

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

« 09 » сентября 2024 г.



Утверждаю:

Директор ООО «Школьное
питание»

С.А.Огородников

« 09 » сентября 2024 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 _____ Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

понедельник

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
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 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

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	46,23	50,20	180,38	1 362,19
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 7-11 лет
Огородников С.А.

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 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

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

Огородников 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
Завтрак														
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
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
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														
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 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
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
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
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
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
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

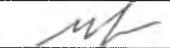
	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	42,27	50,67	157,72	1 308,10
Макс.предел				
Мин.предел				

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

Меню

вторник

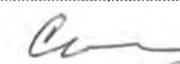
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60	26	60	0,86	3,65	5,07	56,20	0,02	5,76	1,15	1,61	21,31	24,84	12,67	0,81
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
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
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
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
Итого за Обед		780	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														
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
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
Варенье 20гр.	814	20			11,00	44,00	0,00		0,60	0,06	2,00	2,00	1,40	0,18
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

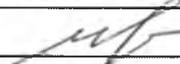
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
	42,60	34,65	164,95	1 201,71
Макс.предел				
Мин.предел				

	% 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

Диет.сестра

 Сысуева Г. В.

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

среда

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

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	38,78	53,44	179,43	1 359,47
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 Огородников С.А.
ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

среда

Наименование блюда Рецепт/ра Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Обед

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
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
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
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		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

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
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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				

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

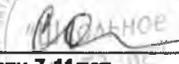
Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  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
Завтрак														
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
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
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
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	16,52	25,86	57,31	528,24	0,34	2,00	246,34	0,75	339,89	350,27	61,37	4,28

Обед														
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
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
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
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	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 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
	41,29	47,81	158,30	1 236,58
Макс.предел				
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

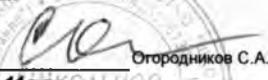
Заведующая
производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Салат морковный с раст. маслом 80г	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
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
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
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	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 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

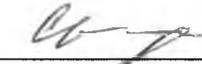
Полдник														
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	67,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Омлет с зелёным горошком 150	269	150шт.	10,25	13,36	5,20	181,52	0,10	0,60	196,64	1,35	115,48	202,34	21,97	1,80
Итого за Полдник		350	11,95	14,61	17,62	249,10	0,12	1,20	208,14	1,40	187,56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

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	36,71	36,56	118,61	957,44
Мин.предел				

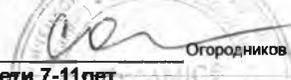
Обед	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	73,983								
Полдник	26,017	3,04	52,90	1 151,19	9,55	493,96	697,74	185,48	11,22

Заведующая
производством

Диет.сестра

 Сысуева Г. В.
 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	
Завтрак															
Каша пшениная 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
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
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	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															
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
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
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
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

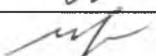
	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол.во	60,19	31,22	191,02	1 293,30
Макс.предел				
Мин.предел				

	% 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														
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
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
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
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
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	28,16	2,38

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

Обед	% 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

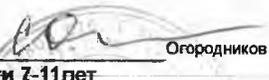
Заведующая
производством

Диет.сестра

Сысуева Г. В.

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

понедельник 1

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
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
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
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
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
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	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														
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
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
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
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		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

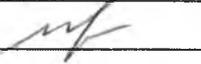
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	45,63	37,81	151,33	1 136,85
Мин.предел				

	% 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

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

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
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
Рис отварной 150 ...	345	150	3,78	0,54	38,34	173,34	0,04				4,32	81,00	27,00	0,54
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	31,03	14,86	132,73	788,68	3,08	28,12	154,74	4,95	248,61	477,22	144,55	9,57

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	47,38	41,81	197,10	1 354,60
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	41,778								
Обед	58,222	3,52	29,52	403,08	6,15	523,06	844,15	198,00	14,08

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

вторник 2

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
Рис отварной 150 ...	345	150	3,78	0,54	38,34	173,34	0,04				4,32	81,00	27,00	0,54
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	31,03	14,86	132,73	788,68	3,08	28,12	154,74	4,95	248,61	477,22	144,55	9,57

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	35,53	21,17	176,43	1 038,83
Мин.предел				

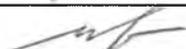
Обед	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	75,92								
Полдник	24,08	3,25	67,24	167,77	6,85	291,97	606,10	197,74	12,28

Заведующая производством



Сысуева Г. В.

