

Согласовано:

Директор Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат
для учащихся, воспитанников с
ограниченными возможностями
здоровья Чайковского городского
округа»
МБОУ СКОШИ ЧГО

Е.М. Вахрушева 
«08»  2023 г. 


Утверждаю:

Директор ООО «Школьное
питание»

С.А. Огородников 
«14»  2023 г. 


Примерное десяти дневное меню

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная общеобразовательная школа-интернат для
учащихся, воспитанников с ограниченными возможностями
здоровья Чайковского городского округа»**

(7-11 лет), (12-18 лет)

"Утверждаю"



Директор

ОВД11 Дети 7-11 лет

Огородников С.А.

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
бутиерброд с маслом 30/20 с7- 10	1	50	2,48	14,74	15,04	202,90	0,13		90,00	0,26	42,30	44,70	12,40	1,28
Каша геркулесовая вязкая 150	212	150	6,87	11,29	29,50	246,83	0,18	0,83	63,15	0,71	123,22	185,49	54,74	1,32
Кофейный напиток 180	464,02	180	1,55	1,13	12,55	66,45	0,03	0,45	9,90	0,07	61,94	53,26	13,11	0,17
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Завтрак		520	11,45	27,72	70,80	581,98	0,38	15,28	170,05	1,31	249,85	298,86	92,85	3,62
Обед														
Каша гречневая рассыпчатая 150	202	150	5,46	5,25	30,24	190,02	0,24		27,00	0,06	41,39	135,90	91,28	3,64
Компот из смеси сухофруктов 200	495	200	0,64		22,92	94,24	0,02		116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Котлета мясная сочная в панировке 90	347	90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54
Салат из свежей капусты с растит. маслом ДДИ 70	8,43	70	1,26	0,84	4,29	29,82	0,02	31,50	2,10	0,38	36,20	21,71	11,35	0,44
Суп крестьянский с крупой 200/10	174,03	200	2,07	4,25	11,13	91,88	0,04	19,05	83,76	1,01	35,17	58,96	17,13	0,62
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		800	34,77	22,48	109,58	780,21	4,48	50,55	229,46	4,98	263,80	540,38	206,29	8,85

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	46,23	50,20	180,38	1 362,19
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	42,724								
Обед	57,276	4,86	65,83	399,51	6,29	513,65	839,24	299,14	12,46

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю

Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Каша гречневая рассыпчатая 150	202	150	5,46	5,25	30,24	190,02	0,24		27,00	0,06	41,39	135,90	91,28	3,64	
Компот из смеси сухофруктов 200	495	200	0,64		22,92	94,24	0,02		116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67	
Котлета мясная сочная в панировке 90	347	90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54	
Салат из свежей капусты с растит. маслом ДДИ 70	8,43	70	1,26	0,84	4,29	29,82	0,02	31,50	2,10	0,38	36,20	21,71	11,35	0,44	
Суп крестьянский с крупой 200/10	174,03	200	2,07	4,25	11,13	91,88	0,04	19,05	83,76	1,01	35,17	58,96	17,13	0,62	
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80	
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13	
Итого за Обед		800	34,77	22,48	109,58	780,21	4,48	50,55	229,46	4,98	263,80	540,38	206,29	8,85	

Полдник															
Булочка "Веснушка" 50гр.	234,39	50	3,88	5,18	26,71	172,15	0,05	0,13	16,73	2,11	28,81	57,21	9,53	0,67	
Какао с сахаром 200мл	1 030	200	1,21	0,88	21,40	98,65	0,01		0,15	0,02	6,80	32,75	21,25	1,16	
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84	
Итого за Полдник		390	5,65	6,61	61,83	336,60	0,10	14,13	23,88	2,41	58,01	105,36	43,38	2,67	

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	40,42	29,09	171,40	1 116,81
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	69,861								
Полдник	30,139	4,58	64,68	253,34	7,39	321,81	645,75	249,68	11,52

Заведующая производством

 Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор ОВД11 Детей 7-11 лет  Огородников С.А.

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
бутиерброд с маслом 30/90 с7- 10	1	50	2,48	14,74	15,04	202,90	0,13		90,00	0,26	42,30	44,70	12,40	1,28
Суп молочный с геркулесом 230гр.	121	230	5,26	5,01	16,84	133,13	0,11	1,15	33,40	0,35	152,45	149,31	35,24	0,63
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Завтрак		500	14,80	26,04	44,30	470,41	0,26	1,75	170,70	0,70	466,83	355,25	70,58	3,03

Обед														
Котлеты из кур паровые 90	2,3	90шт.	13,98	9,77	8,24	226,81				0,88		0,04		
Макаронные изделия отварные 150	256	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60	26	60	0,86	3,65	5,07	56,20	0,02	5,76	1,15	1,61	21,31	24,84	12,67	0,81
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 30 г	13,5	30	1,98	0,33	12,30	60,00	0,13			0,10	21,90	37,50	12,00	0,85
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200гр.	104	200	1,68	5,12	7,51	83,84	0,04	20,45	106,09	0,19	48,44	41,37	18,10	0,65
Итого за Обед		760	27,47	24,63	113,43	837,70	0,50	29,81	137,41	3,12	187,11	227,23	79,24	7,32

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	42,27	50,67	157,72	1 308,10
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	35,961								
Обед	64,039	0,76	31,56	308,11	3,82	653,94	582,48	149,82	10,36

Заведующая производством  Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра  Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  Отделение С.А.
ОВД11 Дети 7-11 лет



Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Котлеты из кур паровые 90	2,3	90шт.	13,98	9,77	8,24	226,81				0,88		0,04		
Макаронные изделия отварные 150	256	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60	26	60	0,86	3,65	5,07	56,20	0,02	5,76	1,15	1,61	21,31	24,84	12,67	0,81
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 30 г	13,5	30	1,98	0,33	12,30	60,00	0,13			0,10	21,90	37,50	12,00	0,85
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200гр.	104	200	1,68	5,12	7,51	83,84	0,04	20,45	106,09	0,19	48,44	41,37	18,10	0,65
Итого за Обед		760	27,47	24,63	113,43	837,70	0,50	29,81	137,41	3,12	187,11	227,23	79,24	7,32

Полдник														
Варенье 20гр.	814	20			11,00	44,00	0,00		0,60	0,06	2,00	2,00	1,40	0,18
Запеканка морковная с творогом 150	280	150шт.	13,43	8,76	28,11	252,44	0,12	5,09	829,18	1,92	190,18	230,93	56,71	1,26
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Полдник		370	15,13	10,01	51,53	364,02	0,14	5,69	841,28	2,03	264,26	286,17	71,05	2,34

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	42,60	34,65	164,95	1 201,71
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	69,709								
Полдник	30,291	0,64	35,50	978,70	5,14	451,37	513,40	150,29	9,67

Заведующая производством  Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра  Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор
ОВД11 Дети 7-11 лет Островников С.А.

Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Плов из отварной птицы 50/150		375	200	13,49	20,74	40,46	402,55	0,10	2,63	100,21	5,66	28,37	181,37	43,37	1,61
Салат морковный с раст. маслом 60*		67,1	60	0,55	2,54	4,00	45,53	0,04	2,95	492,65	1,45	30,09	32,50	22,42	0,41
Суп гороховый со сметаной 200г		127	200	6,51	3,47	17,99	129,78	0,28	4,82	73,46	0,95	35,68	84,04	33,16	2,24
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г		13,5	40	2,84	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Чай с вареньем 180		459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
Итого за Обед			730	27,17	27,59	113,41	815,93	0,79	10,49	667,30	8,34	200,36	421,63	142,51	8,09

Полдник															
Булочка школьная 50		428	50 шт.	4,04	1,67	32,59	169,06	0,07		5,27	0,71	10,92	37,17	7,09	0,53
компот*			200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Полдник			390	4,92	2,23	62,77	301,98	0,12	14,00	70,57	1,54	49,52	67,17	30,19	1,72

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
	32,09	29,81	176,18	1 117,91
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы								
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Обед	72,987													
Полдник	27,013	0,91	24,49	737,87	9,88	249,88	488,80	172,70	9,81					

Заведующая производством _____ Жилина Ольга Геннадьевна
 Д-ет. сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю

Директор
ОВД11 Дети 7-11 лет
Черепанцев С.А.

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Масло сливочное 20 гр.	79	20шт.	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Суп молочный с макаронными изделиями 200гр.	140	200	5,82	5,11	19,73	148,24	0,08	1,40	39,80	0,16	178,51	140,52	23,03	0,38
Хлеб пшеничный 50гр.	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Яйцо варёное.	267	40 шт.	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
Итого за Завтрак		510	16,52	25,86	57,31	528,24	0,34	2,00	246,34	0,75	339,89	350,27	61,37	4,28

Обед

Котлеты рыбные 90	307	90шт.	13,40	4,51	13,51	147,07	2,35	0,23	9,90	1,12	78,48	164,16	30,10	0,99
Овощи тушеные 150г	340,1	150	2,42	7,75	9,58	121,16	0,07	31,48	359,33	3,30	61,65	62,06	30,92	0,89
Рассольник Ленинградский со сметаной 200	100	200	1,95	6,32	14,00	121,49	0,06	13,45	81,15	1,88	31,87	56,34	23,43	0,78
Салат из свежих огурцов, капусты с растительным маслом 60	8,52	60	0,75	2,29	1,99	31,30	0,02	16,69	3,75	1,03	19,79	18,08	8,93	0,33
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		770	24,97	21,70	98,98	694,11	2,90	65,44	454,15	7,73	296,10	427,74	137,08	8,43

Коп-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	41,49	47,56	156,29	1 222,35
Мин.предел				

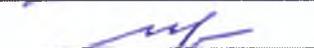
	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	43,215								
Обед	56,785	3,24	67,44	700,49	8,48	635,99	778,01	198,45	12,71

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор Спироданов С.А.
 ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Котлеты рыбные 30	307	90шт.	13,40	4,51	13,51	147,07	2,35	0,23	9,90	1,12	78,48	164,16	30,10	0,99
Овощи тушеные 150г	340,1	150	2,42	7,75	9,58	121,16	0,07	31,48	359,33	3,30	61,65	62,06	30,92	0,89
Рассольник Ленинградский со сметаной 200	100	200	1,95	6,32	14,00	121,49	0,06	13,45	81,15	1,88	31,87	56,34	23,43	0,78
Салат из свежих огурцов, капусты с растительным маслом 60	8,52	60	0,75	2,29	1,99	31,30	0,02	16,69	3,75	1,03	19,79	18,08	8,93	0,33
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		770	24,97	21,70	98,98	694,11	2,90	65,44	454,15	7,73	296,10	427,74	137,08	8,43

Полдник														
Омлет с зелёным горошком 150	269	150шт.	10,25	13,36	5,20	181,52	0,10	0,60	196,64	1,35	115,48	202,34	21,97	1,80
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Полдник		350	11,95	14,61	17,62	249,10	0,12	1,20	208,14	1,40	187,56	255,59	34,91	2,70

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	36,92	36,30	116,59	943,21
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	73,59								
Полдник	26,41	3,02	66,64	662,29	9,14	483,66	683,33	171,99	11,13

Заведующая производством Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждено

Директор
Огородников С.А.

Меню

пятница

ОВД11 Дети 7-11 лет

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша пшеничная молочная с сахаром 150гр.		5 714	150	6,79	5,72	32,08	209,33	0,26	0,75	33,38	0,13	101,10	156,00	41,64	1,11
Сыр порционный 20гр.			20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г		13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Чай с лимоном 200/10/7		459	200	0,42	0,01	10,13	43,53	0,00	2,98	0,64	0,01	17,21	9,83	7,30	0,94
Итого за Завтрак		540	15,40	11,57	70,69	455,95	0,43	17,73	76,82	0,52	378,21	327,93	83,85	4,18	

Обед															
Компот из смеси сухофруктов 180		495	180	0,58		20,63	84,82	0,02		104,94	0,99	37,20	26,29	20,73	0,60
Пюре из гороха 150		388	150	15,81	1,51	36,90	224,40	0,68		0,68		78,35	170,18	68,07	5,31
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60		26	60	0,86	3,85	5,07	56,20	0,02	5,76	1,15	1,61	21,31	24,84	12,67	0,81
Суп картофельный с макаронными изделиями 200		116	200	2,19	2,35	16,73	97,68	0,07	13,20	65,14	0,94	26,10	50,77	20,92	0,80
Фрикадельки нежные паровые 90			90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г		13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		770	44,78	19,65	120,33	837,34	4,94	18,96	171,91	5,96	272,67	568,68	185,89	10,99	

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	60,19	31,22	191,02	1 293,30
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	35,255								
Обед	64,745	5,38	36,69	248,73	6,49	650,88	894,61	269,74	15,17

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД11 Дети 7-11лет
Огородников С.А.

