

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 _____
г.

Утверждаю:

Директор ООО «Школьное
питание»

С.А.Огородников _____
г.



**Примерное десяти дневное меню для учащихся,
воспитанников с ограниченными возможностями
здоровья.**

МБОУ СКОШИ ЧГО с.Фоки

(7-11 лет), (12-18 лет)

Зима 2023года.

Директор

ОВД11 Дети 7-11лет

Отгородников С.А.

Меню

понедельник

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

Завтрак

Каша геркулесовая вязкая 200 гр	212	200	9,12	12,64	39,35	309,50	0,24	1,10	69,20	0,91	163,49	246,32	72,97	1,76
Кофейный напиток 200	464	200	1,72	1,25	13,91	74,70	0,03	0,50	11,00	0,07	68,79	58,92	14,46	0,19
бутерброд с маслом 30/20 с7- 10	1	50	2,48	14,74	15,04	202,90	0,13		90,00	0,26	42,30	44,70	12,40	1,28
Хлеб ржано- пшеничный 50 г	13,3	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,22			0,17	36,50	62,50	20,00	1,42
Итого за Завтрак		500	16,62	29,18	88,80	687,10	0,62	1,60	170,20	1,41	311,08	412,45	119,83	4,64

Второй завтрак

Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20

Обед

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	21,86	24,84	12,71	0,81
Суп крестьянский с крупой 200/10	174,03	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
Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 200	2,83	200	11,66	13,24	36,33	315,92	0,21	37,32	386,64	3,38	59,53	201,63	66,51	2,70
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		750	21,68	21,98	116,45	755,74	0,67	62,13	588,16	7,32	249,60	429,14	155,88	7,73

Полдник

Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Повидло	814,05	50	0,20		32,65	125,00					7,00	4,50	3,50	0,65
Напиток лимонный	34	200	0,48	0,02	24,14	101,44	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26
Итого за Полдник		300	4,43	1,47	82,04	357,94	0,06	6,40	0,33	0,88	32,83	40,53	14,02	1,51

Ужин

Тефтели с рисом 90г	423,03	90шт.	12,55	15,23	12,30	237,22	0,03	1,88	0,00	2,53	7,65	29,33	7,94	0,31
Соус сметанный 30гр.	330	30	0,41	1,53	1,95	23,87	0,01	0,04	12,00	0,06	7,88	6,48	1,19	0,04
Каша перловая рассыпчатая 150гр.	402,26	150	4,46	7,33	31,32	209,03	0,06		42,30	0,10	20,08	154,31	18,81	0,86
Компот из изюма 180	494	180	0,41	0,09	21,82	86,58					22,80	23,23	9,39	0,57
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 Ужин		500	21,63	24,59	91,99	674,18	0,30	1,92	54,30	2,79	120,91	277,84	57,83	3,58

На ночь

Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кал-во	70,35	83,02	420,88	2 722,97
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины			Минералы				
Завтрак	25,234	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	3,452	1,76	93,84	866,98	12,81	988,42	1 369,96	395,55	18,88
Обед	27,754								
Полдник	13,145								
Ужин	24,759								
На ночь	5,656								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор

ОВД11

Дети 7 лет

Огородников С.А.

Меню

вторник

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

Завтрак

Суп молочный с макаронными изделиями 220гр.	140,13	230	6,69	5,88	22,65	173,54	0,10	1,61	45,77	0,18	205,36	161,60	26,49	0,43
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 молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	68,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Завтрак		500	17,55	12,57	59,67	426,42	0,33	2,21	93,07	0,37	539,94	387,34	69,93	3,35

Второй завтрак

Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80

Обед

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 куриная паровая 90		90шт.	13,16	15,12	8,22	221,13	0,09		0,00	2,97	27,26	76,61	13,08	1,13
Отвар из шиповника 200	496	200	0,68	0,25	19,66	96,80	0,01	200,00	163,40	0,76	22,40	4,01	6,00	5,63
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
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 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
Ши 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
Итого за Обед		780	27,72	30,25	109,66	836,19	0,76	229,31	343,10	5,81	234,87	390,92	173,92	14,19

