

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

«15» \_\_\_\_\_ 2024 г.

Утверждаю:

Директор ООО «Школьное  
питание»

С.А Огородников

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ г.

### Примерное десяти дневное меню

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

**(7-11 лет), (12-18 лет)**

"Утверждаю"

Директор  
ОВД11 Дети 7-14 лет Огородников С.А.

# Меню

понедельник

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>															
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	
Бутерброд с маслом 30/20	1	50	2,48	14,74	15,04	202,90	0,13		90,00	0,26	42,30	44,70	12,40	1,28	
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	

<b>Обед</b>															
Салат из квашеной капусты с луком 60гр.	9,26	60	0,96	3,61	4,56	55,72	0,01	0,60	0,04	1,63	25,30	18,65	8,63	0,35	
Суп крестьянский с крупой 200	174	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	
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	
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	
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	
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		790	34,47	25,25	109,85	806,11	4,48	19,65	227,40	6,23	252,90	537,32	203,57	8,75	

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	45,93	52,97	180,65	1 388,08
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	41,927								
Обед	58,073	4,85	34,93	397,45	7,55	502,75	836,17	296,42	12,37

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

# Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
Салат из квашеной капусты с яблок 60гр.	9,26	60	0,96	3,61	4,56	55,72	0,01	0,60	0,04	1,63	25,30	18,65	8,63	0,35
яйцо*		40	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
Суп крестьянский с крупой 200	174	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
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
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
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		830	39,47	29,85	110,13	868,63	4,50	19,65	332,44	6,48	274,90	623,32	208,37	9,75

<b>Полдник</b>														
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
Бутерброды с повидлом	95	60шт.	1,69	4,21	32,92	173,20	0,02		22,50	0,39	9,90	17,65	5,08	0,75
Какао с сахаром 200	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
Итого за Полдник		400	3,46	5,64	68,04	337,65	0,07	14,00	29,65	0,69	39,10	65,80	38,93	2,75

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	42,93	35,49	178,16	1 206,28
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	72,009								
Полдник	27,991	4,57	33,65	362,10	7,16	314,00	689,12	247,30	12,50

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

## Меню

**вторник**

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>														
Суп молочный с вареным картофелем 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	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

<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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	115,53	846,10	0,50	30,21	137,42	3,14	188,51	228,63	80,04	7,60

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс предел	42,27	50,67	159,82	1 316,50
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	35,731								
Обед	64,269	0,76	31,96	308,12	3,84	655,34	583,88	150,62	10,64

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



"Утверждаю"

ШКОЛЬНОЕ

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

Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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	115,53	846,10	0,50	30,21	137,42	3,14	188,51	228,63	80,04	7,60

<b>Полдник</b>														
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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	42,60	34,65	167,05	1 210,11
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	69,919								
Полдник	30,081	0,65	35,90	978,70	5,16	452,77	514,80	151,09	9,95

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

№ 1164350/2019

Огородников С.А.

Директор

ОВД11 Дети 7-14лет

# Меню

среда

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

<b>Обед</b>														
Морковь отварная с растительным маслом 60гр.	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
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
Компот		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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		750	27,33	28,09	120,06	847,82	0,80	10,51	742,98	9,07	203,17	428,22	146,79	7,56

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	38,59	50,98	187,09	1 371,50
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины			Минералы				
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	38,183								
Обед	61,817	1,07	26,21	894,32	10,16	489,83	676,50	210,75	10,63

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

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	
<b>Обед</b>															
Морковь отварная с растительным маслом 60гр.	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	
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	
Комлот		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35	
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		750	27,33	28,09	120,06	847,82	0,80	10,51	742,98	9,07	203,17	428,22	146,79	7,56	

<b>Полдник</b>															
Молоко кипяченое 200	469	200	6,00	5,00	9,40	106,00	0,08	2,00	44,00	0,20	240,00	180,00	28,00	0,20	
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	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте10	5 448,03	10	0,80	1,80	6,70	46,00	0,01		0,00	0,35	2,70	7,39	1,07	0,10	
Итого за Полдник		350	7,36	7,36	29,82	217,80	0,13	16,00	51,00	0,83	265,10	202,79	41,67	1,14	

