик с творогом 130 12,48 8,4 21,63 Пирожки с повидлом 65 3,65 4,02 33,50	395 17,13 12,42 75,33							
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Обед; Обед; Папшевик с творогом Сок фруктовый Пирожки с повидлюм Пирожки с повидлюм Тама обед; Обед	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) 100 0.80 0.10 1.70 Борщ с капустой и картофелем 250 2.50 6.25 16.80 Рыба тушенная с овощами 140 13,70 1.97 5,74 Ризотто с овощами 180 4.20 5.06 37.28 Компот из яблок 200 0.52 0.18 28.86 Хлеб пшеничный 40 2.24 0.45 18.16 Хлеб ржаной 40 2.74 0.45 18.16 Изпишевик с творогом 130 12,48 8.4 21.63 Пирожки с повидлюм 65 3.65 4.02 33.50 Пирожки с повидлюм 65 3.65 4.02 33.50	373 1713 1817 100 17			305	1713	12 42	75.33	353,10
Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Борщ с капустой и картофелем Рыба гушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблюк Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Обед: Пирожки с повидлом Пирожки с повидлом 200 0.52 0.18 28.86 27.30 27.54 14,44 133,84 28.5 1713 12.42 75.33	Овощи по сезону(огурец свежий/огурец соленый) Овощи с капустой и картофелем Рыба тушенная с овощами Рыба тушенная с овощами Ризотто с овощами Компот из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Лапшевик с творогом Сок фруктовый Пирожки с повидлюм Сок фруктовый Пирожки с повидлюм Сок фруктовый Сок фрук	100			373		30.30	209 17	1242.07

Прием пиши	Наименование блюда	Вес		Пищевые		Энергети	Ne Ne
		гр	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	туры
неделя 2						(ккал)	
день 9							
Обел:	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00	55
	Суп-лапша домашняя	250	2,57	5,54	11,62	115,75	113
	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	100	14,2	11,4	13,0	213,0	454
	Капуста тушеная	180	4,50	8,28	19,26	169,20	139
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	349
	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	TTK 11
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	TTK 12
Итого за обел:		930	28,91	27,86	123,68	881,22	
						212.55	107
	Каша жилкая молочная (рисовая)	250	5,01	8,15	19,75	212,55	102
ПОЛДНИК	Кон питерское изделие (печенье промышленного производства)	25	2,80	3,15	30,03	159,58	ТТК 20
	TO THE PERSON OF	200	0,13	0,02	15,20	61,50	377
	чаи с лимоном						
		176	7 94	11.32	64,98	433,63	
Итого на поллник:		4,0	36,85	39,18	188,66	1314,85	
Итого за день:							

