

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Азалия»



И.А. Левадная

СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ СОШ №2
с. Кочубеевское



Е.И. Неганова

ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

приготавливаемых блюд
(Завтрак, обед) для детей

с ограниченными возможностями здоровья

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: Осенне-зимний

2023 - 2024 год

ПРИМЕРНОЕ 12-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для детей с ограниченными возможностями здоровья
в возрасте от 7 до 11 лет (бюджетные средства)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к-во Ккал	Витамини, мг.				Минерал, мг.			№ Рецептуры	
1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ		7-11 лет					B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P		Fe
ЗАВТРАК	Котлеты из говядины	90	13,2	10,1	19,9	225,6	0,016	0,044	3,14	0	2,93	7,08	60,51	0,87	Дели притт 2005 - 268
	Каша раскатчатая (рисовая) с овощами	150	2	0,6	21,7	120	0,03	0,03	0,81	0,6	11,4	30,5	81,7	0,62	Хлебобулочники 2004 - 301
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели притт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	495	17,7	11,1	69,2	469,2	0,096	0,094	4,486	0,6	22,04	48,48	168,31	2,29	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дели притт 2005 -330
	Голубцы любительские	90/30	13,26	81	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	31,2	31,41	143,8	2,1	№31-1984г.
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 202, 203
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	60	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	855	26,76	88,4	98,3	644,3	0,36	0,29	5,92	21,25	108,5	112,31	514,9	8,4	
1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10	4,4	8,2	32,8	200	0,04	0,02	0,88	0,73	101,14	9,6	10	0,36	Дели притт 2005 - 181
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
	Булочка "Васрушка" (50 г.)	1шт.	3,5	3	28	156	0,03	0,03	0	0	11	0	0	1	Дели притт 2005 - 429
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели притт 2005 - 14
	Итого	522	9,4	21	78,6	522	0,0707	0,07	0,89	0,83	119,652	9,6	12,61	2,177	
ОБЕД	Суп картофельный с капустой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели притт 2005 - 103, 297
	Котлеты рыбные	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели притт 2005 - 234
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дели притт 2005 - 128
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели притт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	730	23,9	23	84,2	684	0,35	0,39	10,851	15,81	150,46	142,68	610,42	10,13	
1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Птица (курица) тушеная с соусе сметанном с томатом, морковью	90/50	16,6	38,3	6,8	401,4	0,13	0,15	5,55	8,68	61	33,46	147	3,27	Хлебобулочники 2004 - 490, Дели притт 2005 - 331
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 202, 203
	Чай с молоком	150/50/15	1,4	1,6	17,7	91	0,04	0,16	0,12	1,33	126,6	15,4	92,8	0,41	Дели притт 2005 - 378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	550	23,8	40,9	65,6	697,9	0,36	0,41	7,86	10,01	226,5	96,76	405,9	7,48	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дели притт 2005 - 102
	Фрикадельки из птицы (курица)	90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дели притт 2005 - 297
	Каша раскатчатая рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дели притт 2005 - 171
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	29	117	0,011	0,011	0	5,44	11,2	0	0	0,26	Дели притт 2005 - 342
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого	730	24,22	24,2	101,45	740,4	0,157	0,221	6,97	16,358	139,68	90,38	445,49	5,138	
1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК №1	Суп молочный с крупой (рис)	250	4,5	4,9	19,6	140,8	0,08	0,23	1,66	0,8	148	20	125	0,5	Дели притт 2005 - 121

