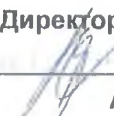



СОГЛАСОВАНО:  
зам. Начальника МТОУ Роспотребнадзора №3  
по Ставропольскому краю

  
(Попова О.А.)  
Апрель 2024г.

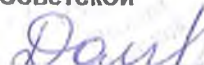
УТВЕРЖДАЮ:

  
Директор ООО "НВ - Групп"  
(Редькина В.В.)  
Апрель 2024г.


**Перспективное десятидневное меню  
рационов питания (завтрак, обед) для обеспечения питанием детей 7-11 лет в пришкольном летнем  
оздоровительном лагере с дневным пребыванием.**

СОГЛАСОВАНО:  
Директор Гимназия МБОУ СОШ №1 г.  
Новопавловска  
  
(Мельниченко И.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "Новопавловская  
СОШ №2"  
  
(Киндюк А.Г.)  
Апрель 2024г.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №3" с.  
Советской  
  
(Долганова И.И.)  
Апрель 2024г.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №4" ст.  
Зольская  
  
(Шуткова М.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
и.о. Директора МБОУ "СОШ №5" ст.  
Марьинской  
  
(Масюкова Т.А.)  
Апрель 2024г.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №6" п.  
Комсомолец  
  
(Пеушина И.А.)  
Апрель 2024г.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №7" п.  
Коммьяк  
  
(Блохина А.П.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №8" с.  
Горнозаводского  
  
(Жулинова В.А.)  
Апрель 2024г.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №9" ст.  
Старопавловской  
  
(Наседко В.А.)  
Апрель 2024г.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №10" с.  
Орловки  
  
(Сердюк В.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №13" г.  
Новопавловска  
  
(Моисеева В.П.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №18" п.  
Фазанный  
  
(Крышкина О.И.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "Новопавловская  
СОШ №33"  
  
(Кудрявцева Е.П.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБУ ДО КМО СК ДДТ  
(В.А. Совершеннова)  
  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
и.о. Директора МБУ ДО КМО СК "СШ"  
(О.М. Царанок)  
  
Апрель 2024г.

**Примерное 10-дневное меню рационов питания (завтрак, обед) для обеспечения питания детей и подростков в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием для детей с 7 до 11 лет включительно в 2024 году.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углевод			В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
<b>Неделя 1</b>															
<b>День 1</b>															
<b>Завтрак:</b>	Каша вязкая молочная (из овсяной крупы "Геркулес" с маслом сливочным и сахаром)	180/5/5	190	5,66	8,95	32,46	233,18	№173 сб. 2017г.	0,12	0,65	37,37	102,22	160,22	48,29	1,20
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Фрукты свежие (яблоко)	шт.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>555</b>	<b>555</b>	<b>15,45</b>	<b>18,54</b>	<b>73,98</b>	<b>528,08</b>		<b>0,34</b>	<b>12,89</b>	<b>115,37</b>	<b>164,92</b>	<b>326,22</b>	<b>70,99</b>	<b>4,75</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	200	1,42	3,96	6,32	71,80	№88 сб. 2017г	0,05	12,62	0,00	39,40	39,20	17,70	0,66
	Котлеты, биточки, шницели.	90	90	13,50	19,80	11,72	281,46	№268 сб. 2017г.	0,06	0,28	36,66	35,30	154,48	45,64	2,30
	Каша рассыпчатая (пшеничная) с маслом сливочным	150/5	155	6,32	4,51	38,85	221,25	№302 сб. 2017г.	0,13	0,00	0,00	24,04	158,89	34,22	2,69
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>765</b>	<b>765</b>	<b>26,00</b>	<b>28,94</b>	<b>111,14</b>	<b>819,71</b>		<b>0,41</b>	<b>19,28</b>	<b>36,66</b>	<b>167,92</b>	<b>425,18</b>	<b>135,51</b>	<b>8,62</b>
<b>Итого за 1 день:</b>		<b>1320</b>	<b>1320</b>	<b>41,46</b>	<b>47,48</b>	<b>185,12</b>	<b>1347,79</b>		<b>0,75</b>	<b>32,18</b>	<b>152,03</b>	<b>332,84</b>	<b>751,40</b>	<b>206,50</b>	<b>13,37</b>
<b>Неделя 1</b>															
<b>День 2</b>															
<b>Завтрак:</b>	Икра свекольная	60	60	1,42	0,06	13,72	111,18	№75 сб. 2017г.	0,02	3,4	0	35,53	36,55	18,09	1,02
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	90	12,52	24,06	12,65	317,46	№295 сб. 2017г.	0,08	0,86	74,78	45,44	79,80	17,02	1,16
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	155	5,64	5,98	31,47	202,24	№203 сб. 2017г.	0,06	0,00	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай с лимоном*	200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00	№377 сб. 2017г.	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>542,00</b>	<b>542,00</b>	<b>21,99</b>	<b>30,36</b>	<b>87,80</b>	<b>763,38</b>		<b>0,19</b>	<b>7,09</b>	<b>104,30</b>	<b>113,72</b>	<b>159,57</b>	<b>45,92</b>	<b>3,71</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп-лапша домашняя	200	200	2,06	4,43	9,30	92,60	№113 сб. 2017г.	0,04	0,40	10,00	22,84	30,80	8,54	0,52