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	34,69	35,45	149,88	1 065,62
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	79,561								
Полдник	20,439	0,93	26,51	793,98	9,90	468,26	631,01	188,46	8,70

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

## Меню

четверг

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

<b>Обед</b>															
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
Сок яблочный		11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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			790	25,13	25,52	103,72	748,49	2,92	54,10	503,11	9,42	291,96	438,27	140,37	8,85

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	41,65	51,38	161,03	1 276,73
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	41,374								
Обед	58,626	3,26	56,10	749,45	10,17	631,85	788,53	201,75	13,13

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
<b>Обед</b>														
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
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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		790	25,13	25,52	103,72	748,49	2,92	54,10	503,11	9,42	291,96	438,27	140,37	8,85

<b>Полдник</b>														
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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	37,07	40,13	121,34	997,59
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	75,03								
Полдник	24,97	3,04	55,30	711,25	10,83	479,52	693,86	175,29	11,55

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



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

# Меню

пятница

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

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

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

Заведующая производством

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	
<b>Обед</b>															
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 158		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

<b>Полдник</b>															
Булочка школьная 50		428	50 шт.	4,04	1,67	32,59	169,06	0,07		5,27	0,71	10,92	37,17	7,09	0,53
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Чай с 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 Полдник			390	5,02	2,23	56,44	278,39	0,12	16,98	12,91	1,01	50,53	62,40	27,00	2,31

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	49,80	21,88	176,77	1 115,73
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	75,049								
Полдник	24,951	5,06	35,94	184,82	6,97	323,20	629,08	212,89	13,30

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

\*Утверждаю\*

Директор

ОВД11 Дети 7-11лет

Огородников С.А.

# Меню

понедельник

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

<b>Обед</b>														
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 200/20	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

	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

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>															
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 200/20	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	

<b>Полдник</b>															
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	
Печенье 15	804	15	1,20	2,70	10,05	69,00	0,01		0,00	0,53	4,04	11,09	1,60	0,15	
Итого за Полдник		355	5,73	6,46	49,59	282,72	0,10	15,00	29,12	0,92	151,96	142,69	45,20	2,03	

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	34,66	30,70	139,73	982,57
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	71,227								
Полдник	28,773	0,76	117,77	622,35	8,34	439,74	502,22	187,71	9,17

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	
<b>Завтрак</b>															
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

<b>Обед</b>															
Сок яблочный		11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Салат из свежлы 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 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			790	31,67	19,80	129,89	823,57	3,10	14,81	126,83	4,21	261,25	555,85	139,24	10,62

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	48,01	46,75	194,26	1 389,49
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	40,729								
Обед	59,271	3,53	16,21	375,17	5,41	535,70	922,77	192,69	15,13

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
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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 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		790	31,67	19,80	129,89	823,57	3,10	14,81	126,83	4,21	261,25	555,85	139,24	10,62

<b>Полдник</b>														
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 томатный 10г. с7-10 лет	593,02	10	0,11	0,45	0,79	7,77	0,00	0,05	10,71	0,03	1,78	1,69	0,72	0,04
яйцо*		40	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
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		450	10,71	11,07	45,27	323,58	0,21	39,65	127,29	2,10	116,83	254,12	63,40	3,70

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	42,38	30,87	175,16	1 147,15
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	71,793								
Полдник	28,207	3,31	54,46	254,12	6,31	378,09	809,96	202,64	14,33

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

ОВД11

Дети 7-11 лет

Огородников С.А.

# Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>														
Омлет натуральный 160г	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	11,2	180	0,18		9,06	36,97	0,00	0,09	0,45		12,51	7,42	5,71	0,77
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	40,96	465,42	0,26	14,67	318,28	2,05	397,59	420,68	60,00	5,31

<b>Обед</b>														
Салат картофельный с огурцами солеными 60гр.	43	60	0,97	3,78	7,15	66,90	0,04	8,86	46,60	1,64	10,98	31,02	12,96	0,49
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		790	33,51	27,52	110,62	826,40	4,35	25,31	218,29	6,55	197,83	433,54	115,49	5,69

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	55,17	51,03	151,59	1 291,81
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	36,028								
Обед	63,972	4,61	39,98	536,57	8,61	595,41	854,22	175,50	11,00

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



"Утверждаю"

Директор

Огородников С.А.

ОВД11 Дети 7-14 лет

Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>															
Салат картофельный с огурцами солеными 60гг.	43	60	0,97	3,78	7,15	66,90	0,04	8,86	46,60	1,64	10,98	31,02	12,96	0,49	
Суп из овощей со сметаной 200гг.	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		790	33,51	27,52	110,62	826,40	4,35	25,31	218,29	6,55	197,83	433,54	115,49	5,69	

<b>Полдник</b>															
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	
Бутерброды с повидлом	95	60шт.	1,69	4,21	32,92	173,20	0,02		22,50	0,39	9,90	17,65	5,08	0,75	
Итого за Полдник		400	2,45	4,77	56,71	280,08	0,07	14,10	30,00	0,67	46,63	41,30	24,12	2,44	

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	35,96	32,29	167,33	1 106,48
Мин.предел				

Обед	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	74,687								
Полдник	25,313	4,42	39,41	248,29	7,22	244,46	474,84	139,61	8,13

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

ШКОЛЬНОЕ  
питание

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
<b>Завтрак</b>														
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	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
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Салат из квашеной капусты с луком 60гр.	9,26	60	0,96	3,61	4,56	55,72	0,01	0,60	0,04	1,63	25,30	18,65	8,63	0,35
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		820	24,22	17,74	119,83	739,29	0,79	50,79	244,75	7,62	238,14	498,07	165,76	9,92

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Коп.во	40,04	41,68	223,72	1 433,74
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	48,436								
Обед	51,564	1,23	52,64	394,50	8,27	575,07	865,07	262,84	14,57

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

ОВД11 Дети 7-11 лет

Огородникова С.А.

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Салат из квашеной капусты с луком 60гр.	9,26	60	0,96	3,61	4,56	55,72	0,01	0,60	0,04	1,63	25,30	18,65	8,63	0,35
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		820	24,22	17,74	119,83	739,29	0,79	50,79	244,75	7,62	238,14	498,07	165,76	9,92

<b>Полдник</b>														
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	34,63	25,02	208,89	1 200,90
Мин.предел				

Обед Полдник	% калорийность	Витамины				Минералы			
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед	61,561								
Полдник	38,439	0,91	51,81	291,13	9,36	399,28	679,73	211,67	12,01

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

# Меню

пятница

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>															
Каша манная молочная жидкая 160гр.	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	11,2	180	0,18		9,06	36,97	0,00	0,09	0,45		12,51	7,42	5,71	0,77	
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	71,79	449,88	0,32	14,89	77,62	0,88	403,53	287,63	64,81	3,98	

<b>Обед</b>															
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	203,47	1 352,46
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	33,264								
Обед	66,736	1,24	43,95	428,79	8,65	635,41	738,54	286,16	14,19

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



"Утверждаю"

Директор  
ОВД11 Дети 7-11 лет

Огорожанова А.А.

# Меню

пятница

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
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

<b>Полдник</b>														
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
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	6,30	3,48	58,73	302,44	0,13	14,60	23,77	1,04	105,40	105,82	32,63	2,27

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	35,19	32,16	190,41	1 205,02
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	74,901								
Полдник	25,099	1,05	43,67	374,94	8,82	337,28	556,73	253,99	12,48

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор

ОВД18 Дети 12-16лет

Огородников С.А.