	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели притт 2005 - 14
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели притт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>430</i>	<i>7,1</i>	<i>13,5</i>	<i>47,3</i>	<i>339,4</i>	<i>0,1307</i>	<i>0,26</i>	<i>2,206</i>	<i>0,8</i>	<i>157,822</i>	<i>30,9</i>	<i>153,71</i>	<i>1,317</i>	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,9	8,3	84,8	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дели притт 2005 - 88
ОБЕД	Котлеты рубленые из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели притт 2005 - 294
	Капша раскатанная (гречневая)	150	3,6	2,4	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	3,2	Дели притт 2005 - 171
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>805</i>	<i>22,7</i>	<i>22,1</i>	<i>66,3</i>	<i>701,7</i>	<i>0,206</i>	<i>0,26</i>	<i>8,77</i>	<i>22,568</i>	<i>122,68</i>	<i>61,63</i>	<i>278,49</i>	<i>6,69</i>	
1 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ	<i>Итого за день</i>	<i>1235</i>	<i>29,8</i>	<i>35,6</i>	<i>113,6</i>	<i>1041,1</i>	<i>0,3307</i>	<i>0,52</i>	<i>10,976</i>	<i>23,368</i>	<i>280,502</i>	<i>92,53</i>	<i>432,2</i>	<i>8,007</i>	
ЗАВТРАК	Котлеты рыбные	90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели притт 2005 - 234
	Капша раскатанная рисовая	150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дели притт 2005 - 171
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>552</i>	<i>18,65</i>	<i>18,9</i>	<i>65,95</i>	<i>528,1</i>	<i>0,15</i>	<i>0,17</i>	<i>2,59</i>	<i>0,21</i>	<i>80,3</i>	<i>80,5</i>	<i>357,5</i>	<i>6,21</i>	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,8	12	98,2	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дели притт 2005 - 234
	Бытчики из птицы (курица)	90	12,2	11,6	12,1	201,3	0,08	0,32	16,2	0	29,8	98,28	178,2	0,09	Дели притт 2005 - 294
	Макaronные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов	200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели притт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
1 НЕДЕЛЯ 6 ДЕНЬ	<i>Итого</i>	<i>730</i>	<i>25,4</i>	<i>17,4</i>	<i>96,4</i>	<i>632,2</i>	<i>0,33</i>	<i>0,48</i>	<i>19,401</i>	<i>21,1</i>	<i>135,7</i>	<i>202,18</i>	<i>367,92</i>	<i>7,54</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>1282</i>	<i>44,05</i>	<i>36,3</i>	<i>162,35</i>	<i>1160,3</i>	<i>0,48</i>	<i>0,65</i>	<i>21,991</i>	<i>21,31</i>	<i>216</i>	<i>282,68</i>	<i>725,42</i>	<i>13,75</i>	
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (консервированная)	60	0,6	3	4,8	50,7	0,02	0,02	0,37	2,8	54	10,86	33	0,44	T24/96
	Омлет натуральный	106	10,5	13,2	11,1	205	0,08	0,4	0,18	0,2	79,72	12,48	174,6	2,04	Дели притт 2005 - 210
	Масло сливочное "Крестьянское"	10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели притт 2005 - 14
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели притт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	Дели притт 2005 - 376
ОБЕД	<i>Итого</i>	<i>421</i>	<i>13,7</i>	<i>24,8</i>	<i>43,6</i>	<i>454,3</i>	<i>0,1507</i>	<i>0,45</i>	<i>1,096</i>	<i>3</i>	<i>143,542</i>	<i>34,24</i>	<i>236,31</i>	<i>3,297</i>	готовая продукция
	Суп картофельный с крутой (рис)	250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дели притт 2005 - 101
	Фрикадельки из рыбы	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели притт 2005 - 294
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дели притт 2005 - 128
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	29	117	0,011	0,011	0	5,44	11,2	0	0	0,26	Дели притт 2005 - 342
2 НЕДЕЛЯ 7 ДЕНЬ	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>730</i>	<i>22,9</i>	<i>24,9</i>	<i>88,8</i>	<i>710,6</i>	<i>0,331</i>	<i>0,281</i>	<i>6,17</i>	<i>25,96</i>	<i>97,06</i>	<i>77,83</i>	<i>355,02</i>	<i>4,52</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>1151</i>	<i>36,6</i>	<i>49,7</i>	<i>132,4</i>	<i>1164,9</i>	<i>0,4817</i>	<i>0,731</i>	<i>7,266</i>	<i>28,96</i>	<i>240,602</i>	<i>112,07</i>	<i>591,33</i>	<i>7,817</i>	
ЗАВТРАК	Терфели из говядины соусом сметанным с томатом (1й вариант)	90/50	13	18,67	18,67	300,54	0,05	0,08	1,78	3,74	13,51	8,4	110,14	1,73	Дели притт 2005-278,331
	Капша раскатанная (гречневая)	150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 171
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели притт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	<i>Итого</i>	<i>250</i>	<i>19,1</i>	<i>21,47</i>	<i>84,97</i>	<i>670,14</i>	<i>0,24</i>	<i>0,18</i>	<i>4,026</i>	<i>3,74</i>	<i>53,22</i>	<i>57,3</i>	<i>276,24</i>	<i>5,73</i>	
ОБЕД	Суп картофельный с лапшой	250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели притт 2005 - 103, 297
	Голубцы мясные	90/30	13,26	81	18,8	205	0,06	0,1	2,3	13,55	31,2	34,41	143,8	2,1	Дели притт 2005 - 19844-
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 202, 203
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
1 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ	<i>Итого</i>	<i>855</i>	<i>24,96</i>	<i>87,1</i>	<i>91</i>	<i>615,3</i>	<i>0,35</i>	<i>0,42</i>	<i>13,49</i>	<i>16,88</i>	<i>136,9</i>	<i>130,31</i>	<i>549,9</i>	<i>11,1</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>1445</i>	<i>44,06</i>	<i>108,57</i>	<i>175,97</i>	<i>1285,44</i>	<i>0,59</i>	<i>0,6</i>	<i>17,516</i>	<i>20,62</i>	<i>190,12</i>	<i>187,61</i>	<i>826,14</i>	<i>16,83</i>	

