

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

«03» ноября 2023 г.



Утверждаю:

Директор ООО «Школьное
питание»

С.А Огородников

«03» ноября 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)



Директор
ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

понедельник

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

Завтрак

Бутерброд с маслом 30г/20 шт. 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

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



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

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Каша гречневая рассыпчатая 150 г		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 _____ Сысуева Г. В.

Диет.сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

ОВД11

Дети 7-11лет

Городников С.А.

Меню

вторник

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
Суп молочный с вермишелью 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 200г		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	70,56	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 свежкл 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

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



Утверждаю

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

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	

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

Диет.сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю



Директор
ОВД11 Дети 7-14 лет

Меню

среда

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Бутерброд с маслом 30/200г - 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 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 150	227	150	4,98	4,95	24,43	163,08	0,06	0,80	34,48	0,46	106,72	92,76	16,07	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 Завтрак		520	11,25	22,89	67,03	523,68	0,27	15,70	151,34	1,10	286,67	248,27	63,96	3,07

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 из свежей капусты с морковью с раст.мас.60г	58,1	60	0,90	5,51	2,99	65,39	0,02	19,47	71,37	2,47	25,82	20,92	10,59	0,35
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
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	27,53	30,56	112,40	835,79	0,77	27,01	246,02	9,36	196,09	410,05	130,68	8,03

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	38,78	53,44	179,43	1 359,47
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	38,521								
Обед	61,479	1,04	42,71	397,36	10,46	482,76	658,32	194,64	11,10

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор _____ Бгородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11лет

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 из свежей капусты с морковью с раст.мас.60г		58,1	60	0,90	5,51	2,99	65,39	0,02	19,47	71,37	2,47	25,82	20,92	10,59	0,35
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 40г		13,5	40	2,64	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	27,53	30,56	112,40	835,79	0,77	27,01	246,02	9,36	196,09	410,05	130,68	8,03

Полдник															
Булочка школьная 50 компот*		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
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
Макс.предел	32,44	32,78	175,17	1 137,77
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	73,459								
Полдник	26,541	0,90	41,01	316,59	10,91	245,61	477,22	160,87	9,75

Заведующая производством _____ Сысуева Г. В.

Диет.сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

Директор

Спиродников С.А.

ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

четверг

Наименование блюда	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 вареное.	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 морковный с раст. маслом 60г	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
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	24,77	21,95	100,99	708,34	2,92	51,70	943,04	8,15	306,40	442,16	150,56	8,52

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	41,29	47,81	158,30	1 236,58
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	42,718								
Обед	57,282	3,26	53,70	1 189,38	8,90	646,29	792,42	211,94	12,80

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю

Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

четверг

Наименование блюд

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

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 морковный с раст. маслом 60г	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
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	24,77	21,95	100,99	708,34	2,92	51,70	943,04	8,15	306,40	442,16	150,56	8,52

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	36,71	36,56	118,61	957,44
Мин.предел				

Обед	% калорийность	Витамины				Минералы			
	73,983	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник	26,017	3,04	52,90	1 151,19	9,55	493,96	697,74	185,48	11,22

Заведующая производством



Сысуева Г. В.

Диет.сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

пятница

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Каша пшеница 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 30г.	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	3,65	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	566,68	185,89	10,99

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

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

пятница

Наименование блюд	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	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	3,65	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 нежыные 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	566,68	185,89	10,99

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	0,84
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
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	0,60
Итого за Полдник			400	5,56	6,27	56,83	318,52	0,12	17,04	41,20	1,41	59,74	75,84	28,18	2,38

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	50,34	25,92	177,16	1 155,86
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	72,443								
Полдник	27,557	5,06	36,00	213,11	7,38	332,41	642,51	214,07	13,37

Заведующая производством Сысуева Г. В.

Диет.сестра Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю

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

Меню

понедельник

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
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	174	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

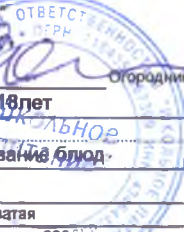
	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	60,17	58,26	244,88	1 748,37
Макс.предел				
Мин.предел				

	% 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 _____ Сысуева Г. В.