## Меню

понедельник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>														
Каша геркулесовая вязкая 200 гр.		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
Бутерброд с маслом 50/20	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
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

<b>Обед</b>														
Салат из квашеной капусты с луком 100г	9	100	1,60	6,01	7,61	92,87	0,02	1,00	0,07	2,72	42,18	31,09	14,39	0,58
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
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
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
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
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	44,74	31,46	155,89	1 087,96	5,25	24,80	246,62	8,08	318,22	750,91	318,96	13,56

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	59,97	60,68	246,38	1 777,42
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	38,79								
Обед	61,21	5,77	40,35	422,72	9,64	633,34	1 136,40	438,24	18,34

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
<b>Обед</b>														
Салат из квашеной капусты с луком 100г.	9	100	1,60	6,01	7,61	92,87	0,02	1,00	0,07	2,72	42,18	31,09	14,39	0,58
яйцо*		40	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
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
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
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
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		1 000	49,74	36,06	156,17	1 150,48	5,28	24,80	351,66	8,32	340,22	836,91	323,76	14,56

### 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
Бутерброды с повидлом	95	60шт.	1,69	4,21	32,92	173,20	0,02		22,50	0,39	9,90	17,65	5,08	0,75
Какао с сахаром 200	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
Итого за Полдник		400	3,46	5,64	68,04	337,65	0,07	14,00	29,65	0,69	39,10	65,80	38,93	2,75

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	53,20	41,70	224,20	1 488,13
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	77,311								
Полдник	22,689	5,35	38,80	381,31	9,01	379,32	902,71	362,69	17,31

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

## Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>														
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	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
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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		910	30,99	29,83	128,98	966,54	0,54	39,14	167,01	4,26	217,61	263,32	94,62	8,45

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	48,46	57,12	186,77	1 512,95
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	36,115								
Обед	63,885	0,91	41,14	345,01	5,08	742,71	676,84	181,07	12,34

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



"Утверждаю"

Директор

ОВД18 Двти 12-Тблет

Огородников Е.А.

# Меню

вторник

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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		910	30,99	29,83	128,98	966,54	0,54	39,14	167,01	4,26	217,61	263,32	94,62	8,45

<b>Полдник</b>														
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

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	50,61	42,82	189,86	1 415,13
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	68,3								
Полдник	31,7	0,72	46,54	1 284,81	6,94	545,28	626,51	184,57	11,21

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор  
Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

## Меню

среда

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

<b>Обед</b>														
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
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
Компот		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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		880	31,07	32,43	139,53	982,88	0,99	14,02	1 112,05	11,01	249,46	506,51	181,99	9,05

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	45,48	57,11	224,51	1 607,57
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак	38,859								
Обед	61,141	1,36	29,98	1 274,73	12,30	595,92	810,90	259,41	

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черланцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

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

**Меню**

**среда**

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
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
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
Компот		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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		880	31,07	32,43	139,53	982,88	0,99	14,02	1 112,05	11,01	249,48	506,51	181,99	9,05

<b>Полдник</b>														
Молоко кипяченое 200	469	200	6,00	5,00	9,40	106,00	0,08	2,00	44,00	0,20	240,00	180,00	28,00	0,20
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
Кондитерское изделие 18		18	1,44	3,24	12,06	82,80	0,01		0,00	0,63	4,85	13,30	1,92	0,18
Итого за Полдник		358	8,00	8,80	35,18	254,60	0,14	16,00	51,00	1,11	267,25	208,70	42,52	1,22

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	39,07	41,23	174,71	1 237,48
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	79,426								
Полдник	20,574	1,13	30,02	1 163,05	12,12	516,73	715,21	224,51	10,27

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор  
ОВД18

Дети 12-18лет

# Меню

## четверг

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

<b>Обед</b>															
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
Сок яблочный		11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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			940	29,53	26,96	122,33	855,58	3,32	67,40	710,75	9,97	347,88	528,04	174,11	10,37

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	47,51	54,09	184,57	1 420,88
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	39,785								
Обед	60,215	3,68	69,75	967,04	10,76	732,39	913,43	241,24	14,74

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



"Утверждаю"

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

## Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
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
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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		940	29,53	26,96	122,33	855,58	3,32	67,40	710,75	9,97	347,88	528,04	174,11	10,37