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Какао с молоком 180		180	3,23	2,64	13,84	91,91	0,04	0,90	19,87	0,10	115,25	95,41	22,90	0,60
Суп молочный с рисом 200гр.	54,18	200	5,27	5,10	18,86	141,99	0,07	1,40	39,80	0,18	173,52	149,10	27,78	0,31
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г	13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Итого за Завтрак		570	16,70	13,58	61,18	437,00	0,27	16,30	102,47	0,66	548,66	406,61	85,57	3,05

Обед

Капуста свежая тушёная с куриным фаршем 200г	231	200	14,98	18,19	12,62	274,50	0,07	88,71	72,09	5,28	101,74	72,53	36,00	1,36
Морковь отварная с растительным маслом 60	612	60	0,57	3,04	4,15	50,87	0,04	3,06	511,02	1,68	31,21	33,72	23,26	0,43
Уха с рисом 200	122	200	5,42	1,95	13,11	91,90	0,08	10,90	9,01	0,11	32,39	103,54	30,90	0,85
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Чай с вареньем 200	458	200	0,20		11,07	45,08	0,00	0,10	1,10	0,06	16,13	10,25	7,84	1,00
Итого за Обед		770	28,93	24,24	90,15	699,85	0,66	102,77	593,23	7,42	287,77	359,54	142,50	7,14

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	45,63	37,81	151,33	1 136,85
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	38,439								
Обед	61,561	0,93	119,07	695,69	8,08	836,44	766,15	228,07	10,19

Заведующая
производством

 Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор
ОВД11 **Дети 7-11 лет**
Свердловский С.А.

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Капуста свежая тушеная с куриным фаршем 200г	231	200	14,98	18,19	12,62	274,50	0,07	88,71	72,09	5,28	101,74	72,53	36,00	1,36	
Морковь отварная с растительным маслом 60	612	60	0,57	3,04	4,15	50,87	0,04	3,06	511,02	1,68	31,21	33,72	23,26	0,43	
Уха с рисом 200	122	200	5,42	1,95	13,11	91,90	0,08	10,90	9,01	0,11	32,39	103,54	30,90	0,85	
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80	
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70	
Чай с вареньем 200	458	200	0,20		11,07	45,08	0,00	0,10	1,10	0,06	16,13	10,25	7,84	1,00	
Итого за Обед		770	28,93	24,24	90,15	699,85	0,66	102,77	593,23	7,42	287,77	359,54	142,50	7,14	

Полдник															
Булочка 50	800	50шт.	4,14	6,78	30,85	206,59	0,06	0,14	10,35	2,99	24,61	51,63	8,17	0,53	
Какао с молоком 200мл.	711	200	3,97	3,20	25,82	147,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04	
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84	
Итого за Полдник		390	8,67	10,54	70,39	420,31	0,15	15,14	39,47	3,39	172,53	183,23	51,77	2,41	

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	37,59	34,78	160,54	1 120,17
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	62,478								
Полдник	37,522	0,81	117,91	632,69	10,81	460,30	542,76	194,27	9,56

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Каша пшеничная молочная жидкая 200гр.	233	200	5,63	6,20	25,30	179,80	0,17	0,90	42,30	0,59	116,36	151,50	13,60	1,32
Кофейный напиток 200	464	200	1,72	1,25	13,91	73,70	0,03	0,50	11,00	0,07	68,79	58,92	14,46	0,19
Масло сливочное 20	79	20шт.	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Хлеб пшеничный 50гр.	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Яйцо варёное.	267	40 шт.	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
Итого за Завтрак		510	16,34	26,95	64,37	565,92	0,43	1,40	248,34	1,20	274,45	366,93	53,45	4,51

Обед														
Каша перловая рассыпчатая 150	402	150	4,46	7,33	31,32	209,03	0,06		42,30	0,10	20,08	154,31	18,81	0,86
Котлеты рыбные 90	307	90шт.	13,40	4,51	13,51	147,07	2,35	0,23	9,90	1,12	78,48	164,16	30,10	0,99
Салат из огурцов и помидор с растительным маслом 60г.	55,1	60	0,45	4,29	1,33	45,85	0,02	10,67	16,43	2,05	8,47	15,47	9,85	0,41
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Суп гороховый со сметаной 200гр.	127	200	6,51	3,47	17,99	129,78	0,28	4,82	73,46	0,95	35,68	84,04	33,16	2,24
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		770	31,26	20,43	124,05	804,82	3,10	19,31	142,10	4,64	247,01	545,08	135,61	9,95

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	47,60	47,38	188,42	1 370,74
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	41,286								
Обед	58,714	3,53	20,71	390,44	5,84	521,46	912,00	189,06	14,46

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД11 Дети 7-11лет
Отгородников С.А.

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Каша перловая рассыпчатая 150	402	150	4,46	7,33	31,32	209,03	0,06		42,30	0,10	20,08	154,31	18,81	0,86	
Котлеты рыбные 90	307	90шт.	13,40	4,51	13,51	147,07	2,35	0,23	9,90	1,12	78,48	164,16	30,10	0,99	
Салат из огурцов и помидор с растительным маслом 60г.	55,1	60	0,45	4,29	1,33	45,85	0,02	10,67	16,43	2,05	8,47	15,47	9,85	0,41	
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	
Суп гороховый со сметаной 200гр.	127	200	6,51	3,47	17,99	129,78	0,28	4,82	73,46	0,95	35,68	84,04	33,16	2,24	
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80	
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13	
Итого за Обед		770	31,26	20,43	124,05	804,82	3,10	19,31	142,10	4,64	247,01	545,08	135,61	9,95	

Полдник															
Картофель печеный 200г	7,15	200	3,90	4,78	31,79	185,71	0,16	39,00	0,04	1,78	20,97	113,18	44,94	1,77	
Соус сметанный 30гр.	330	30	0,41	1,53	1,95	23,87	0,01	0,04	12,00	0,06	7,88	6,48	1,19	0,04	
Чай с вареньем 180	459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90	
Итого за Полдник		410	4,49	6,31	43,70	250,15	0,17	39,13	13,03	1,90	43,37	128,88	53,19	2,71	

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	35,75	26,74	167,75	1 054,97
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	76,288								
Полдник	23,712	3,26	58,44	155,13	6,53	290,38	673,96	188,80	12,66

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор
ОВД11 **Дети 7-11 лет** Огородников С.А.

Меню

среда 2

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Омлет натуральный 150г		268	150шт.	13,28	17,66	3,42	225,34	0,09	0,58	275,03	1,67	125,18	251,16	19,39	2,40
Сыр порционный 20гр.			20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г		13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Чай с сахаром 180г			180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,09	0,45		12,83	7,42	5,76	0,78
Итого за Завтрак			520	21,66	23,50	45,46	483,42	0,26	14,67	318,28	2,05	397,90	420,68	60,05	5,32
Обед															
компот*			200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Макаронные изделия отварные 150		256	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Салат из свежей капусты с растит. маслом ДДИ 70		8,43	70	1,26	0,84	4,29	29,82	0,02	31,50	2,10	0,38	36,20	21,71	11,35	0,44
Суп из овощей со сметаной 200гр.		117	200	1,71	6,24	9,20	100,37	0,06	16,45	83,23	1,87	40,59	46,94	19,77	0,68
Фрикадельки нежные паровые 90			90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано-пшеничный 40 г		13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед			800	33,80	24,58	107,76	789,32	4,33	47,95	173,78	5,30	223,05	424,23	113,89	5,65