	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/90	180	17,55	8,91	6,84	189,00	№229 сб. 2017г.	0,09	6,71	10,48	70,33	291,94	87,35	1,53
	Картофель отварной (с маслом сливочным)	150/5	155	2,98	5,85	20,65	155,00	№125 сб. 2017г.	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30,00	1,21
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
<b>Итого за обед:</b>		<b>855,00</b>	<b>855,00</b>	<b>26,86</b>	<b>19,93</b>	<b>86,91</b>	<b>663,60</b>		<b>0,46</b>	<b>34,95</b>	<b>50,00</b>	<b>164,21</b>	<b>458,67</b>	<b>151,53</b>	<b>6,47</b>
<b>Итого за 2 день:</b>		<b>1397,00</b>	<b>1397,00</b>	<b>48,85</b>	<b>50,29</b>	<b>174,70</b>	<b>1426,98</b>		<b>0,65</b>	<b>42,04</b>	<b>154,30</b>	<b>277,93</b>	<b>618,25</b>	<b>197,45</b>	<b>10,18</b>
<b>Неделя 1 День 3</b>															
<b>Завтрак:</b>	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	200/20	220	24,84	18,79	47,60	459,00	№223 сб. 2017г.	0,10	0,80	110,50	332,49	365,76	45,14	1,09
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60	№379 сб. 2017г.	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13
	Печенье (1 шт в инд упаковке)	шт	30	4,00	6,50	33,50	210,00		0,04	0,00	9,00	12,00	0,00	0,00	1,35
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510,00</b>	<b>510,00</b>	<b>34,29</b>	<b>28,21</b>	<b>111,81</b>	<b>840,10</b>		<b>0,21</b>	<b>2,10</b>	<b>139,50</b>	<b>476,27</b>	<b>455,76</b>	<b>59,14</b>	<b>2,90</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60	№102 сб. 2017г.	0,18	4,66	0,00	34,14	70,48	28,46	1,64
	Плов из птицы	90/150	240	21,62	10,74	43,74	358,4	№291 сб. 2017г.	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Кисель из сока плодового	200	200	0,31	0,00	39,40	160,00	№358 сб. 2017г.	0,01	2,40	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19
<b>Итого за обед:</b>		<b>760,00</b>	<b>760,00</b>	<b>30,43</b>	<b>15,54</b>	<b>118,61</b>	<b>749,40</b>		<b>0,54</b>	<b>20,55</b>	<b>33,60</b>	<b>136,61</b>	<b>365,35</b>	<b>120,93</b>	<b>6,33</b>
<b>Итого за 3 день:</b>		<b>1270,00</b>	<b>1270,00</b>	<b>64,72</b>	<b>43,75</b>	<b>230,42</b>	<b>1589,50</b>		<b>0,75</b>	<b>22,65</b>	<b>173,10</b>	<b>612,89</b>	<b>821,11</b>	<b>180,08</b>	<b>9,23</b>
<b>Неделя 1 День 4</b>															
<b>Завтрак:</b>	Каша жидкая молочная (из рисовой крупы с маслом сливочным и сахаром)	150/5/5	160	3,48	7,31	29,59	198,41	№182 сб. 2017г.	0,04	0,80	39,55	88,91	94,19	20,54	0,34
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Фругурт Йогурт фруктовый 2,5% (1 шт в инд. Упаковке)	115	115	3,8	2,88	15,3	102,35	ТУ	0,09	11,02	0,27	10,12	27,6	3,04	0,55
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>520,00</b>	<b>520,00</b>	<b>16,59</b>	<b>19,30</b>	<b>74,65</b>	<b>539,26</b>		<b>0,31</b>	<b>12,06</b>	<b>117,82</b>	<b>142,53</b>	<b>274,59</b>	<b>35,48</b>	<b>1,80</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	204	1,44	3,94	8,74	83,00	№82 сб. 2017г.	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98