Прием пиши Наименование блюда Вес Бишевые Онода О		1417,55	182,65	59,89	46,41			
Прием пиши Наименование блюда Вес блюда Пипевые блюда Репекта блюда								Итого на полдник:
Прием пиши Наименование блюда Вес кипества Овергети Ове		318,79	44,21	17,29	14,09	370		
Прием пиппи Наименование блюда Вес вещества (кал.) Пипевые вещества (кал.) Пипевые вещества (кал.) Перетти (кал.								
Прием пиши Наименование блюда Вес блюда Пипевые с блюда Регента (кая) Регента (ка								
11рием пиши Вес вещества Пищевые вещества Овещение блюда Ветки Жиры Углеводы Рецен 2 Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) 100 1.18 3.20 8.88 69.13 100.13 1.18 3.20 2.88 69.13 69.13 250 6.00 7.50 2.750 20.50 3.53 10.40 111.40 33.53 13.40					,	100	Кофейный напиток с молоком	
Прием пиши Наименование блюда Бес блюда Бес блюда Пишевые блюда Рецектва рецента	379	118,69	19.71	3.19	2.79	200	Colphina Co chetamban cojeca acces	
11рием пиции Наименование блюда Вес блюда Пишевые блюда Оведиства Рергети ческая реце № 0 12 Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) 100 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 190.1 1.18 3.20 8.88 69.13 190.1 190.1 190.1 190.1 190.1 190.1 190.1 190.1 190.1 19	219	200,1	24,50	14,10	11,30	170	Стрияти со сметанным соусом 150/20	
11 рием пиши Наименование блюда Вес блюда Пишевые вещества (еская) Энергети ческая реше № 0 Салат "Витаминный" (яблоко свежсе, капуста, морковь) 100 1.18 3.20 8.88 69,13 100 1.18 3.20 8.88 69,13 100 1.18 1.50 2.7.50 201.50								LIOSELHAR
11рием пиши Вес плода Пишевые блюда Пишевые претети вещества № текжи реце претети								
11рием пищи Вес опода Пищевые облюда Пищевые облюда Регети облюда Ме облюда Вестиват Пищевые облюда Регети облюда Ме облюда Регети облюда Ме облюда Регети облюда Регети облюда Ме облюда Регети облюда		1098,76	138,44	42,60	32,32	1140		Итого за обед;
11рием пиши Наименование блюда Вес блюда Пишевые вещества Энергети ческая ческая реце Реце 12 Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) 100 1,18 3,20 8,88 69,13 гурь Суп картофельный с бобовыми 250 6,00 7,50 27,50 201,50 201,50 40рикадельки из кур 200 0,68 6,61 29,23 179,17 40руктовый чай (с яблоком) 200 0,60 0,40 10,40 61,80 25,30 133,94 25,30 133,94 25,0 2,8 0,56 22,7 101,04 10,04 10,04 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,40 10,04	386/1	114,40	8,21	6,40	6,00	200	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	
11рием пиши Наименование блюда Вес блюда Пищевые блюда Регети неская реше гра блюда За реше гра не гра гра не гра гра не гра гра не гра	TTK 12	101,04	22,7	0,56	2,8	50	Хлеб ржаной	
11 рием пищи Наименование блюда Вес блюда Пишевые вещества ческая рецеп тры секая № 12 салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковы Суп картофельный с бобовыми 100 1,18 3,20 8,88 69,13 Суп картофельный с бобовыми 250 6,00 7,50 27,50 201,50 Фрикадельки из кур Макароны отварные с овощами 180 0,68 6,61 29,23 179,17 Фруктовый чай (с яблоком) 200 0,60 0,40 10,40 61,80 ТП	TTK 11	133,94	25,30	0,43	3,58	60	Хлеб пшеничный	
Наименование блюда Вес блюда Пишевые мещества блюда Вешества мещества мещества мещества мещества мещества мещесть мещесть мещесть мещесть мещесть мещесть мещества мещесть мещества мещ	TTK 17	61,80	10,40	0,40	0,60	200	Фруктовый чай (с яблоком)	
Нрием пищи Наименование блюда Вес блюда Пишевые блюда Энергети секая решеп Ме меность туры 12 гр Белки Жиры Углеводы (ккал) пенность туры 0 Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) 100 1,18 3,20 8,88 69,13 Суп картофельный с бобовыми 250 6,00 7,50 27,50 201,50 Фрикадельки из кур 40 11,48 17,50 6,22 237,77	205	179,17	29,23	6,61	0,68	180	Макароны отварные с овощами	
Прием пищи Наименование блюда Вес блюда Пишевые денества Унергети № 12 Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) 100 1,18 3,20 8,88 69,13 Суп картофельный с бобовыми Суп картофельный с бобовыми 250 6,00 7,50 27,50 201,50	297	237,77	6,22	17,50	11,48	100	Фрикадельки из кур	
Прием пищи Наименование блюда Вес блюда Пищевые блюда Энергети блюда № 12 гр Белки Жиры Углеводы (ккал) ценность туры 0 Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) 100 1,18 3,20 8,88 69,13	102	201,50	27,50	7,50	6,00	250	Суп картофельный с бобовыми	
Прием пищи Наименование блюда Вес блюда Пишевые ческая ческая пр белки Жиры Углеводы ценность (ккал) 12 </td <td>49</td> <td>69,13</td> <td>8,88</td> <td>3,20</td> <td>1,18</td> <td>100</td> <td>Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)</td> <td>Обед:</td>	49	69,13	8,88	3,20	1,18	100	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	Обед:
Наименование блюда Вес Пищевые Энергети блюда гр Белки Жиры Углеволы ценность (ккал)								Ossi
Наименование блюда Вес Пишевые Энергети блюда гр Белки Жиры Углеводы (ккал)								день 10
Наименование блюда Вес блюда Пишевые вещества Энергети ческая гр Белки Жиры Углеводы ценность		(ккал)						неделя 2
Наименование блюда Вес Пишевые Энергети блюда вещества ческая	туры	ценность	Углеводы	Жиры	Белки	Гþ		
Наименование блюда Вес Пищевые Энергети	рецеп	ческая		вещества		блюда		
	No	Энергети	19	Пишевы		Bec		
							Наимонования	прием пищи