<b>Полдник</b>														
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
	44,89	45,92	141,67	1 164,36
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	73,481								
Полдник	26,519	3,48	68,80	984,28	11,79	573,79	851,04	216,33	13,67

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



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

**Меню**

**пятница**

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>															
Каша пшеничная молочная жидкая 200гр.		233	200	6,05	6,53	28,63	199,30	0,22	0,80	40,10	0,15	112,46	143,40	37,10	0,94
Сыр порционный 20гр.			20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60	0,84
Хлеб пшеничный 30 г		13,6	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,12			0,06	37,50	38,70	12,30	1,08
Чай с лимоном 200/10/7		459	200	0,42	0,01	10,13	43,53	0,00	2,98	0,64	0,01	17,21	9,83	7,30	0,94
Итого за Завтрак			590	14,67	12,37	67,25	445,93	0,39	17,78	83,54	0,54	389,57	315,33	79,30	4,02
<b>Обед</b>															
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	68,137	6,01	43,88	272,65	7,87	716,05	990,39	303,56	17,44

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
 Диет. сестра \_\_\_\_\_

Сысуева Г. В.  
 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
<b>Обед</b>														
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
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
Фрикадельки нежные паровые			100шт.	21,00	12,00		191,45	4,20			2,20	20,00	200,10	30,00
Хлеб пшеничный 50		11,1	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50
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
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

<b>Полдник</b>														
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
Фрукты свежие 140г		82	140шт.	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	7,00	0,28	22,40	15,40	12,60
Чай с лимоном 200/10/7		459	200	0,42	0,01	10,13	43,53	0,00	2,98	0,64	0,01	17,21	9,83	7,30
Итого за Полдник			390	5,02	2,23	56,44	278,39	0,12	16,98	12,91	1,01	50,53	62,40	27,00

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	57,51	26,13	199,93	1 277,31
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	78,205								
Полдник	21,795	5,73	43,08	202,01	8,34	377,01	737,46	251,26	15,73

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Сысуева Г. В.

Диет. сестра \_\_\_\_\_

Черепанцева Ксения Алексеевна



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

## Меню

понедельник

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

<b>Обед</b>															
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 200/20		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	96,10	797,80	0,71	120,82	946,58	9,35	331,89	418,70	171,10	7,84

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	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



"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
<b>Обед</b>														
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 200/20	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
<b>Полдник</b>														
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
Печенье 15	804	15	1,20	2,70	10,05	69,00	0,01		0,00	0,53	4,04	11,09	1,60	0,15
Итого за Полдник		355	5,73	6,46	49,59	282,72	0,10	15,00	29,12	0,92	151,96	142,69	45,20	2,03

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	38,65	35,92	147,68	1 080,52
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	73,835								
Полдник	26,165	0,81	135,82	975,71	10,26	483,85	561,38	216,30	9,87

Заведующая производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Школьное  
питание

Огородникова С.А.

Директор  
ОВД18 Дети 12-18лет

## Меню

вторник

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

### Завтрак

Каша пшеничная молочная жидкая 250	231	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 яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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 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		940	37,58	25,32	153,74	991,97	3,54	19,88	155,51	5,75	312,54	667,57	171,14	12,58

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	55,43	61,11	224,66	1 669,73
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	40,591								
Обед	59,409	4,01	21,50	459,65	7,20	618,68	1 075,53	228,05	17,52

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
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
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 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		940	37,58	25,32	153,74	991,97	3,54	19,88	155,51	5,75	312,54	667,57	171,14	12,58
<b>Полдник</b>														
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 томатный 10г. с7-10 лет	593,02	10	0,11	0,45	0,79	7,77	0,00	0,05	10,71	0,03	1,78	1,69	0,72	0,04
яйцо*		40	5,00	4,60	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	86,00	4,80	1,00
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		450	10,71	11,07	45,27	323,58	0,21	39,65	127,29	2,10	116,83	254,12	63,40	3,70

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	48,29	36,39	199,02	1 315,55
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	75,404								
Полдник	24,596	3,75	59,53	282,80	7,84	429,38	921,69	234,54	16,28