Диет.сестра



Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

среда

Наименование блюда	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 нежные 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	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 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

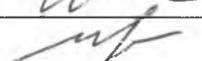
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	55,20	53,81	154,84	1 328,83
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	36,379								
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.
ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

среда

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

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			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	64,026								
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 7-11лет

Меню

четверг 2

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
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
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 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 200	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	167,68	9,73

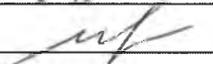
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	40,34	38,91	221,34	1 399,45
Мин.предел				

% 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

Заведующая
производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

четверг 2

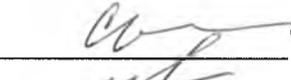
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Салат из свежей капусты с растит. маслом 70	8,43	70	1,26	0,84	4,29	29,82	0,02	31,50	2,10	0,38	36,20	21,71	11,35	0,44
Суп геркулесовый 200	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

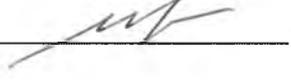
	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	34,93	22,25	206,52	1 166,60
Макс.предел				
Мин.предел				

	% 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 7-11лет

Меню

пятница

Наименование блюда	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
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

Винегрет овощной 60г	71	60	0,91	6,11	4,63	77,28	0,03	4,95	52,72	2,70	14,25	27,21	11,43	0,47
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
компог*		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	28,65	31,57	127,26	910,19	0,91	22,92	403,88	9,14	237,19	442,91	219,72	10,14

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	43,51	42,51	203,55	1 378,08
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	33,952								
Обед	66,048	1,23	37,80	481,50	10,02	641,03	730,54	284,57	14,13

Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

пятница 2

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Винегрет овощной 60г	71	60	0,91	6,11	4,63	77,28	0,03	4,95	52,72	2,70	14,25	27,21	11,43	0,47
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 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	28,65	31,57	127,26	910,19	0,91	22,92	403,88	9,14	237,19	442,91	219,72	10,14

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	33,45	33,80	183,64	1 186,14
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	76,736								
Полдник	23,264	1,02	37,02	416,65	10,14	284,84	503,73	245,85	12,36

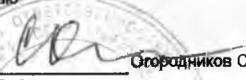
Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

Меню

понедельник

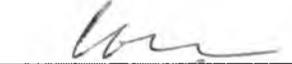
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
бутерброд с маслом 50/20 с11-17	1,01	70	4,00	14,90	24,88	249,90	0,21		90,00	0,30	67,30	70,50	20,60	2,00
Каша геркулесовая вязкая 200 гр.	212	200	9,12	12,64	39,35	307,30	0,24	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	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

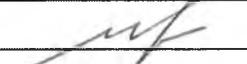
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	60,17	58,26	244,88	1 748,37
Мин.предел				

	% 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

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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															
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

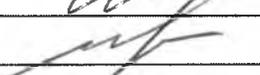
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	50,59	35,65	216,21	1 395,52
Мин.предел				

Обед	% 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.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

Меню

вторник

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

	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	741,31	675,44	180,27	12,06

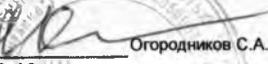
Заведующая
производством

Сысуева Г. В.

Диет.сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

вторник

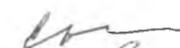
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальции	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100	26	100	1,44	6,09	8,45	93,66	0,03	9,60	1,92	2,68	36,44	41,40	21,18	1,35
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
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
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
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
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														
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
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
Варенье 20гр.	814	20			11,00	44,00	0,00		0,60	0,06	2,00	2,00	1,40	0,18
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

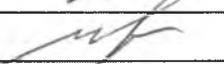
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	50,61	42,82	187,76	1 406,73
Мин.предел				

Обед Полдник	% 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

"Утверждаю"

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														
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
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
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														
Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г	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
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
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
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		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

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

Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г	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
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
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
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		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

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
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	36,40	38,80	193,85	1 282,71
Макс.предел				
Мин.предел				

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

Заведующая
производством

 Сызужева 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														
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
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
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
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		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														
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
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
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
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

Кол-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

"Утверждаю"

Директор  Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

Меню

четверг

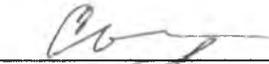
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Салат морковный с раст. маслом 100 г.	35	100	0,91	7,23	6,64	102,41	0,06	4,90	818,30	3,73	49,98	54,04	37,24	0,69
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
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
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
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														
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
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
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

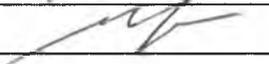
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	44,21	48,95	138,03	1 179,75
Мин.предел				

Обед	% 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.