2 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса с маслом		200/10	3	7	30	180	0,01	0,03	0,65	0,15	30	4	24,5	0,05	Дели притт 2005 - 174
	Булочка "Домашняя" (50г.)		1шт.	4	2,6	27,1	148	0,01	0,01	0,42	0	2,3	8,3	21	0,4	Дели притт 2005 - 424
	Масло сливочное "Крестьянское"		10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели притт 2005 - 14
	Чай с лимоном		200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
	Итого		507	8,5	19,4	74,9	494	0,0207	0,06	1,08	0,25	39,812	12,3	48,11	1,267	Дели притт 2005 - 102
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми		250	5,07	5,4	23,8	163,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048	Дели притт 2005 - 102
	Котлеты рубленые из птицы (курица)		90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели притт 2005 - 294
	Каша рассыпчатая (гречневая)		150	3,6	2,4	38,7	246	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 171
	Компот из смеси сухофруктов		200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели притт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный		40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
Итого за день		805	28,47	21	119,7	824,4	0,31	0,24	6,381	10,45	118,7	126,15	504,1	7,888	Дели притт 2005 - 102	
Итого за день		1312	36,97	40,4	194,6	1318,4	0,3307	0,3	7,461	10,7	158,512	138,45	552,21	9,155		
2 НЕДЕЛЯ 9 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Фрикадельки из птицы (курица)		90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дели притт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные		150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 202, 203
	Компот из свежих плодов		200	0,2	0	29	117	0,011	0,011	0	5,44	11,2	0	0	0,26	Дели притт 2005 - 342
	Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого		470	22,5	14,7	84,4	561	0,237	0,191	6,15	6,358	93,68	60,88	262,49	5,09	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем		250	1,7	4,9	8,3	84,8	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дели притт 2005 - 88
	Каша рассыпчатая рисовая		150	2,05	4,7	21,75	157,5	0,12	0,06	1,68	0	32	38	139	3,2	Дели притт 2005 - 171
	Зразы рубленые (говядина)		90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,05	0,09	1,87	1,54	36,78	22,82	113,6	6,07	Дели притт 2005 - 274
	Чай с сахаром		200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели притт 2005 - 376
	Хлеб пшеничный		40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
Итого за день		822	19,85	22,8	71,05	389,7	0,16	0,23	5,086	22,64	126,49	94,72	371,7	10,92		
Итого за день		1292	42,35	37,5	155,45	1150,7	0,397	0,421	11,236	28,998	220,17	155,6	634,19	16,01		
2 НЕДЕЛЯ 10 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы		200/10	4,4	8,2	32,8	200	0,04	0,02	0,88	0,73	101,14	9,6	10	0,36	Дели притт 2005 - 181
	Булочка "Веселушка" (50 г.)		1шт.	3,5	3	28	156	0,03	0,03	0	0	11	0	0	1	Дели притт 2005 - 429
	Чай с сахаром		200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели притт 2005 - 376
	Итого		540	8	11,2	75,8	416	0,07	0,05	0,936	0,73	112,95	10,6	10	1,56	
	Суп картофельный с лапшой		250	2,5	3,5	13,4	113,8	0,1	0,21	9	3,23	61,4	48	240	4,4	Дели притт 2005 - 103, 297
ОБЕД	Котлеты рыбные		90	12,8	12,2	13,9	216	0,1	0,08	0,43	0,11	36	32,6	192,4	1,61	Дели притт 2005 - 234
	Картофельное пюре		150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дели притт 2005 - 128
	Компот из смеси сухофруктов		200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели притт 2005 - 349
	Хлеб пшеничный		40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
	Итого		730	23,9	23	84,2	684	0,35	0,39	10,851	15,81	150,46	142,68	610,42	10,13	
Итого за день		1270	31,9	34,2	160	1100	0,42	0,44	11,787	16,54	263,41	153,28	620,42	11,69		
2 НЕДЕЛЯ 11 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (консервированная)		60	0,6	3	4,8	50,7	0,02	0,02	0,37	2,8	54	10,86	33	0,44	Дели притт 2005 - 174
	Омлет натуральный		106	10,5	13,2	11,1	205	0,08	0,4	0,18	0,2	79,72	12,48	174,6	2,04	Дели притт 2005 - 210
	Масло сливочное "Крестьянское"		10	0,1	8,2	0,1	75	0,0007	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017	Дели притт 2005 - 14
	Чай с лимоном		200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели притт 2005 - 377
	Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция
ОБЕД	Итого		428	15	26,4	46,3	485,3	0,1507	0,46	1,04	3,1	148,132	33,24	236,31	3,897	
	Суп картофельный с крупой (рис)		250	4,3	4,8	20,7	142,8	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7	Дели притт 2005 - 101
	Фрикадельки из птицы (курица)		90	14,5	13,7	14,3	238,5	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03	Дели притт 2005 - 297
	Макаронные изделия отварные		150	5,4	0,6	28,5	141,9	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2	Дели притт 2005 - 202, 203
	Компот из смеси сухофруктов		200	3,8	0	31,2	127,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8	Дели притт 2005 - 349
Хлеб пшеничный		40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция	
Итого за день		735	30,4	19,5	107,3	714	0,336	0,26	7,591	8,518	132,48	126,88	558,49	9,33		