Диет.сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор Огородников 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															
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		174	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 "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

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

Сысуева Г. В.

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

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 варениками 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	546,40	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	36,44	41,40	21,18	1,35
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	126,88	958,14	0,54	38,74	167,01	4,24	216,21	261,92	93,82	8,17

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	48,46	57,12	184,67	1 504,55
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	741,31	675,44	180,27	12,06

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

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	36,44	41,40	21,18	1,35
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
Ши 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	126,88	958,14	0,54	38,74	167,01	4,24	216,21	261,92	93,82	8,17

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	543,88	625,11	183,77	10,93

Заведующая производством _____ Сысуева Г. В.

Диет.сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

среда

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
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 из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г 1		58,01	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	118,94	4,12	43,06	34,76	17,61	0,59
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	31,48	36,57	131,08	980,73	0,95	41,31	321,98	11,85	238,84	479,69	157,39	9,47

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	45,89	61,25	216,06	1 605,42
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	38,911								
Обед	61,089	1,32	57,27	484,66	13,14	585,28	784,09	234,82	13,38

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Плов из отварной курицы 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 из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г 1		58,01	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	118,94	4,12	43,06	34,76	17,61	0,59
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	31,48	36,57	131,08	980,73	0,95	41,31	321,98	11,85	238,84	479,69	157,39	9,47

Полдник															
Булочка школьная 50 компот*		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
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
Макс.предел	36,40	38,80	193,85	1 282,71
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы									
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо						
Обед	76,458														
Полдник	23,542	1,07	55,31	392,54	13,40	288,36	546,86	187,59	11,19						

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



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

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 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
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	28,85	29,98	118,69	870,97	3,32	63,30	1 357,59	11,75	367,40	531,82	187,16	9,90

Коп-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	46,83	57,12	180,93	1 436,27
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	39,359								
Обед	60,641	3,68	65,65	1 613,88	12,54	751,91	917,21	254,29	14,27

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждено

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

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 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
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		28,85	29,98	118,69	870,97	3,32	63,30	1 357,59	11,75	367,40	531,82	187,16	9,90

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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	44,21	48,95	138,03	1 179,75
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	73,827								
Полдник	26,173	3,48	64,70	1 631,12	13,57	593,31	854,82	229,38	13,20

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор Огородников С.А.

ОВД № Дети 12-18 лет

Меню

пятница

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша пшеница 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 280/10/7		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	36,44	41,40	21,18	1,35
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	326,48	675,06	224,26	13,42

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	67,16	36,27	210,73	1 444,85
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	716,05	990,39	303,56	17,44

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

пятница

Наименование блюд	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	36,44	41,40	21,18	1,35
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	326,48	675,06	224,26	13,42

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	0,84
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
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	0,60
Итого за Полдник			400	5,56	6,27	56,83	318,52	0,12	17,04	41,20	1,41	59,74	75,84	28,18	2,38

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	386,22	750,89	252,44	15,80

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Какао с молоком 180г		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 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

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


Сысуева Г. В.

Диет. сестра


Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

понедельник 2

Наименование блюд

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

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 90г	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			
Обед	62,478	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник	37,522	0,81	117,91	632,69	10,81	460,30	542,76	194,27	9,56

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждено
 Директор
 ОВД11
 Дети 7-11 лет
 ШКОЛЬНОЕ
 Ответственный
 ОГРН
 Ветродников С.А.

Меню

вторник 2

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
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
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
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
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			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															
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
Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас.60г		58,1	60	0,90	5,51	2,99	65,39	0,02	19,47	71,37	2,47	25,82	20,92	10,59	0,35
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
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
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	31,71	21,65	125,71	824,36	3,10	28,12	197,04	5,06	264,37	550,53	136,36	9,89

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	48,05	48,60	190,08	1 390,28
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	40,705								
Обед	59,295	3,53	29,52	445,38	6,26	538,81	917,45	189,81	14,40

Заведующая производством _____ Сысуева Г. В.