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
Хлеб пшеничный 39 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
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	14,67	12,37	67,25	445,93	0,39	17,78	83,54	0,54	389,57	315,33	79,30	4,02

Обед														
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
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
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
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

	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	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 12-18лет

Меню

пятница

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

"Утверждаю"

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

Меню

понедельник 1

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
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
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
Сыр порционный 20гр.		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
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
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	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														
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
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
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
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		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
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

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
Обед														
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
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
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
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		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														
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
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
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
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 2

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
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 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	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
Рис отварной 180г	385,07	180	4,60	5,00	46,09	247,73	0,05		27,00	0,16	30,74	99,01	36,71	0,71
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	36,88	24,60	156,66	995,51	3,52	42,18	248,68	7,20	324,41	573,30	180,91	11,21

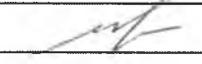
	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	54,74	60,39	227,58	1 673,27
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	40,505								
Обед	59,495	4,00	43,80	552,82	8,65	630,54	981,26	237,82	16,15

Заведующая
производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

вторник

2

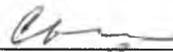
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Салат из свежей капусты с морковью с раст.мас.100г	58,01	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	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
Рис отварной 180г	385,07	180	4,60	5,00	46,09	247,73	0,05		27,00	0,16	30,74	99,01	36,71	0,71
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	36,88	24,60	156,66	995,51	3,52	42,18	248,68	7,20	324,41	573,30	180,91	11,21

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

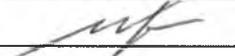
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	41,37	30,91	200,36	1 245,66
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы								
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Обед	79,918													
Полдник	20,082	3,69	81,30	261,71	9,10	367,77	702,18	234,10	13,92					

Заведующая
производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор
ОВД18 Дети 12-18лет
Стородников 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
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
64,90	61,32	176,39	1 521,78	
Макс.предел				
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

"Утверждаю"

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

Меню

среда 2

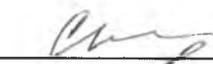
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Свекла отварная с растительным маслом 100	642	100	1,46	5,09	8,54	85,19	0,03	9,70	1,94	2,24	35,89	41,81	21,34	1,36
Суп из овощей со сметаной 250	117	250	2,08	7,30	11,41	120,31	0,07	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

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

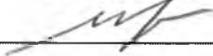
	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	46,51	42,05	215,03	1 438,29
Макс.предел				
Мин.предел				

	% 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

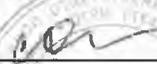
Заведующая
производством

 Сысуева Г. В.

Диет.сестра

 Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

Меню

четверг

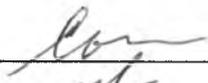
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром 230гр.	460,61	230	6,40	6,56	44,31	261,53	0,08	0,98	43,99	0,22	122,44	162,63	38,10	0,61
бутерброд с маслом 50/20 с11-17	1,01	70	4,00	14,90	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

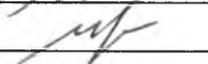
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
	44,97	46,11	249,36	1 596,13
Макс.предел				
Мин.предел				

	% 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 12-18лет

Меню

четверг 2

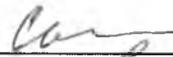
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Сок фруктовый 180мл.	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Салат из свежей капусты с растительным маслом 100	8,1	100	1,80	3,60	6,10	63,83	0,03	45,00	3,00	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, тушенная 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

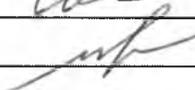
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	37,21	28,33	218,82	1 280,89
Мин.предел				

	% 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 12-18лет

Меню

пятница 2

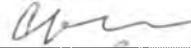
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Винегрет с растительным маслом 100	601	100	1,60	4,21	8,18	78,62	0,06	8,60	171,46	1,93	29,06	48,86	23,39	0,87
Рассольник Ленинградский со сметаной 250	100	250	2,38	7,40	17,45	146,86	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	34,19	35,27	145,01	1 038,61	1,04	31,04	591,84	9,76	282,16	528,51	268,88	12,12

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	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

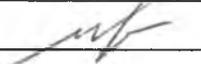
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	38,99	37,50	201,38	1 314,55
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	79,009								
Полдник	20,991	1,15	45,14	604,61	10,76	329,81	589,33	295,02	14,34

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