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	55,46	48,08	153,23	1 272,73
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	37,982								
Обед	62,018	4,59	62,62	492,06	7,35	620,95	844,91	173,94	10,97

Заведующая производством Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждено"

Директор
ОВД11 Дети 7-11 лет



Меню

среда 2

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Макаронные изделия отварные 150г	256	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Салат из свежей капусты с растит. маслом ДДИ 70	8,43	70	1,26	0,84	4,29	29,82	0,02	31,50	2,10	0,38	36,20	21,71	11,35	0,44
Суп из овощей со сметаной 200гр.	117	200	1,71	6,24	9,20	100,37	0,06	16,45	83,23	1,87	40,59	46,94	19,77	0,68
Фрикадельки нежные паровые 90		90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		800	33,80	24,58	107,76	789,32	4,33	47,95	173,78	5,30	223,05	424,23	113,89	5,65

Полдник														
Булочка с изюмом	800	50шт.	6,94	9,56	61,45	368,14	0,11		13,13	4,45	23,42	83,41	15,67	1,24
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Чай с сахаром 200	457	200	0,20		10,07	41,08	0,00	0,10	0,50		14,33	8,25	6,44	0,85
Итого за Полдник		390	7,70	10,12	85,24	475,02	0,15	14,10	20,63	4,73	60,15	107,06	34,71	2,93

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	41,50	34,70	193,00	1 264,33
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	62,43								
Полдник	37,57	4,48	62,05	194,41	10,03	283,19	531,29	148,60	8,58

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор Огородников С.А.
 ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
бутерброд с маслом 30/20 с7- 10	1	50	2,48	14,74	15,04	202,90	0,13		90,00	0,26	42,30	44,70	12,40	1,28
Какао с молоком 200гр	711	200	3,97	3,20	25,82	147,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром 200гр	460	200	5,57	5,60	38,43	226,13	0,07	0,85	37,62	0,19	106,61	141,60	33,19	0,53
Хлеб пшеничный 50гр.	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Завтрак		500	15,82	23,94	103,89	694,45	0,44	1,85	149,74	0,65	336,93	367,00	97,09	4,65
Обед														
Картофель отварной с луком 150	153	150	3,25	7,11	25,21	177,77	0,13	30,91	0,03	2,88	29,30	101,11	36,74	1,56
Огурцы свежие 60гр.	514	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	6,00	6,00	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
Рыба, тушеная в томате с овощами 100	299	100	10,34	3,45	6,23	98,96	0,09	2,08	177,86	1,61	48,60	167,81	44,76	0,91
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Суп геркулесовый 200г	136	200	1,91	2,51	13,62	85,34	0,08	13,20	66,81	1,00	14,64	57,00	23,12	0,80
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		800	23,68	14,19	114,30	681,77	0,79	55,79	250,71	6,03	221,64	496,02	164,72	9,59

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	39,50	38,13	218,19	1 376,22
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	50,461								
Обед	49,539	1,24	57,64	400,46	6,68	558,58	863,02	261,81	14,24

Заведующая производством _____ Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждено

Директор
ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

четверг

2

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Картофель отварной с луком 150		153	150	3,25	7,11	25,21	177,77	0,13	30,91	0,03	2,88	29,30	101,11	36,74	1,56
Огурцы свежие 60г		514	60	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	6,00	6,00	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
Рыба, тушеная в томате с овощами 100		299	100	10,34	3,45	6,23	98,96	0,09	2,08	177,86	1,61	48,60	167,81	44,76	0,91
Сок фруктовый 180мл.		501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Суп геркулесовый 200г		136	200	1,91	2,51	13,62	85,34	0,08	13,20	66,81	1,00	14,64	57,00	23,12	0,80
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед			800	23,68	14,19	114,30	681,77	0,79	55,79	250,71	6,03	221,64	496,02	164,72	9,59

Полдник															
Джем.		814	30	0,12		19,50	75,00					4,20	2,70	2,10	0,39
Запеканка манная 200		241	200 шт.	6,31	4,08	43,75	238,69	0,07	0,02	24,26	1,63	31,42	62,77	12,82	0,66
Какао с молоком 200мл		711	200	3,97	3,20	25,82	147,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Итого за Полдник			430	10,40	7,28	89,07	461,61	0,11	1,02	46,38	1,74	161,14	181,67	45,92	2,09

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	34,09	21,47	203,37	1 143,38
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	59,628								
Полдник	40,372	0,91	56,81	297,09	7,76	382,78	677,69	210,64	11,68

Заведующая производством _____ Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор
ОВД11 **Дети 7-14 лет** **Стородников С.А.**

Меню

пятница

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша манная молочная жидкая 150гр.		227	150	4,96	4,94	24,40	162,81	0,06	0,80	34,37	0,46	106,12	92,31	16,00	0,35
Сыр порционный 20гр.			20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 50гр.		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Чай с сахаром 180г			180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,09	0,45		12,83	7,42	5,76	0,78
Итого за Завтрак			540	14,86	10,94	76,29	467,88	0,32	14,89	77,62	0,88	403,84	287,63	64,86	3,99

Обед															
Каша гречневая рас. с мясом и овощами 200г компот*			200	17,71	18,09	42,98	406,81	0,34	4,52	211,72	3,73	68,57	205,26	129,86	5,05
Рассольник Ленинградский со сметаной 200		100	200	0,32	6,32	16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Салат картофельный с растительным маслом 60гр.		35,02	60	1,95	3,22	14,00	121,49	0,06	13,45	81,15	1,88	31,87	56,34	23,43	0,78
Хлеб пшеничный 50г			13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г			13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26		0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед			770	28,89	28,68	131,68	902,57	0,92	29,07	351,18	7,77	231,88	450,91	221,35	10,21

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	43,76	39,62	207,97	1 370,46
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	34,141								
Обед	65,859	1,24	43,95	428,79	8,65	635,72	738,54	286,21	14,20

Заведующая производством _____ Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Бутерброд с маслом 50/20 с11-17		1,01	70	4,00	14,90	24,88	249,90	0,21		90,00	0,30	67,30	70,50	20,60	2,00
Каша геркулесовая вязкая 200 гр.		212	200	9,12	12,64	39,35	307,30	0,24	1,10	69,20	0,91	163,49	246,32	72,97	1,76
Кофейный напиток 180		464,02	180	1,55	1,13	12,55	66,45	0,03	0,45	9,90	0,07	61,94	53,26	13,11	0,17
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Завтрак			590	15,23	29,23	90,50	689,45	0,52	15,55	176,10	1,56	315,13	385,49	119,28	4,77