	Тэфтели 1-й вариант	90/30	110	9,12	10,1	12,06	176,23	№278 сб. 2017г.	0,07	0,88	40,22	45,27	110,03	22,28	0,99
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,20	9,46	18,59	178,62	№128 сб. 2017г.	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>789,00</b>	<b>789,00</b>	<b>18,53</b>	<b>24,17</b>	<b>93,64</b>	<b>683,05</b>		<b>0,44</b>	<b>34,19</b>	<b>91,89</b>	<b>197,28</b>	<b>316,25</b>	<b>109,44</b>	<b>5,99</b>
<b>Итого за 4 день:</b>		<b>1309,00</b>	<b>1309,00</b>	<b>35,12</b>	<b>43,47</b>	<b>168,29</b>	<b>1222,31</b>		<b>0,75</b>	<b>46,25</b>	<b>209,71</b>	<b>339,81</b>	<b>590,84</b>	<b>144,92</b>	<b>7,79</b>
<b>Неделя 1 День 5</b>															
<b>Завтрак:</b>	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	№131 сб. 2017 г.	0,02	3,63	6,67	8,89	23,04	7,55	0,26
	Макароньы отварные с сыром	150/6/24	180	10,16	11,94	25,58	250,80	№204 сб. 2017г.	0,06	0,17	86,40	221,40	151,56	15,24	0,92
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50		0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Какао с молоком	200	200	4,08	3,54	17,58	118,60	№382 сб. 2017г.	0,06	1,59	24,40	152,22	124,56	21,34	0,48
	Флоды свежие (яблоко)	шт	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>590,00</b>	<b>590,00</b>	<b>17,72</b>	<b>19,02</b>	<b>74,30</b>	<b>543,10</b>		<b>0,21</b>	<b>17,39</b>	<b>117,47</b>	<b>407,71</b>	<b>312,36</b>	<b>54,93</b>	<b>4,63</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с крупой (рисовой)	200	200	1,58	2,17	9,69	68,60	№101 сб. 2017г.	0,07	6,60	0,00	21,36	44,78	18,22	0,70
	Котлеты, биточки, шницели.	90	90	13,50	19,80	11,72	281,46	№268 сб. 2017г.	0,06	0,28	36,66	35,30	154,48	45,64	2,30
	Каша рассыпчатая (гречневая) (с маслом сливочным)	150/5	155	8,60	6,09	38,64	243,75	№302 сб. 2017г.	0,21	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих флодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
<b>Итого за обед:</b>		<b>765,00</b>	<b>765,00</b>	<b>27,95</b>	<b>28,80</b>	<b>110,17</b>	<b>820,81</b>		<b>0,52</b>	<b>13,43</b>	<b>36,66</b>	<b>122,35</b>	<b>456,76</b>	<b>225,32</b>	<b>10,77</b>
<b>Итого за 5 день:</b>		<b>1355,00</b>	<b>1355,00</b>	<b>45,66</b>	<b>47,82</b>	<b>184,47</b>	<b>1363,91</b>		<b>0,73</b>	<b>30,81</b>	<b>154,13</b>	<b>530,06</b>	<b>769,12</b>	<b>280,25</b>	<b>15,40</b>
<b>Неделя 2 День 6</b>															
<b>Завтрак:</b>	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	185	5,61	5,96	28,19	188,60	№230 сб. 2021г.	0,07	1,25	36,28	123,45	110,46	18,41	0,42
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.	0	0	40	3	3	0	0,02
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Печенье (1 шт в инд упаковке)	шт	30	4	6,5	33,5	210		0,04	0	9	12	0	0	1,35
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500,00</b>	<b>500,00</b>	<b>19,00</b>	<b>28,82</b>	<b>91,58</b>	<b>703,10</b>		<b>0,29</b>	<b>1,49</b>	<b>163,28</b>	<b>181,95</b>	<b>266,26</b>	<b>30,31</b>	<b>2,70</b>

Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с фасолью и картофелем	200	200	2,85	4,10	11,34	102,20	№84 сб. 2017г.	0,08	5,36	0,00	43,34	79,60	27,56	1,38
	Рагу из птицы	90/150	240	17,57	14,61	20,85	285,26	№289 сб. 2017г.	0,12	16,05	28,80	39,21	189,39	49,37	2,51
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		<b>760,00</b>	<b>760,00</b>	<b>25,19</b>	<b>19,37</b>	<b>86,43</b>	<b>632,66</b>		<b>0,38</b>	<b>27,79</b>	<b>28,80</b>	<b>151,73</b>	<b>341,60</b>	<b>114,88</b>	<b>6,86</b>
Итого за 6 день:		<b>1260,00</b>	<b>1260,00</b>	<b>44,19</b>	<b>48,19</b>	<b>178,01</b>	<b>1335,76</b>		<b>0,67</b>	<b>29,28</b>	<b>192,08</b>	<b>333,68</b>	<b>607,86</b>	<b>145,19</b>	<b>9,56</b>
Неделя 2 День 7															
Завтрак:	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	№131 сб. 2017 г.	0,02	3,63	6,67	8,89	23,04	7,55	0,26
	Омлет с отварным картофелем	175/5	180	12,42	15,48	12,78	241,2	№276 сб. 2021г.	0,14	8,1	223,2	104,4	221,44	30,6	2,43
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Соки фруктовые и ягодные	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389 сб. 2017г.	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Фрукты свежие (яблоко)	шт.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
Итого за завтрак:		<b>590</b>	<b>590,00</b>	<b>16,90</b>	<b>19,02</b>	<b>51,34</b>	<b>499,70</b>		<b>0,25</b>	<b>27,73</b>	<b>229,87</b>	<b>152,49</b>	<b>271,68</b>	<b>56,95</b>	<b>8,46</b>
Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с клецками	200	200	2,85	3,67	15,03	115,40	№108 сб. 2017г.	0,08	4,60	16,84	26,72	57,78	20,28	0,94
	Котлеты "Школьные"	90	90	13,77	9,9	11,97	191,7	№347 сб. 2021г.	0,13	0	27	45	122,4	18,9	1,87
	Картофель отварной (с маслом сливочным)	150/5	155	2,98	5,85	20,65	155,00	№125 сб. 2017г.	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30,00	1,21
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		<b>795,00</b>	<b>765,00</b>	<b>23,87</b>	<b>20,16</b>	<b>97,77</b>	<b>689,10</b>		<b>0,54</b>	<b>32,44</b>	<b>73,36</b>	<b>142,76</b>	<b>316,11</b>	<b>94,81</b>	<b>7,23</b>
Итого за 7 день:		<b>1385,00</b>	<b>1355,00</b>	<b>40,77</b>	<b>39,18</b>	<b>149,11</b>	<b>1188,80</b>		<b>0,79</b>	<b>60,17</b>	<b>303,23</b>	<b>295,25</b>	<b>587,79</b>	<b>151,76</b>	<b>15,69</b>
Неделя 2 День 8															
Завтрак:	Запеканка из макарон с творогом	200/10	210	13,70	4,90	40,80	262,00	№265 сб. 2021г.	0,12	0,40	50,00	160,00	199,00	25,00	1,60
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай с лимоном*	200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00	№377 сб. 2017г.	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
	Кондитерское изделие (1 шт в инд упаковке)	шт	45	<b>3,00</b>	<b>9,00</b>	<b>23,00</b>	<b>180,00</b>	№377 сб. 2017г.	<b>0,06</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>9</b>	<b>0,23</b>	<b>2,12</b>	<b>0,52</b>
Итого за завтрак:		<b>522,00</b>	<b>522,00</b>	<b>19,11</b>	<b>14,16</b>	<b>93,76</b>	<b>574,50</b>		<b>0,21</b>	<b>3,33</b>	<b>55,50</b>	<b>189,20</b>	<b>203,63</b>	<b>29,52</b>	<b>2,81</b>

Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп из овощей	200	200	1,27	3,99	7,32	76,20	№99 сб. 2017г.	0,06	8,30	0,00	27,88	39,42	16,60	0,62
	Фрикадельки из бройлер-цыплят	90	90	11,72	16,25	6,62	219,28	№297 сб. 2017г.	0,04	1,74	49,42	43,58	74,26	12,54	0,90
	Рис припущенный (с маслом сливочным)	150/5	155	3,64	4,30	36,67	199,95	№305 сб. 2017г.	0,03	0,00	0,00	2,42	60,60	19,01	0,52
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Кисель из сока плодового	200	200	0,31	0,00	39,40	160,00	№358 сб. 2017г.	0,01	2,40	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19
Итого за обед:		<b>755,00</b>	<b>755,00</b>	<b>21,05</b>	<b>25,12</b>	<b>112,25</b>	<b>767,83</b>		<b>0,29</b>	<b>18,09</b>	<b>49,42</b>	<b>133,03</b>	<b>241,95</b>	<b>75,90</b>	<b>4,49</b>
Итого за 8 день:		<b>1277,00</b>	<b>1277,00</b>	<b>40,16</b>	<b>39,28</b>	<b>206,01</b>	<b>1342,33</b>		<b>0,50</b>	<b>21,42</b>	<b>104,92</b>	<b>322,23</b>	<b>445,58</b>	<b>105,42</b>	<b>7,30</b>
Неделя 2 День 9															
Завтрак:	Плов из птицы	90/150	240	21,62	10,74	43,74	358,4	№291 сб. 2017г.	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке)	шт	18	0,9	4,97	11,61	94,86	ГОСТ	0,03	0	0	4	0	0	0,22
Итого за завтрак:		<b>518,00</b>	<b>518,00</b>	<b>24,87</b>	<b>15,97</b>	<b>85,11</b>	<b>583,76</b>		<b>0,24</b>	<b>7,87</b>	<b>33,60</b>	<b>64,41</b>	<b>230,00</b>	<b>66,12</b>	<b>3,07</b>
Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	204	1,44	3,94	8,74	83,00	№82 сб. 2017г.	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98
	Биточки рыбные	90	90	10,70	12,56	13,08	207,82	№234 сб. 2017г.	0,06	0,82	40,42	53,15	137,48	21,26	1,08
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,20	9,46	18,59	178,62	№125/ №128 сб. 2017г.	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		<b>759,00</b>	<b>759,00</b>	<b>20,11</b>	<b>26,62</b>	<b>94,66</b>	<b>714,64</b>		<b>0,43</b>	<b>34,13</b>	<b>92,09</b>	<b>205,16</b>	<b>343,70</b>	<b>108,42</b>	<b>6,08</b>
Итого за 9 день:		<b>1277,00</b>	<b>1277,00</b>	<b>44,98</b>	<b>42,59</b>	<b>179,77</b>	<b>1298,40</b>		<b>0,67</b>	<b>42,00</b>	<b>125,69</b>	<b>269,57</b>	<b>573,70</b>	<b>174,54</b>	<b>9,15</b>
Неделя 2 День 10															
Завтрак:	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом сливочным и сахаром)	150/5/5	160	4,15	7,62	29,63	204,55	№175 сб. 2017г.	0,07	0,65	37,37	91,15	106,85	25,38	0,57
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60	№379 сб. 2017г.	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13
	Фрукты свежие (яблоко)	шт	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64