Диет. сестра _____ Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11 лет ШКОЛЬНОЕ

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
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
Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас 60г		58,1	60	0,90	5,51	2,99	65,39	0,02	19,47	71,37	2,47	25,82	20,92	10,59	0,35
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
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
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	31,71	21,65	125,71	824,36	3,10	28,12	197,04	5,06	264,37	550,53	136,36	9,89

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
	36,20	27,96	169,41	1 074,51
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	76,72								
Полдник	23,28	3,26	67,24	210,07	6,96	307,73	679,41	189,54	12,60

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

Диет. сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

Меню

среда



Директор: Огородников С.А.

ОБДН Дети 7-11лет

ШКОЛЬНИК

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
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
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	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

Свекла отварная с раст. маслом 70г	654	70	1,01	6,56	5,90	85,93	0,02	6,70	1,34	2,89	24,79	28,94	14,74	0,94
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 нежыные паровые 90		90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54
Макаронные изделия отварные 150 компот*	256	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
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
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
Итого за Обед		800	33,55	30,30	109,37	845,42	4,33	23,15	173,02	7,81	211,64	431,46	117,27	6,15

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	55,20	53,81	154,84	1 328,83
Мин.предел				

Завтрак	% калорийность	Витамины				Минералы			
	36,379	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	63,621	4,59	37,82	491,30	9,86	609,54	852,14	177,33	11,46

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

Меню

среда 2

ОВД11 Дети 7-11лет

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Свекла отварная с раст. маслом 10г		654	70	1,01	6,56	5,90	85,93	0,02	6,70	1,34	2,89	24,79	28,94	14,74	0,94
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 нежирные паровые 90г			90шт.	18,90	11,30		176,75	3,78			2,20	18,00	180,10	27,00	0,54
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
компот*			200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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
Хлеб пшеничный 50г		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Обед			800	33,55	30,30	109,37	845,42	4,33	23,15	173,02	7,81	211,64	431,46	117,27	6,15

Полдник															
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
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
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
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	41,24	40,42	194,61	1 320,43
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Обед	64,026	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник	35,974	4,48	37,25	193,65	12,54	271,79	538,52	151,98	9,07

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю



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

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
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 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
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

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
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 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
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
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
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		810	24,52	14,97	117,45	704,99	0,80	81,29	246,81	6,34	247,64	499,73	167,58	9,73

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	40,34	38,91	221,34	1 399,45
Макс предел				
Мин предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	49,623								
Обед	50,377	1,24	83,14	396,56	7,00	584,57	866,73	264,76	14,38

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю



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	
Обед															
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
Салат из свежей капусты с растит. маслом 1ДИ 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 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
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
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
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
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
Итого за Обед			810	24,52	14,97	117,45	704,99	0,80	81,29	246,81	6,34	247,64	499,73	167,68	9,73

Полдник															
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
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
Джем.		814	30	0,12		19,50	75,00					4,20	2,70	2,10	0,39
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

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	34,93	22,25	206,52	1 166,60
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	60,431								
Полдник	39,569	0,91	82,31	293,19	8,08	408,78	681,40	213,59	11,82

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор _____ Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

пятница 2

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

Завтрак

Каша манная молочная 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
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
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		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

Салат картофельный с растительным маслом 60гр.	35,02	60	1,15	3,22	9,05	69,66	0,05	11,10	0,01	1,33	8,94	35,21	13,06	0,54
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
Каша гречневая рас. с мясом и овощами 200г		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
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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

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

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор Огородников С.А.