2 НЕДЕЛЯ 12 ДЕНЬ		Итого за день	1163	45,4	45,9	153,6	1199,3	0,4867	0,72	8,631	11,618	280,612	160,12	794,8	13,227	
ЗАВТРАК	Котлеты рубленые	90	11,88	16,74	10,44	239,4	0,046	0,08	0,52	0,34	44,13	22,33	99,55	0,79	Дели прит 2005 - 230	
	Картофельное пюре	150	2,4	6,9	13,1	163,4	0,1	0,08	0,93	12,47	29,16	19,18	60,92	0,72	Дели прит 2005 - 128	
	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60	0,00	0,00	0,056	0	0,81	1	0	0,2	Дели прит 2005 - 376	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция	
	Итого	448	16,78	24,04	51,14	526,4	0,196	0,18	1,986	12,81	81	52,41	186,57	2,31	Дели прит 2005 - 82	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,8	12	98,2	0,06	0,06	1	21,1	50	23	93	0,85	Дели прит 2005 - 82	
	Котлеты рубленые из птицы (курица)	90	13,6	12,8	13,4	223,8	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24	Дели прит 2005 - 294	
	Капша рассольчатая (пшеничная)	150	5	4,8	36,1	207,7	0,12	0,05	0,59	0	20,05	28,52	132,48	2,25	Дели прит 2005 - 302	
	Чай с лимоном	200/15/7	1,4	1,6	17,7	91	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8	Дели прит 2005 - 377	
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,4	12,6	63,6	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6	готовая продукция	
Итого за день		820	24	24,4	91,8	684,3	0,29	0,23	5,4	21,65	99,15	77,17	314,58	5,74		
ВСЕГО ЗА ПЕРИОД		1268	40,78	48,44	142,94	1210,7	0,486	0,41	7,386	34,46	180,15	129,58	501,15	8,05		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ		9795	314,24	421,84	1151,64	8751,3	3,726	3,872	108,867	231,804	1599,26	1437,33	5668	99,836		
ЗА 12 ДНЕЙ		1985,58	62,76	84,88	241,41	1827,44	0,72	0,81	20,23	38,23	351,34	268,32	1083,53	19,33		

Меню составлено согласно нормативных документов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Киев 1998г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Москва, 2005г.
3. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М.Скрябин, В.А.Тутельян, Москва 2008 г.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Москва, 2004г.

Соотношение белков, жиров, углеводов 1:1:4

Инженер-технолог:



Сведен С. В.