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор  
ОВД18 Дети 12-18 лет

## Меню

среда

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	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	11,2	180	0,18		9,06	36,97	0,00	0,09	0,45		12,51	7,42	5,71	0,77
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	42,10	540,50	0,29	14,86	409,74	2,62	439,14	504,36	56,46	6,10

### Обед

Салат картофельный с огурцами солеными 100гр.	43	100	1,59	6,30	11,75	110,69	0,06	14,57	77,67	2,73	17,67	50,55	21,32	0,79
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	38,95	33,14	133,00	988,77	4,91	35,12	272,46	6,18	233,13	517,59	141,35	6,93

Коп-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	65,03	62,53	175,10	1 529,27
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		B1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	35,344								
Обед	64,656	5,20	49,98	682,21	10,81	672,28	1 021,95	207,80	13,04

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
<b>Обед</b>														
Салат картофельный с огурцами солеными 100гр.	43	100	1,59	6,30	11,75	110,69	0,06	14,57	77,67	2,73	17,67	50,55	21,32	0,79
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	38,95	33,14	133,00	988,77	4,91	35,12	272,46	8,18	233,13	517,59	141,35	6,93

<b>Полдник</b>														
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
Бутерброды с повидлом	95	60шт.	1,69	4,21	32,92	173,20	0,02		22,50	0,39	9,90	17,65	5,08	0,75
Итого за Полдник		400	2,45	4,77	56,71	280,08	0,07	14,10	30,00	0,67	46,63	41,30	24,12	2,44

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	41,40	37,90	189,71	1 268,85
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	77,927								
Полдник	22,073	4,98	49,22	302,47	8,85	279,76	558,89	165,46	9,37

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  
Огородникова С.А.

ОВД18 Дети 12-18лет

## Меню

четверг

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

<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Салат из квашеной капусты с луком 100г.	9	100	1,60	6,01	7,61	92,87	0,02	1,00	0,07	2,72	42,18	31,09	14,39	0,58
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		940	26,61	23,47	133,36	856,72	0,87	58,45	394,74	9,73	277,58	563,92	193,74	10,82

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	44,77	48,53	252,96	1 633,57
Макс. предел				
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	47,555	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	52,445	1,40	60,42	550,85	10,45	655,35	977,75	303,95	16,27

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черланцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"

Директор  
ОВД18

Огородников С.А.  
Дети 12-18 лет

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>														
Сок яблочный	11,24	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Салат из квашеной капусты с луком 100г.	9	100	1,60	6,01	7,61	92,87	0,02	1,00	0,07	2,72	42,18	31,09	14,39	0,58
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		940	26,61	23,47	133,36	856,72	0,87	58,45	394,74	9,73	277,58	563,92	193,74	10,82

<b>Полдник</b>														
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
Залежанка 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	37,01	30,75	222,42	1 318,33
Мин.предел				

Обед	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	64,985								
Полдник	35,015	0,98	59,47	441,11	11,47	438,72	745,59	239,66	12,91

Заведующая  
производством

Сысуева Г. В.

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



"Утверждаю"

Огородников С.А.

Директор  
ОВД18 Дети 12-18 лет

# Меню

пятница

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>														
Каша манная молочная 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	11,2	180	0,18		9,06	36,97	0,00	0,09	0,45		12,51	7,42	5,71	0,77
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	79,92	504,15	0,34	15,15	89,07	1,04	438,90	318,40	70,14	4,09

<b>Обед</b>														
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

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	51,04	49,01	231,83	1 580,24
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	31,903								
Обед	68,097	1,39	56,09	509,47	11,08	706,77	856,74	337,40	16,24

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
<b>Обед</b>														
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

<b>Полдник</b>														
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
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	6,30	3,48	58,73	302,44	0,13	14,60	23,77	1,04	105,40	105,82	32,63	2,27

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	40,82	39,91	210,64	1 378,53
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед	78,061								
Полдник	21,939	1,18	55,54	444,16	11,09	373,27	644,15	299,89	14,42

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