«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ «НОСИ» половнов половнов

«УТВЕРЖДАЮ»

Индивидуальный предприниматель

AHHA PYGARBA A.H

AHHA

Основное (организованное)

меню для одноразового питания (обед)

учащихся льготных категорий 1-4 классов в общеобразовательных учреждениях

## ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 7-11 лет

		1 день						
			Пищ	Пищевые вещества	ства	Энергетиче	No	Chonner
Прием пищи	Наименование блюда	bec			Углеводы,	ская	рецептур	COOPINA
		олюдо	велки, г	лиры, г	7	ценность	ы	Pride Ab
неделя 1			ДЕНЬ 1					
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	1,05	2,61	4,51	48,32	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ							
	изделиями	250	2,88	2,75	20,25	117,63	103	2011
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,70	14,80	3,50	208,80	290	2011
обед	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ	150	4,22	5,06	24,18	159,10	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,80	0,60	24,70	116,00	K/K	2011
	хлеб пшеничный	40	3,05	0,26	20,13	94,66	K/K	2011
того за прием пищи :		870	28,70	26,28	117,47	836,51		

		,	Пище	Пищевые вещества	ства	Энергетиче	No	CKONLINK
Прием пищи	Наименование блюда	Вес			Углеводы,	ская	рецептур	ркпептур
		ододо	релки, г	лиры, г	7	ценность	ы	bde 16
неделя 1			ДЕНЬ 2					
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ							
	СОЛЕНЫМИ	80	1,07	4,80	5,20	69,47	55	2011
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	250	1,75	5,00	12,38	102,00	82	2011
	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	100	13,08	9,18	2,85	152,00	262	2011
ОБЕД	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,56	4,17	26,57	154,05	303	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,40	0,00	18,20	76,20	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,70	0,30	14,80	69,60	K/K	2011
	хлеб пшеничный	40	3,10	0,20	20,10	94,70	K/K	2011
того за прием пищи :		850	23,66	23,65	100,10	718,02		

2 день

J					
1		-	Ļ	ļ	
١	٠	1	b		
I			i	C	)
I					
I		.1	u	Į	
١					

			рти П	Пищевые вещества	ства	Энергетиче	No	Сборник
Прием пиши	Наименование блюда	бес	1		Углеводы,	ская	рецептур	COOPINI
		блюдо	ьелки, г	жиры, г	7	ценность	ь	pademyp
нелеля 1			ДЕНЬ 3					
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,20	8,13	5,87	101,33	67	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,38	5,13	16,50	122,25	96	2011
	ГУЛЯШ	100	14,80	17,10	3,00	225,20	260	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕС							
ОБЕД	МАСЛОМ	150	5,40	4,20	34,30	194,10	203	2011
	компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	27,10	111,10	342	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	. 30	1,70	0,30	14,80	69,60	K/K	2011
	хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	15,10	71,00	K/K	2011
того за прием пищи :		840	27,98	35,26	116,67	894,58		

		,	Пище	Пищевые веще	щества	Энергетиче	No	Change
Прием пищи	Наименование блюда	Вес			Углеводы,	ская	рецептур	акпептия
		ододо	релки, г	лиры, г	Г	ценность	ь	hde 1 h
неделя 1			ДЕНЬ 4					
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	80	0,67	0,13	2,00	11,20	71\70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ							
	ГОРОХОВЫЙ	250	5,75	5,50	19,00	147,25	102	2011
	котлеты	90	13,50	19,80	11,72	281,45	268	2011
обед	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	4,00	4,10	24,30	150,20	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,80	0,60	24,70	116,00	K/K	2011
	хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	15,10	71,00	K/K	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	1,88	2,45	21,10	116,25		
ого за прием пищи :		875	30,02	30,53	117,02	869,10		

4 день

		799.38	128 98	20 74	30 06	200		
		116,25	21,10	2,45	1,88	25	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	
1107	K/K	71,00	15,10	0,20	2,30	30	хлеб пшеничный	
2011	K/K	69,60	14,80	0,30	1,70	. 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	
2011	376	60,00	15,00	0,02	0,70	200	ЧАЙ С САХАРОМ	
2011	304	218,00	38,90	5,30	3,80	150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	обед
2011	240	113,20	9,70	3,47	9,47	120	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	
2011	82	102,00	12,38	5,00	1,75	250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	
2011	71\70	11,20	2,00	0,13	0,67	80	или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	
2011	21	49,33	2,00	4,00	0,67	80	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	
					ДЕНЬ 5			неделя 1
P. H. C	Б	ценность	7	жиры, г	ьелки, г	олюдо		
DKIIAUTAD	рецептур	ская	Углеводы,	1		per	Наименование блюда	Прием пищи
Сборник	No	Энергетиче	ства	Пищевые вещества	Пище	8		
						5 день		

١	١		

1010					T	Ī	Ī			2	T
ние за прием пищи					обед				неделя 2	Прием пищи	
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	хлев пшеничный	ХЛЕБ РЖАНОЙ	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	плов из птицы	изделиями	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		Наименование блюда	
820,00	55	40	50	200	200	250		80		блюдо	Rec
28,18	2,4	3,1	2,8	1	16,94	w		<u></u>	ДЕНЬ 6	Белки, г	Пищ
24,88	4,5	0,2	0,6	0,2	10,46	w		11		Жиры, г	Пищевые вещества
180,71	28,5	20,1	24,7	20,2	35,73	20		60		Углеводы,	ства
853,02	161,7	94,7	116	92	305,36			127		ценность	Энергетиче
10	7 2	7 5/5	5 K/K	389	291			K/K		рецептур	No
	2011	2011		2011	2011			2011		ркцептур	Сборник