<b>Итого за завтрак:</b>		<b>525,00</b>	<b>525,00</b>	<b>17,04</b>	<b>19,87</b>	<b>72,10</b>	<b>540,05</b>		<b>0,33</b>	<b>14,16</b>	<b>135,37</b>	<b>268,53</b>	<b>360,05</b>	<b>60,68</b>	<b>3,97</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Рассольник Ленинградский	200	200	1,62	4,07	9,58	85,80	№96 сб. 2017г.	0,07	6,70	0,00	23,32	45,38	19,34	0,74
	Зразы рубленые (с соусом сметанным с томатом)	90/20	110	8,70	11,16	11,34	180,90	№274 сб. 2017г.	0,05	1,54	22,44	36,78	113,66	22,82	6,07
	Каша рассыпчатая (гречневая) с маслом сливочным	150	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№302 сб. 2017г.	0,21	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
<b>Итого за обед:</b>		<b>780,00</b>	<b>780,00</b>	<b>23,19</b>	<b>22,06</b>	<b>109,69</b>	<b>737,45</b>		<b>0,51</b>	<b>14,79</b>	<b>22,44</b>	<b>125,80</b>	<b>416,54</b>	<b>203,62</b>	<b>14,58</b>
<b>Итого за 10 день:</b>		<b>1305,00</b>	<b>1305,00</b>	<b>40,23</b>	<b>41,93</b>	<b>181,79</b>	<b>1277,50</b>		<b>0,83</b>	<b>28,96</b>	<b>157,80</b>	<b>394,33</b>	<b>776,59</b>	<b>264,30</b>	<b>18,55</b>
	<b>Всего за 10 дней</b>			<b>446,13</b>	<b>443,98</b>	<b>1837,70</b>	<b>13393,26</b>		<b>7,08</b>	<b>355,76</b>	<b>1726,98</b>	<b>3708,59</b>	<b>6542,24</b>	<b>1850,40</b>	<b>116,22</b>
	<b>Итого за 1 день пищевых веществ:</b>			<b>44,61</b>	<b>44,40</b>	<b>183,77</b>	<b>1339,33</b>		<b>0,71</b>	<b>35,58</b>	<b>172,70</b>	<b>370,86</b>	<b>654,22</b>	<b>185,04</b>	<b>11,62</b>

Проводится ежедневная С-витаминизация третьих блюд

- \* - 1 вариант - Картофель отварной Применяется при отсутствии на пищеблоке протирочной машины  
2 вариан - Картофельное пюре Применяется при наличии на пищеблоке протирочной машины

**При составлении использовались:**

*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет оздоровительных учреждений Пермь 2012г. Под ред. А.Я. Перевалов*

*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт г. Москва 2017 г. Под ред М.П. Могильный*

*Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий Пермь 2021г. под ред. А.Я. Перевалов*