Возрастная категория: 12 лет и старше

Присм пиши	Наименование блюда	Вес блюда гр	Белки	Пищевые вещества Жиры	Пишевые вещества Жиры Углеволы	унергети ческая ценность
		ъ	Белки	Жиры	Углеводы	=
неделя 2						
лень 11		100	1 43	417	7.00	71,17
0661	Салат из квашенной капусты		2,72	7 20	14 74	141.8
	Странованный с кленками	250	2,3	2,00	2 44.7	3
	Cyll nap to open british a retection in	100	7,93	6,58	9,41	128,58
	Фишболы	180	3,48	6,48	32,64	220,79
	Каша рисовая с морковью	200	1.00	0,00	20,20	84,80
	Сок фруктовый	60	3.58	0,43	25,30	133,94
	Хлеб пшеничный	40	2.24	0,45	18,16	80,83
	Хлеб ржаной					
		930	22,14	20,49	127,45	861,91
Wrong as obel:						3
or o service		250	5,03	6,41	12.07	201,8/
	Каша молочная (гречневая)	50	5,80	8,30	14,83	129,8
ПОСТИВЬ	Бутерброд с сыром 30/5/15	200	0,07	0,02	15,00	60,40
	Чай черный с сахаром					
				1173	11.90	392,13
		300	10,50	1 2 2	169 35	1254.04
			33,04	500		

Среднее значение за	Итого за день:	Итого на полдник:			T. C. C. C.	Потлик	Птого за ооел;								Ooca:	Jens	неделя 2				Прием пиши
				Компот из яблок	Каша "Дружба" молочная				Фрукты свежие (яблоко кубанское)	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Кисель из сока плодового	Картофельное пюре	Гуляш из говядины	Щи из квашенной капусты	Салат из свеклы с огурцами солеными					Наименование блюда
		1520	150		200	250		1070	120	40	90	200	180	120	250	100			ф	блюда	Bec
	45,21	47,27017	8 77		0,52	8.25		38,50	1,80	2,24	3,30	0,51	3,72	24	1,69	1,17			Белки		
	49,96	47,27017 49,5192	10.59		0,18	10,41		38,93	1,00	1,45	0,40	0,00	5,82	23,4	5,36	1,67			Жиры	вещества	Пишевые
	196,21	222,55	72,72		28,86	43,86		147,00	1/0 83	25 20	18 16	25,70	20 40	3,96	8,70	4,33			Жиры Углеводы		
	1409,86	1421,988	330,49		119,10	211,39			1091 50	115.20	80.83	133.94	158.84	0,406	89,75	37,00		(ккал)	ценность	ческая	Энергети
					210	84				338	TTK 12	TTK 11	358	128	327	92	\$		i Apo	рецен	No.

итература I Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / по редакцией В.А. Тутельяна и М.П. Могомльного 2017 г

3 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций/под редакцией Г.Г. Онищенко и В.А. Туельяна Москва 2022 Издатель Научный центр здоровья детей, 2022

Лаврихина Н А

²²⁴c, Кн. 2 Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, макро- и микроэлементов, органических кислот питания населения"

^{6.}СанПин 2.3/2.4.3590-20"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

⁷ МР 2 4 0179-20 "рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций"

beroka HO.C. Миректор ООО «ВАША СЕРВИСНАЯ КОМПАНИЯ»

печатью 13 (пирименециямия) листов

Прошито, пронумеровано и скреплено

Подпись