Обед															
Каша гречневая рассыпчатая		327	200	11,21	6,57	62,33	353,32	0,49		29,25	0,07	66,59	278,79	185,83	7,45
Компот из смеси сухофруктов 200		495	200	0,64		22,92	94,24	0,02		116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Котлета мясная сочная в панировке		347	100шт.	21,00	12,99		200,34	4,20			2,64	20,00	200,12	30,00	0,60
Салат из свежей капусты с растительным маслом 100		8,1	100	1,80	3,60	6,10	63,83	0,03	45,00	3,00	1,60	51,71	31,07	16,22	0,63
Суп крестьянский с крупой 250/10		174,01	250	2,53	4,82	13,83	109,70	0,06	23,80	100,71	1,25	41,82	72,20	21,21	0,77
Хлеб пшеничный 50г		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед			960	44,94	29,04	154,38	1 058,92	5,26	68,80	249,56	6,95	327,75	750,89	320,79	13,62

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	60,17	58,26	244,88	1 748,37
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	39,434								
Обед	60,566	5,78	84,35	425,66	8,51	642,87	1 136,37	440,07	18,39

Заведующая производством Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор _____ Организация С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Каша гречневая рассыпчатая		327	200	11,21	6,57	62,33	353,32	0,49		29,25	0,07	66,59	278,79	185,83	7,45
Компот из смеси сушеных фруктов 200		495	200	0,64		22,92	94,24	0,02		116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Котлета мясная сочная в панировке		347	100шт.	21,00	12,99		200,34	4,20			2,64	20,00	200,12	30,00	0,60
Салат из свежей капусты с растительным маслом 100		8,1	100	1,80	3,60	6,10	63,83	0,03	45,00	3,00	1,60	51,71	31,07	16,22	0,63
Суп крестьянский с крупой 250/10		174,01	250	2,53	4,82	13,83	109,70	0,06	23,80	100,71	1,25	41,82	72,20	21,21	0,77
Хлеб пшеничный 50г		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед			960	44,94	29,04	154,38	1 058,92	5,26	68,80	249,56	6,95	327,75	750,89	320,79	13,62

Полдник															
Булочка "Васнушка" 50гр.		234,39	50	3,88	5,18	26,71	172,15	0,05	0,13	16,73	2,11	28,81	57,21	9,53	0,67
Какао с сахаром 200мл		1 030	200	1,21	0,88	21,40	98,65	0,01		0,15	0,02	6,80	32,75	21,25	1,16
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Полдник			390	5,65	6,61	61,83	336,60	0,10	14,13	23,88	2,41	58,01	105,36	43,38	2,67

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
50,59	35,65	216,21	1 395,52	
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	75,88								
Полдник	24,12	5,36	82,93	273,43	9,36	385,76	856,25	364,18	16,29

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет
Огородников С.А.

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
бутерброд с маслом 50/20 с11-17		1,01	70	4,00	14,90	24,88	249,90	0,21		90,00	0,30	67,30	70,50	20,60	2,00
Суп молочный с геркулесом 280гр.		121	280	6,41	6,10	20,50	162,12	0,13	1,40	40,70	0,43	185,72	181,77	42,91	0,77
Сыр порционный 20гр.			20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с молоком 200		460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Завтрак			570	17,47	27,29	57,80	548,40	0,36	2,00	178,00	0,82	525,10	413,51	86,45	3,89
Обед															
Котлеты из кур паровые		2,3	100шт.	15,53	10,63	9,15	250,03				0,88		0,04		
Макаронные изделия отварные 180		256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100		26	100	1,44	6,09	8,45	93,66	0,03	9,60	1,92	2,68	35,52	41,40	21,12	1,34
Сок фруктовый 180мл.		501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 30 г		13,5	30	1,98	0,33	12,30	60,00	0,13			0,10	21,90	37,50	12,00	0,85
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250гр.		104	250	2,04	5,89	9,30	99,65	0,05	25,54	128,62	0,22	58,40	50,21	22,43	0,80
Итого за Обед			890	30,99	29,83	126,87	958,14	0,54	38,74	167,01	4,24	215,29	261,92	93,76	8,16

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	48,46	57,12	184,67	1 504,55
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	36,317								
Обед	63,683	0,90	40,74	345,01	5,06	740,39	675,44	180,22	12,05

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор Отгородников С.А.
ОВД18 Дети 12-15 лет

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Котлеты из кур паровые	2,3	100шт.	15,53	10,63	9,15	250,03				0,88		0,04		
Макаронные изделия отварные 180	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100	26	100	1,44	6,09	8,45	93,66	0,03	9,60	1,92	2,68	35,52	41,40	21,12	1,34
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 30 г	13,5	30	1,98	0,33	12,30	60,00	0,13			0,10	21,90	37,50	12,00	0,85
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250гр.	104	250	2,04	5,89	9,30	99,65	0,05	25,54	128,62	0,22	58,40	50,21	22,43	0,80
Итого за Обед		890	30,99	29,83	126,87	958,14	0,54	38,74	167,01	4,24	215,29	261,92	93,76	8,16

Полдник														
Варенье 20гр.	814	20			11,00	44,00	0,00		0,60	0,06	2,00	2,00	1,40	0,18
Запеканка морковная с творогом 200	280	200шт.	17,92	11,74	37,46	337,01	0,16	6,79	1 105,70	2,57	253,59	307,94	75,61	1,69
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Полдник		420	19,62	12,99	60,88	448,59	0,18	7,39	1 117,80	2,68	327,67	363,19	89,95	2,77

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	50,61	42,82	187,76	1 406,73
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	68,111								
Полдник	31,889	0,72	46,14	1 284,80	6,92	542,96	625,11	183,71	10,93

Заведующая производством  Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра  Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет "Ангелия"



Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
бутиерброд с маслом 50/20 г/11/17	1,01	70	4,00	14,90	24,88	249,90	0,21		90,00	0,30	67,30	70,50	20,60	2,00
Какао с молоком 180	462	180	3,23	2,64	13,84	91,91	0,04	0,90	19,87	0,10	115,25	95,41	22,90	0,60
Каша манная молочная жидкая 200	227	200	6,62	6,58	32,54	217,08	0,09	1,06	45,82	0,62	141,49	123,08	21,33	0,47
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Завтрак		590	14,41	24,68	84,98	624,69	0,37	15,96	162,69	1,29	346,44	304,39	77,42	3,91

Обед														
Плов из отварной птицы 50/170	375	220	13,90	22,00	44,47	431,54	0,10	2,89	110,23	6,19	30,36	191,16	46,78	1,69
Салат морковный с раст. маслом 100 г.	35	100	0,91	7,23	6,64	102,41	0,06	4,90	818,30	3,73	49,98	54,04	37,24	0,69
Суп гороховый со сметаной 250гр.	127	250	8,14	4,33	22,48	162,23	0,35	6,03	91,82	1,19	44,60	105,05	41,45	2,80
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Чай с вареньем 180	459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
Итого за Обед		860	30,89	34,62	132,76	974,25	0,98	13,91	1 021,34	11,46	245,76	498,97	177,02	9,57