Меню

пятница 2

ОВД11 Дети 7-11лет

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Салат картофельный с растительным маслом 60гр.		35,02	60	1,15	3,22	9,05	69,66	0,05	11,10	0,01	1,33	8,94	35,21	13,06	0,54
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
Каша гречневая рас. с мясом и овощами 200г			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
компот*			200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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

Полдник															
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
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
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
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	33,69	30,91	188,06	1 178,52
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	76,586								
Полдник	23,414	1,03	43,17	363,94	8,77	279,53	511,73	247,49	12,43

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

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	86,57	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	7,84

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

Диет. сестра Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждено"

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

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	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 в растительном масле 100г	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 60г	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

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
	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



Сысуева Г. В.

Диет. сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

вторник

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша пшеничная молочная жидкая 280г		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
Яйцо вареное		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
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
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
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			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															
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
Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г 1		58,01	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	118,94	4,12	43,06	34,76	17,61	0,59
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
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
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	37,63	28,41	148,16	998,80	3,54	42,18	272,53	7,17	317,77	659,53	166,77	11,53

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	55,49	64,20	219,08	1 676,56
Мин.предел				

Завтрак	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	40,426								
	59,574	4,01	43,80	576,67	8,62	623,90	1 067,49	223,69	16,48

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю



Директор Фигородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
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
Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г 1	58,01	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	118,94	4,12	43,06	34,76	17,61	0,59
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
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
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	37,63	28,41	148,16	998,80	3,54	42,18	272,53	7,17	317,77	659,53	166,77	11,53

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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	42,13	34,72	191,86	1 248,95
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	79,971								
Полдник	20,029	3,71	81,30	285,56	9,07	361,13	788,41	219,96	14,24

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждено"

Директор ОВД № 18 Дети 12-18 лет Д. Сторадников С.А.

Меню

среда 2

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 20г.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
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
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		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														
Свекла отварная с растительным маслом 100	642	100	1,46	5,09	8,54	85,19	0,03	9,70	1,94	2,24	35,89	41,81	21,34	1,36
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
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
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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
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
Итого за Обед		940	38,82	31,93	129,79	963,27	4,88	30,26	196,73	7,70	251,35	508,86	141,37	7,50

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	64,90	61,32	176,39	1 521,78
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	36,701								
Обед	63,299	5,17	45,11	606,48	10,32	690,81	1 013,22	207,87	13,62

Заведующая производством



Сысуева Г. В.

Диет.сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

среда

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
Свекла отварная с растительным маслом 300	642	100	1,46	5,09	8,54	85,19	0,03	9,70	1,94	2,24	35,89	41,81	21,34	1,36	
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	
Макаронные изделия отварные 180 компот*	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84	
		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35	
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	
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	
Итого за Обед		940	38,82	31,93	129,79	963,27	4,88	30,26	196,73	7,70	251,35	508,86	141,37	7,50	

Полдник															
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	
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	
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	
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	46,51	42,05	215,03	1 438,29
Мин.предел				

Обед	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	66,974								
Полдник	33,026	5,03	44,36	217,36	12,43	311,50	615,92	176,08	10,43

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

Директор Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

четверг

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
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
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
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
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														
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
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 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
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
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
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	26,80	21,06	129,75	819,28	0,87	102,05	397,67	8,59	285,72	562,50	194,77	10,59

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	44,97	46,11	249,36	1 596,13
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	48,671								
Обед	51,329	1,41	104,02	553,78	9,31	663,48	976,33	304,97	16,04

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 1/2-18 лет

Меню

четверг



Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
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
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 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
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
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
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
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
Итого за Обед		920	26,80	21,06	129,75	819,28	0,87	102,05	397,67	8,59	285,72	562,50	194,77	10,59

Полдник														
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
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
Джем	814	30	0,12		19,50	75,00					4,20	2,70	2,10	0,39
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	37,21	28,33	218,82	1 280,89
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	63,962								
Полдник	36,038	0,99	103,07	444,05	10,33	446,86	744,16	240,69	12,68

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

пятница

Наименование блюд	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
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
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	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

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
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
Каша гречневая рас. с мясом и овощами 250	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
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	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

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

пятница

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед															
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
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
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
			200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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															
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
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
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
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				

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

Заведующая производством

 Сысуева Г. В.

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