		800,47	124,05	36,5/	27,80	840		на за прием пищи
			2					
							VIEP IIMEDVIADON	
TT07	天/天	71,00	15,10	0,20	2,30	30	עחבב חווובחואחחרווא	
2011			14,80		1,70	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	
2011					-,	100	KOMITOT NIS CIVIECN CYNOWRYNTOD	
2011	349	76,20	18,20	0,00	0.40	200	TOWARD IN CAMECIA CAYOMBAKTOR	
1107	303	150,20	24,30	4,10	4,00	150	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	0660
202					- Color	100	KOLJIETA JIMBNI EJIBCKAN	
TT07	308	84,00	5,20	10.50	12.50	100	מאסים ביים ביים ביים ביים ביים ביים ביים ב	
1107	78		41,25	16,67	5,83	250	БОРШ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	
2011	00					00	COJIEHBIIVINI	
2011	55	69,47	5,20	4,80	1.07	80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ	
								o university
					ДЕНЬ 7			THE PROPERTY.
:	ы	ценность	7	жиры, і	ьелки, г	блюдо		Thursday Harry
ркцептур	рецептур	ская	Углеводы,		1	Бес	Наименование блюда	Figure 2
Сборник	No	Энергетиче		Пищевые вещества	Пище			
						/ День		
						7 2044		

l	$\alpha$
ľ	Þ
ľ	e
ı	I
ı	σ

		-						
		Bor	Пищ	Пищевые вещества	ства	Энергетиче	No	6
Прием пищи	Наименование блюда	блюдо	Белки. г	Живы. г	Углеводы,	ская	рецептур	Соорник
					7	ценность	<u>6</u>	P
неделя 2			ДЕНЬ 8					
	винегрет овощной	80	1,20	8,13	5,87	101,33	67	2011
	РАССОЛЬНИК	250	2,38	5,13	16,50	122,25	96	2011
	БИТОЧКИ	100	13,42	13,41	15,00	243,00	339	2021
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,60	4,90	20,30	142,70	303	2011
0617	СОКИ ОВОШНЫЕ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОЛНЫЕ	. 200	1,00	0,20	20,20	92,00		
							389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	1,70	0,30	14,80	69,60	K/K	2011
	хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	15,10	71,00	к/к	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	1,88	2,45	21,10	116,25		
вто за прием пищи :		895	28,47	34,72	128,87	958,13		

		Acres	Пище	Пищевые веще	ства	Энергетиче	No	Сборник
THE PARTY OF THE P	Наименование блюда	Bec	Белки г	Жиры, г	Углеводы,	ская	рецептур	ркцептур
						-		
			ДЕНЬ 9					
HILLIAN 2		200	1 05		15 7	48.32	45	2011
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	T,US	10,2	1,01	10,01		
	STORE THE LINE OF SORDING							
	CYLINATIO COLOR COLOR	250	5.75	5.50	19,00	147,25	102	1107
	ГОРОХОВЫИ	100			17 10	208 00	280	2011
	фрикалельки в соусе	105	9,30	13,00	77,10			
	אריווי אינייי אינייי איניייי איניייי איניייי איניייי איניייי אינייייי איניייייייי	150	4,22	5,06	24,18	159,10	303	1107
Waso	RAMA BASKAA NO KESTIOI TIMETITION							
	СОКИ ОВОШНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	300	1 00	0.20	20,20	92,00	389	2011
		2007			15 10	71 00	Z/X	2011
	хлеб пшеничный	30	2,30		17,10			
	VIEE DWAHON	30	1,70	0,30	14,80	00,00		
	XIED FAATON	5			23 90	114,10	0 545	2021
	сдобые изделия	50						
нимп мэнди н н	2	895	25,32	10,01			Ľ	

за приом пиши за	KOHAV	X/IEB II		VUEE D	KOMTO	101010		MACTOM		KOTAET	000	CVII KAR	ОВОЩИ	HEAFAN Z		Привил пищи			
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	X/IEB IIMEHVIADON		VЛЕБ РЖАНОЙ	KOMPOT N3 CBEXXIX IDIOHOD	COSTANT DO DOB	плолы или ягоды свежие	M	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	KOTJETPI PAPITEHHPIE NO III NICHOI	THINTE ON THIS	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	овощи натуральные по сезопу	מושים של היים היים היים היים היים היים היים היי		Наименование блюда			
955	1	25	30	30		200	TOO	100	150		90	0.07	750	80		блюдо	Bec		
24,37		1.88	2,30	T,/0		0,20		0.40	5,40		9,70	CT17	2 13	0,67	ДЕНЬ 10	Белки, г		Пище	
/ 25,41	2	8 2,45	0,20		020	0,20		0.40	4,20		14,90		2.63	0,13		Жиры, г		Пищевые вещества	
	152 63	21,10	15,10		14.80	2/,10		9,80	34,30		OC'TT	11 00	17,13	2,00		7	Углеводы,	ства	
	941.93	116,25			69,60			47,00	1			UE UCC	101,38	07'TT		ценность	ская	энергетиче	T. COTINIO
L	ώ	V X/X		2/2	0 5/5		342	0 338				294	3 101			ы	рецептур	_	No
				2011	K ZULL		2011	2011				2011	TT07		2011		ркцептур	Сборник	

7-11 net 87	0/2/0	значение за период
	07	1 лет
	8725	зраст детен