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	45,31	59,30	217,74	1 598,94
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	39,069								
Обед	60,931	1,35	29,87	1 184,02	12,75	592,20	803,37	254,45	13,48

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  Стородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Плов из отварной птицы 50/170		375	220	13,90	22,00	44,47	431,54	0,10	2,89	110,23	6,19	30,36	191,16	46,78	1,69
Салат морковный с раст. маслом 100 г.		35	100	0,91	7,23	6,64	102,41	0,06	4,90	818,30	3,73	49,98	54,04	37,24	0,69
Суп гороховый со сметаной 250гр.		127	250	8,14	4,33	22,48	162,23	0,35	6,03	91,82	1,19	44,60	105,05	41,45	2,80
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Чай с вареньем 180		459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
Итого за Обед			860	30,89	34,62	132,76	974,25	0,98	13,91	1 021,34	11,46	245,76	498,97	177,02	9,57

Полдник															
Булочка школьная 50		428	50 шт.	4,04	1,67	32,59	169,06	0,07		5,27	0,71	10,92	37,17	7,09	0,53
компот*			200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Полдник			390	4,92	2,23	62,77	301,98	0,12	14,00	70,57	1,54	49,52	67,17	30,19	1,72

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
	35,81	36,85	195,53	1 276,23
Макс. предел				
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	76,338								
Полдник	23,662	1,10	27,91	1 091,90	13,00	295,28	566,14	207,22	11,29

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор
Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Масло сливочное 20 гр.	79	20шт.	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Суп молочный с макаронными изделиями 250гр.	140	250	7,28	6,39	24,66	185,30	0,10	1,75	49,75	0,20	223,14	175,65	28,79	0,47
Хлеб пшеничный 50гр.	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Яйцо варёное.	267	40 шт.	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
Итого за Завтрак		560	17,98	27,14	62,24	565,30	0,36	2,35	256,29	0,79	384,52	385,40	67,13	4,37
Обед														
Котлеты рыбные 100гр.	307	100шт.	14,89	5,03	15,02	163,56	2,61	0,25	10,90	1,26	87,10	182,38	33,44	1,10
Овощи тушеные 180 г	340	180	2,90	9,27	11,48	145,04	0,09	37,76	430,94	3,95	73,89	74,31	37,06	1,07
Рассольник Ленинградский со сметаной 250	100	250	2,38	7,40	17,45	146,86	0,08	16,79	97,43	2,34	37,53	68,98	27,73	1,03
Салат из свежих огурцов, капусты с растительным маслом 100	8,49	100	1,25	3,75	3,31	51,58	0,03	27,84	6,25	1,68	33,00	30,14	14,89	0,54
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		920	29,19	26,50	115,35	820,14	3,29	86,24	545,54	9,70	350,41	507,91	164,81	9,76

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	47,17	53,63	177,60	1 385,44
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	40,803								
Обед	59,197	3,65	88,59	801,83	10,49	734,93	893,31	231,94	14,13

Заведующая
производством

 Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет Опередникова С.А.

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Котлеты рыбные 100гр.	307	100шт.	14,89	5,03	15,02	163,56	2,61	0,25	10,90	1,26	87,10	182,38	33,44	1,10
Овощи тушеные 180 г	340	180	2,90	9,27	11,48	145,04	0,09	37,76	430,94	3,95	73,89	74,31	37,06	1,07
Рассольник Ленинградский со сметаной 250	100	250	2,38	7,40	17,45	146,86	0,08	16,79	97,43	2,34	37,53	68,98	27,73	1,03
Салат из свежих огурцов, капусты с растительным маслом 100	8,49	100	1,25	3,75	3,31	51,58	0,03	27,84	6,25	1,68	33,00	30,14	14,89	0,54
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		920	29,19	26,50	115,35	820,14	3,29	86,24	545,54	9,70	350,41	507,91	164,81	9,76

Полдник

Омлет с зеленым горошком 200	269,05	200шт.	13,66	17,72	6,92	241,20	0,14	0,80	262,03	1,77	153,84	269,76	29,28	2,40
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Полдник		400	15,36	18,97	19,34	308,78	0,16	1,40	273,53	1,82	225,92	323,00	42,22	3,30

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	44,55	45,46	134,70	1 128,92
Мин.предел				

Обед Полдник	% калорийность	Витамины				Минералы			
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед	72,648								
Полдник	27,352	3,44	87,64	819,07	11,53	576,33	830,92	207,03	13,06

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор Огородников С.А.
ОВД18 Дети 12-18лет



Меню

пятница

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
-------------------	-----------	-------	-------	------	----------	--------------	----	---	---	---	---------	--------	--------	--------

Завтрак

Каша пшеничная молочная жидкая 200гр.	233	200	6,05	6,53	28,63	199,30	0,22	0,80	40,10	0,15	112,46	143,40	37,10	0,94
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г	13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Чай с лимоном 200/10/7	459	200	0,42	0,01	10,13	43,53	0,00	2,98	0,64	0,01	17,21	9,83	7,30	0,94
Итого за Завтрак		590	14,67	12,37	67,25	445,93	0,39	17,78	83,54	0,54	389,57	315,33	79,30	4,02

Обед

Компот из смеси сухофруктов 180	495	180	0,58		20,63	84,82	0,02		104,94	0,99	37,20	26,29	20,73	0,60
Пюре из гороха 180	388	180	18,99	1,81	44,30	269,39	0,81		0,81		93,91	204,31	81,71	6,37
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100	26	100	1,44	6,09	8,45	93,66	0,03	9,60	1,92	2,68	35,52	41,40	21,12	1,34
Суп картофельный с макаронными изделиями 250	116	250	2,73	2,94	20,91	122,11	0,09	16,50	81,43	1,17	32,63	63,46	26,16	1,00
Фрикадельки нежные паровые		100шт.	21,00	12,00		191,45	4,20			2,20	20,00	200,10	30,00	0,60
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		920	52,50	23,90	143,49	998,93	5,62	26,10	189,10	7,34	325,56	675,06	224,21	13,42

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	67,16	36,27	210,73	1 444,85
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	30,863								
Обед	69,137	6,01	43,88	272,65	7,87	715,13	990,39	303,51	17,44

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор Огородников С.А.
ОВД18 Дети 12-18лет

Меню

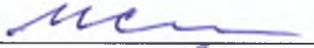
пятница

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Компот из смеси сухофруктов 180		495	180	0,58	20,63	84,82	0,02		104,94	0,99	37,20	26,29	20,73	0,60
Пюре из гороха 180		388	180	18,99	1,81	44,30	269,39	0,81	0,81		93,91	204,31	81,71	6,37
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100		26	100	1,44	6,09	8,45	93,66	0,03	9,60	1,92	2,68	35,52	41,40	1,34
Суп картофельный с макаронными изделиями 250		116	250	2,73	2,94	20,91	122,11	0,09	16,50	81,43	1,17	32,63	63,46	1,00
Фрикадельки нежные паровые			100шт.	21,00	12,00		191,45	4,20			2,20	20,00	200,10	30,00
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	1,70
Итого за Обед			920	52,50	23,90	143,49	998,93	5,62	26,10	189,10	7,34	325,56	675,06	224,21

Полдник														
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60
Чай с лимоном 200/10/7		459	200	0,42	0,01	10,13	43,53	0,00	2,98	0,64	0,01	17,21	9,83	7,30
Шанежка наливная 60		538	60шт.	4,59	5,70	32,98	209,19	0,07	0,06	33,56	1,12	20,13	50,61	8,27
Итого за Полдник			400	5,56	6,27	56,83	318,52	0,12	17,04	41,20	1,41	59,74	75,64	28,18

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	58,06	30,17	200,32	1 317,44
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	75,823								
Полдник	24,177	5,73	43,14	230,30	8,75	385,30	750,89	252,39	15,79

Заведующая производством  Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра  Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет Огородников С.А.

