«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ «НОСШ»

MYHIULINIANIHOE
SIDINGETHOE
SI

«УТВЕРЖДАЮ»

Индивидуальный предприниматель

AHHA PYONEBA A.H

Основное (организованное)

меню для двухразового питания (завтрак ,обед)

учащихся льготной категории (сирот и детей оставшихся без попечения

родителей) 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД Возрастная категория: старше 12 лет

			1 день					
			ПиП	Пищевые вещества	ства	Энергетичес	No	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	кая ценность,кк	рецептур	Сборник
			ДЕНЬ 1					
недели т	DANIA SALIPANO POLITARIA NA PIACA C							
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С	250	6,92	12,36	54,53	357,95	177	2017
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,48	6,43	0	54	15	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	. 10	0,08	7,25	0,13	66	14	
SABTOAL	какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	104		
SABIFAN	хлек ржаной	25	2	0	10	51,5	574	2021
	хлек пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	95,3	573	2021
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	338	2017
Marco so approx aniin.		645	19,6	30,08	110,4	775,75		
and of the second second	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,32	3,27	5,63	60,40	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ							
	изделиями	300	3,45	3,30				
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,70	14,80	3,50	208,80		
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ	200	5,63	6,75	32,24	212,13		
ОБЕД	СОКИ ОВОШНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20			389	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,48	19,76) K/K	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,39	30,20	141,99	9 K/K	
Balton or Transmission	плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40			338	
HOID IN	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50					- KK	2011
Итого за прием пищи:		1150,00					915	
итого за день :		1795	55,66	64,57	/ 298,23	3 2004,32		

			- Heno			2		
			Пище	јевые вещества	ства	энергетичес	No	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	кая ценность,кк ал	рецептур	Сборник
FUEUR 1			ДЕНЬ 2					
4000	ОВОШИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	8,0	0,1			>	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	116	10,78	19,2	10,04	264		
	CROCKAROM	200	0,2	0,1	9,3	38	457	
	HANICCASATON	100			7	228,2	545	2021
3ABTPAK	СДОВНВІЕ ИЗВЕЛИИ	40	3(83,6	573	2021
	ХЛЕВ ПШЕНИЧНЫЙ	20				61,8	574	2021
	X/IEB P#AHON							
итого за прием пиши:		586	25,22	22,98	100,52	685,6		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	1.30	6,00	6,50	86,83	8 55	2011
	TO THE CONTROL OF THE PARTY OF	300			14,85	5 122,40	0 82	2011
	BOPH C NATION DIEN NING CON	100				5 152,00	0 262	
	CEPAHE B COSCE	200			6 35,43	3 205,40	303	
ОБЕД	FAC CLIBATION	200				0 76,20	0 349	
	NOWITO NO CIVILLON CONC.	40			0 19,73	3 92,80	0 K/K	
	VIEB PANICH	40			0 20,10	0 94,70	0 K/K	к 2011
	WIEB I IMERIA HIGH	100		0,40		0 47,00	0 338	8 2017
		1080	26,06	6 27,74	4 127,46		ω	
MILLO DO HOMON HINTON		1666	51,28	8 50,72	2 227,98	8 1562,93	ŭ.	

			Пищев	јевые вещества	ства	Энергетичес		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г		№ рецептур ы	Сборник
пделя 1			день з	ω[
	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,85	5,05	2,58	59,13	21	2017
	или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	0,8	0,1	1,7	10	10 70\71	2017
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120	9,9	9,66	14,11	183	239	2011
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,67	5,76	24,48	164,76		2017
SABTPAK	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0	20,4	84,8		2011
	хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	105,89	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,46	12	61,8	574	2021
Итого за прием пищи:		780	22,42	21,43	99,87	669,38		
	винегрет овощной	100	1,50	10,17	7,33	126,67	67	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	2,85	6,15	19,80	146,70	96	2011
	ГУЛЯШ	100	14,80	17,10	3,00	225,20	N	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕС							
ORFA	МАСЛОМ	200	7,20	5,60	45,73	258,80	203	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,10	111,10	342	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,27	0,40	19,73	92,80	K/K	2011
	хлеб пшеничный	60	4,60	0,40	30,20	142,00	K/K	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	2017
	СДОБЫЕ ИЗДЕЛИЯ	100	8,00	2,80	47,80	228,20	545	2021
Итого за прием пищи :		1200	41,82	43,22	210,50	1378,47		
итого за день:		1980	64,24	64,65	310,37	2047,85		