Меню

понедельник 2

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Какао с молоком 180		462	180	3,23	2,64	13,84	91,91	0,04	0,90	19,87	0,10	115,25	95,41	22,90	0,60
Суп молочный с рисом 200гр		54,18	200	5,27	5,10	18,86	141,99	0,07	1,40	39,80	0,18	173,52	149,10	27,78	0,31
Сыр порционный 20гр.			20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г		13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Итого за Завтрак			570	16,70	13,58	61,18	437,00	0,27	16,30	102,47	0,66	548,66	406,61	85,57	3,05
Обед															
Капуста свежая тушёная с куриным фаршем		231	230	17,23	20,93	14,51	315,81	0,08	102,00	82,52	6,07	116,96	83,36	41,38	1,57
Морковь отварная с растительным маслом 100гр.		612	100	0,95	5,04	6,92	84,49	0,07	5,10	851,70	2,79	52,02	56,20	38,76	0,71
Уха с рисом 250		122	250	6,77	2,43	16,40	114,92	0,10	13,62	11,26	0,14	40,48	129,39	38,62	1,06
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Чай с вареньем 200		458	200	0,20		11,07	45,08	0,00	0,10	1,10	0,06	16,13	10,25	7,84	1,00
Итого за Обед			890	32,92	29,46	98,10	797,80	0,71	120,82	946,58	9,35	331,89	418,70	171,10	7,64

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	49,62	43,04	159,28	1 234,79
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	35,39								
Обед	64,61	0,99	137,12	1 049,05	10,01	880,55	825,31	256,67	10,89

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  О.А. Федоткина С.А.
ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

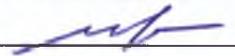
понедельник

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Капуста свежая тушеная с куриным фаршем	231	230	17,23	20,93	14,51	315,81	0,08	102,00	82,52	6,07	116,96	83,36	41,38	1,57
Морковь отварная с растительным маслом 180гр.	612	100	0,95	5,04	6,92	84,49	0,07	5,10	851,70	2,79	52,02	56,20	38,76	0,71
Уха с рисом 250	122	250	6,77	2,43	16,40	114,92	0,10	13,62	11,26	0,14	40,48	129,39	38,62	1,06
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Чай с вареньем 200	458	200	0,20		11,07	45,08	0,00	0,10	1,10	0,06	16,13	10,25	7,84	1,00
Итого за Обед		890	32,92	29,46	98,10	797,80	0,71	120,82	946,58	9,35	331,89	418,70	171,10	7,84

Полдник														
Булочка 50	800	50шт.	4,14	6,78	30,85	206,59	0,06	0,14	10,35	2,99	24,61	51,63	8,17	0,53
Какао с молоком 200мл.	711	200	3,97	3,20	25,82	147,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Итого за Полдник		390	8,67	10,54	70,39	420,31	0,15	15,14	39,47	3,39	172,53	183,23	51,77	2,41

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	41,58	40,00	168,49	1 218,11
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	65,495								
Полдник	34,505	0,86	135,96	986,05	12,73	504,42	601,92	222,87	10,26

Заведующая производством  Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра  Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю



Директор С.А. Черепанцева

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша пшеничная молочная жидкая 250		233	250	7,04	7,79	31,71	225,44	0,21	1,13	53,10	0,74	145,64	189,53	17,01	1,65
Кофейный напиток 200		464	200	1,72	1,25	13,91	73,70	0,03	0,50	11,00	0,07	68,79	58,92	14,46	0,19
Масло сливочное 30		79	30шт.	0,30	21,75	0,42	198,60	0,00		135,00	0,30	7,20	9,00	0,15	0,30
Хлеб пшеничный 50гр.		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Яйцо варёное.		267	40 шт.	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
Итого за Завтрак			570	17,85	35,79	70,92	677,76	0,48	1,63	304,14	1,45	306,14	407,96	56,91	4,94

Обед															
Каша перловая рассыпчатая 180		402	180	5,35	8,81	37,60	251,03	0,07		50,85	0,12	24,11	185,24	22,58	1,04
Котлеты рыбные 100г		307	100шт.	14,89	5,03	15,02	163,56	2,61	0,25	10,90	1,26	87,10	182,38	33,44	1,10
Салат из огурцов и помидор с растительным маслом 100г.		55	100	0,70	7,13	2,05	75,40	0,03	16,55	25,56	3,40	13,03	23,82	15,22	0,64
Сок фруктовый 180мл.		501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Суп гороховый со сметаной 250гр.		127	250	8,14	4,33	22,48	162,23	0,35	6,03	91,82	1,19	44,60	105,05	41,45	2,80
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед			920	36,84	26,36	145,25	965,31	3,53	26,43	179,15	6,45	287,73	648,59	164,38	11,59

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	54,69	62,15	216,17	1 643,07
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	41,25								
Обед	58,75	4,01	28,05	483,29	7,90	593,87	1 056,55	221,29	16,53

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

Директор

ОВД18 Дети 12-18 лет

Сторожников С.А.

Меню

вторник

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Каша перловая рассыпчатая 180	402	180	5,35	8,81	37,60	251,03	0,07		50,85	0,12	24,11	185,24	22,58	1,04
Котлеты рыбные 100г	307	100шт.	14,89	5,03	15,02	163,56	2,61	0,25	10,90	1,26	87,10	182,38	33,44	1,10
Салат из огурцов и помидор с растительным маслом 100г.	55	100	0,70	7,13	2,05	75,40	0,03	16,55	25,56	3,40	13,03	23,82	15,22	0,64
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Суп гороховый со сметаной 250гр.	127	250	8,14	4,33	22,48	162,23	0,35	6,03	91,82	1,19	44,60	105,05	41,45	2,80
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		920	36,64	26,36	145,25	965,31	3,53	26,43	179,15	6,45	287,73	648,59	164,38	11,59

Полдник														
Картофель печеный 200г	7,15	200	3,90	4,78	31,79	185,71	0,16	39,00	0,04	1,78	20,97	113,18	44,94	1,77
Соус сметанный 30гр.	330	30	0,41	1,53	1,95	23,87	0,01	0,04	12,00	0,06	7,88	6,48	1,19	0,04
Чай с вареньем 180	459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
Итого за Полдник		410	4,49	6,31	43,70	250,15	0,17	39,13	13,03	1,90	43,37	128,88	53,19	2,71

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	41,33	32,67	188,95	1 215,46
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	79,419								
Полдник	20,581	3,70	65,55	192,18	8,34	331,10	777,47	217,57	14,30

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет
 Огородников С.А.

Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Омлет натуральный 200г.	268	200шт.	17,70	23,55	4,56	300,43	0,12	0,77	366,49	2,25	166,73	334,84	25,85	3,20
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г	13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Чай с сахаром 180г		180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,09	0,45		12,83	7,42	5,76	0,78
Итого за Завтрак		570	26,08	29,39	46,60	558,50	0,29	14,86	409,74	2,62	439,46	504,36	66,51	6,12
Обед														
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Макаронные изделия отварные 180	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84
Салат из свежей капусты с растительным маслом 100	8,1	100	1,80	3,60	6,10	63,83	0,03	45,00	3,00	1,60	51,71	31,07	16,22	0,63
Суп из овощей со сметаной 250	117	250	2,08	7,30	11,41	120,31	0,07	20,56	100,04	2,33	48,59	57,18	24,51	0,85
Фрикадельки нежные паровые		100шт.	21,00	12,00		191,45	4,20			2,20	20,00	200,10	30,00	0,60
Хлеб пшеничный 50	11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		940	39,16	30,43	127,35	941,91	4,88	65,56	197,79	7,05	267,17	498,12	136,25	6,77

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	65,24	59,83	173,96	1 500,41
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	37,223								
Обед	62,777	5,17	80,41	607,54	9,68	706,63	1 002,48	202,75	12,89

Заведующая
 производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждено"

Директор Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

Меню

четверг

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Бутерброд с маслом 50/20 е11-17		1,01	70	4,00	14,90	24,88	249,90	0,21		90,00	0,30	67,30	70,50	20,60	2,00
Какао с молоком 200мл		711	200	3,97	3,20	25,82	147,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром 230гр.		460,61	230	6,40	6,56	44,31	261,53	0,08	0,98	43,99	0,22	122,44	162,63	38,10	0,61
Хлеб пшеничный 50гр.		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Завтрак			550	18,17	25,06	119,61	776,85	0,54	1,98	156,11	0,72	377,76	413,83	110,20	5,45
Обед															
Картофель отварной с луком 180		153	180	3,90	8,54	30,25	213,31	0,15	37,09	0,03	3,46	35,16	121,32	44,09	1,87
Огурцы свежие 100гр.		514	100	0,70	0,10	1,90	11,00	0,03	10,00	10,00	0,10	17,00	30,00	14,00	0,50
Рыба, тушеная в томате с овощами 100		299	100	10,34	3,45	6,23	98,96	0,09	2,08	177,86	1,61	48,60	167,81	44,76	0,91
Сок фруктовый 180мл.		501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Суп геркулесовый с овощами 250г		158,1	250	3,00	4,42	19,07	130,08	0,12	14,28	216,76	1,45	31,35	90,20	38,00	1,17
Хлеб пшеничный 50г		13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г		13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед			920	25,70	17,56	125,55	766,45	0,87	67,05	404,67	7,09	251,01	561,43	192,55	10,46

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	43,87	42,61	245,16	1 543,30
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	50,337								
Обед	49,663	1,41	69,02	560,78	7,81	628,77	975,26	302,75	15,91

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждено"



Директор Огородников С.А.
ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

пятница 2

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
--------------------	-----------	-------	-------	------	----------	--------------	----	---	---	---	---------	--------	--------	--------

Завтрак														
Каша манная молочная жидкая 200	227	200	6,62	6,58	32,54	217,08	0,09	1,06	45,82	0,62	141,49	123,08	21,33	0,47
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 50гр.	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Чай с сахаром 180г		180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,09	0,45		12,83	7,42	5,76	0,78
Итого за Завтрак		590	16,52	12,58	84,42	522,15	0,34	15,15	89,07	1,04	439,22	318,40	70,19	4,11

Обед														
Каша гречневая рас. с мясом и овощами 250 компот*	5 177	250	22,13	22,61	53,72	508,51	0,42	5,65	264,65	4,66	93,07	256,57	162,77	6,37
Рассольник Ленинградский со сметаной 250	100	250	2,38	7,40	17,45	146,86	0,08	16,79	97,43	2,34	37,53	68,98	27,73	1,03
Салат картофельный с растительным маслом 100гр.	35	100	1,92	5,37	15,09	116,10	0,08	18,50	0,02	2,21	14,77	58,68	21,77	0,90
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед		910	34,52	36,43	151,91	1 076,09	1,05	40,94	420,40	10,05	267,87	538,33	267,26	12,15

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
	51,04	49,01	236,33	1 598,24
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	32,67								
Обед	67,33	1,39	56,09	509,47	11,08	707,09	856,74	337,45	16,25

Заведующая производством Жилина Ольга Геннадьевна
 Диет. сестра Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

пятница

Наименование блюд Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Обед

Каша гречневая рас. с мясом и овощами 250 компот*	5 177	250	22,13	22,61	53,72	508,51	0,42	5,65	264,65	4,66	93,07	256,57	162,77	6,37
Рассольник Ленинградский со сметаной 250	100	250	2,38	7,40	17,45	146,86	0,08	16,79	97,43	2,34	37,53	68,98	27,73	1,03
Салат картофельный с растительным маслом 100гр.	35	100	1,92	5,37	15,09	116,10	0,08	18,50	0,02	2,21	14,77	58,68	21,77	0,90
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржано- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед	910	34,52	36,43	151,91	1 076,09	1,05	40,94	420,40	10,05	267,87	538,33	267,26	12,15	

Полдник

Булочка школьная 50	428	50 шт.	4,04	1,67	32,59	169,06	0,07		5,27	0,71	10,92	37,17	7,09	0,53
Фрукты свежие 140г	82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Чай с сахаром 200	457	200	0,20		10,07	41,08	0,00	0,10	0,50		14,33	8,25	6,44	0,85
Итого за Полдник	390	4,80	2,23	56,38	275,94	0,11	14,10	12,77	0,99	47,65	60,82	26,13	2,22	

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	39,32	38,66	208,29	1 352,03
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Обед	79,591	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник	20,409	1,16	55,04	433,16	11,04	315,52	599,15	293,39	14,37

Заведующая
производством



Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98972918216828532255789598799073225606492451601

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 28.06.2023 по 27.06.2024