			4 день					
			ПиП	Пищевые вещества	ства	Энергетичес	No	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	кая ценность,кк ал	рег	Сборник
			ДЕНЬ 4	4				
HOW	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ	150/50	26.81	18.38	26,49	383,68	223	2017
	СГУЩЕННЫМ	30			14,76	62,7		2011
	ХЛЕР ПШЕНИНИВІИ	200					457	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200						2017
BARTPAK	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100						
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100	2,9	2,5	4	50	200	
		530	32,59	21,62	64,35	581,38	~	
того за прием пищи:		100			7 2 50	14.00	71\70	2011
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	TOO	0,00					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	300	6,90	6,60	22,80	176,70	0 102	
	LOLOBONO	100		N	13,02	312,73	3 268	2011
	клим вазкая из крупы пшеничной	200	5,33	5,47	7 32,40	200,27	7 303	
обед	CONTROL OF STATE OF S	200			0 20,20	0 92,00	0 389	2011
	CORN OBOMHBIE, Wryn Oboic 77 11 OA OE	40				0 92,80	0 K/K	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	70				0 165,80	0 K/K	2011
	хлеб пшеничный							k 2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50						
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100				2 1267.09		
Итого за прием пищи:		1160			255.07		7	
итого за день:		DEGT	0 /4,02	2 37,00			L	

			:					
			Пищ	Пищевые вещества	ства	Энергетичес	No	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	кая ценность,кк	рецептур	Сборник
					,	ал	0	рецептур
пделя 1			день 5					
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,6	6	8,23	94	9	2021
	или САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,32	3,27	5,63	60,4	45	2017
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	13,4	13,4	15	213	339	2021
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	180	5,50	6,00	24,60	174,6	303	2017
SABIPAN	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	. 200	1	0	20,4	84,8	389	2017
	хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	105,89	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,46		61,8	574	2021
итого за прием пищи:		660	29,02	29,53	110,46	794,49		
	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,80	6,89	2,50	61,67	21	2011
	или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	0,80	0,17	2,50	14,00	71\70	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	2,10	6,00	14,85	122,40	82	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120	9,47	3,47	9,70	113,20	240	2011
OSEA	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	5,07	7,07	51,87	290,67	304	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,70	0,02	15,00	60,00	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,27	0,40	19,73	92,80	K/K	2011
	хлеб пшеничный	60	4,60	0,40	30,20	142,00	₹/⊀	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	2011
	кондитерские изделия	50	5,30	0,40	35,10	165,80 K/K	K/K	2011
Итого за прием пищи:		1120	25,40	24,65	153,65	929,74		
итого за день :		1780	54,42	54,18	264,11	1724,23		

			ПиП	Пищевые вещества	_	Энергетичес		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	іеводы , г		№ рецептур ы	Сборник
педеля 2			день 6	6				
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С М/С	250	6,92	12,36	54,53	357,95	177	2017
	или КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ	310	0 1	10 72	33 3	,		
	NESTIBLE IN/C	OT7	6,11	10,72	32,38	251	181	201/
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,38	10	51,5	574	2021
3ABTPAK	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	. 55	2,4	4,5	28,5	161,7	2	2021
	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ	200	2,8	2,5	13,6	88	379	2017
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	8,6	47	338	2017
Итого за прием пищи:		840	20,63	30,86	148,81	957,15		
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,83	13,33	74,67	159,17	K/K	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	200	2 4 5	ى د	2	1		
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	270	22 87	14 12	48 24	412.24	201	2011
OEEn	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	92	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,6	24,7	116	K/K	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,65	0,3	30,15	142,05	K/K	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	338	2011
	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	55	2,4	4,5	28,5	161,7	2	2021
Итого за прием пищи :		1135	39,40	36,75	260,55	1271,30		
итого за день:		1975	60,03	67,61	409,36	2228,45		

6 день

			7 день					
			Пищевь	евые вещества	ства	Энергетичес	N _o	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	кая ценность,кк	рецептур	Сборник
		1			`,	ал	<u> </u>	рецептур
e neng o			ДЕНЬ 7	7				
The same of	ОВОШИ НАТУРАЛЬНЫЕ	100	0,75	0,13	1,75		70	2017
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	10,85	10,25	43,41	310,27		2017
	улек ржаной	20	1,7	0,7	9,7	51,8	574	2021
	СОКИ ОВОШНЫЕ ФРУКТОВЫЕ ЯГОДНЫЕ	200	1	0	20,4	84,8	389	2017
ЗАВТРАК	плолы или яголы свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338	2017
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	. 40	3	3,92	33,76	186	K/K	2011
итого за прием пищи:		660	17,7	15,4	118,82	692,87		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	1,33	6,00	6,50	86,83		
	БОРІП С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300		9	14,85	122,4		
	КОТЛЕТА ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100		10,5	5,2			
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	200	5,33	5,47	32,40	200,27		
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0	18,2		-	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,27	0,40	19,73	92		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60) 4,6	5 0,4	(L)	1		
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	1 0,4	4 9,8	8 47	/ 338	/107
Итого за прием пищи:		1100					110	
итого за день:		1760	0 46,63	3 44,57	/ 255,/0	1544,57	L	

итого за прием пищи:

		1812,28	243,41	61,88	53,17	1785		того за день :
		1116,93	156,82	37,66	33,69	1125		того за прием пищи:
2011	K/K	82,9	17,55	0,2	2,65	25	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	
2017	338	47	9,8	0,4	0,4	100	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	
2011	K/K	142,00	30,20	0,40	4,60	60	хлеб пшеничный	
2011	Κ/κ	46,40	9,87	0,20	1,13	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3
2011	389	92,00	20,20	0,20	1,00	200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	OREA
2011	303	190,27	27,07	6,53	6,13	200	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	
2021	339	243,00	15,00	13,41	13,42	100	БИТОЧКИ	
2011	96	146,70	19,80	6,15	2,85	300	РАССОЛЬНИК	
2011	67	126,67	7,33	10,17	1,50	100	винегрет овощной	
		695,35	86,59	24,22	19,48	660		того за прием пищи:
2021	574	61,8	12	0,46	2,4	30	хлеб Ржаной	
2021	573	105,89	24,6	0,4	3,8	50	хлеб пшеничный	
2011	386	100	8	5	5,8	200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	BABTPAK
2017	312	164,76	24,48	5,76	3,67	180	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	
2017	261\332	159	3,81	7,76	2,72	100	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	
2017	53	103,9	13,7	4,84	1,09	100	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	
					ДЕНЬ 8			ALAIR 2
рецептур	<u>a</u>	ал	`-					
Сборник	рецептур	кая ценность,кк	Углеводы	Жиры, г	Белки, г	Вес блюда	Наименование блюда	Прием пищи
	Nio	Энергетичес		евые вещества	Пищевь			

8 день

того з	того за											000 3a		Ī						ДЕЛЯ 2	Ī	7.	
гого за день :	того за прием пищи:					ОБЕД						ого за прием пищи:			SABIPAN	ARTRAL				2		Прием пищи	
		сдовые изделия	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	хлеб пшеничный	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	ГОРОХОВЫЙ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	хлеб пшеничный	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ			Наименование блюда	
1945	1185	100	100	30	50	200	200	105	300		100	760	100	30	50	200	180	100	100			Вес блюда	
62,46	38,08	8,00	0,40	1,70	3,83	1,00	5,63	9,30	6,90		1,32	24,38	0,40	2,40	3,80	0,20	5,50	11,28	0,8	ДЕНЬ 9		Белки, г	ПиП
52,87	33,65	2,80	0,40	0,30	0,33		6,75		6,60		3,27	19,22	0,40	0,46	0,40	0,02	6,00	11,84	0,1	9		Жиры, г	Пищевые вещества
303,54	190,54	47,80	9,80	14,80				12,10	22,80		5,63	113,00	9,80	12,00	24,60	26,40	24,60	13,9	1,7		,,	Углеводы	ства
1919,66		228,20	47,00	69,60	118,33	92,00		208,00			60,40	707,29	47,00	61,80	105,89	106,00	174,60	202	10		ал	кая ценность,кк	Энергетичес
[6	7	0 545		O K/K	8 K/K	389) 45		338	574	573	480	303	290/331	70/71		9	рец	N _o
		2021									2011		2017				2017	2017			рецептур	Сборник	

			10 день					
			ПиП	Пищевые вещества	ства	Энергетичес	No	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	кая ценность,кк ал	рецептур	Сборник
1700 2			ДЕНЬ 10	.0				
	Сулут из свеклы с огурпами солеными	100	1,33	6	6,5	86,83	55	2017
	OBOILIN HATVPA/INHNIE TO CE3OHY	100		0,1	1,7	10	10 70/71	2017
	MGCO TYXOROE (PATY N3 MGCA)	280	18	2,	27,55	441,47	258	2017
	HAM C CAXAPOM	200				38	457	2021
BABTPAK	хлек пшеничный	. 50			24,6	105,89	573	2021
	хлеб ржаной	30	2,4	0,46	12	61,8	574	2021
The same of the sa		760	26,43	31,69	79,95			
and the other contraction	ОВОШИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	0,83	0,17	2,50	14,00	71\70	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	300	2,55	3,15	20,55			
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,78	16,56	12,56	244,78	3 294	1107
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕС	200	7,20	5,60	45,73	258,80		
Овед	плолы или яголы свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
	компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	27,10		342	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,83	3 0,50				
	хлеб пшеничный	30	2,30					
	кондитерские изделия	50	5,30				K/K	1107
пто за прием пищи:		1130	0 32,39	9 27,17			, 1 00	
гого за день :		1890	0 58,83	3 58,86	6 2/3,06	6 1884,12		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Возраст петей	завтрак обед	обед
Dospaci Acies	6881	11385
Старие за период	688,1	1138,5

		Пищ	Пищевые вещества		Энергетичес
				Vinononii	кая
Итого		Белки, г Жиры, г		углеводы	ценность,кк
				,,,	ал
		581.54	577,56	2840,82	18576,88
Всего за период				١	1857 69
Сроднее значение за период		58,15	5/,/6	284,00	
CPC America					
Возраст летей	завтрак обед	обед			
Crapine 12 ner	6881	11385			