Полдник

Крендель сахарный 100	415,01	100шт.	6,64	16,24	63,39	435,24	0,10		19,96	7,27	17,24	72,79	11,16	1,00
Молоко кипяченое 200	469	200	6,00	5,00	9,40	110,00	0,08	2,00	44,00	0,20	240,00	180,00	28,00	0,20
Итого за Полдник		300	12,64	21,24	72,79	545,24	0,18	2,00	63,96	7,47	257,24	252,79	39,16	1,20

Ужин

Горошек зеленый 30	602,01	30	0,88	1,56	1,85	24,74	0,03		7,70	0,67	5,70	17,70	5,99	0,20
Картофель отварной с луком 150	153,03	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
Котлеты рыбные 90	307	90шт.	13,40	4,51	13,51	147,52	2,35	0,23	9,90	1,12	78,48	164,16	30,10	0,99
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
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
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
Итого за Ужин		540	22,66	13,66	81,81	541,60	2,81	31,24	18,12	4,86	194,52	379,91	107,57	5,80

На ночь

Кефир 200	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	86,58	82,91	352,93	2 533,45
Макс. предел				
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	16,831	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	3,316	4,17	270,15	562,27	18,71	1 480,57	1 614,97	426,58	27,55
Обед	33,006								
Полдник	21,522								
Ужин	21,378								
На ночь	3,947								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор  Овд11  Осканов С.А.

Меню

среда

Овд11 Дети 7-11 лет

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Какао с молоком 200мл	711	200	3,97	3,20	25,82	149,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Каша манная молочная жидкая 200*	227	200	6,62	6,58	32,54	219,20	0,09	1,06	45,82	0,62	141,49	123,08	21,33	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
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	19,59	29,28	83,51	681,54	0,37	2,06	262,98	1,27	356,31	395,78	77,73	4,51
Второй завтрак														
Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Обед														
Напиток клюквенный 180	497	180	0,09	0,04	9,67	41,04	0,00	2,70	0,54	0,18	10,80	1,99	4,50	0,14
Плов из отварной птицы 50/150	375,03	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
Салат из свежей моркови с маслом растительным*	21	60	0,48	3,12	9,50	71,83	0,03	2,58	430,86	1,66	26,44	28,44	19,61	0,38
Суп гороховый со сметаной 200гр.	127,26	200	6,66	4,67	18,19	142,14	0,28	4,85	83,06	0,98	40,84	87,64	33,64	2,25
Хлеб пшеничный 50		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		730	27,16	29,41	118,82	855,05	0,79	12,76	614,66	8,70	198,15	413,93	137,62	7,30
Полдник														
Булочка школьная 100	428,02	100шт.	8,08	3,30	65,19	337,94	0,14		10,35	1,43	21,83	74,33	14,19	1,06
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Итого за Полдник		300	8,40	3,30	81,65	405,06	0,15		68,65	1,98	38,03	88,93	24,69	1,41
Ужин														
Котлета сочная в панировке 100		100	15,06	14,23	14,96	245,40	0,13	0,24	5,32	2,91	80,29	131,00	23,62	1,73
Рагу из овощей 150гр.	342	150	2,76	6,42	15,29	132,90	0,09	31,17	293,50	2,43	51,65	76,01	34,69	1,10
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
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
Итого за Ужин		540	24,46	21,49	81,31	616,88	0,60	31,51	299,32	5,57	237,97	329,75	101,25	6,61
На ночь														
Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	85,61	89,28	406,90	2 806,53
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	24,284								
Второй завтрак	3,349	2,03	68,13	1 299,61	17,92	1 104,46	1 438,40	389,29	21,24
Обед	30,467								
Полдник	14,433								
Ужин	21,98								
На ночь	5,487								

Заведующая
производством

 Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждаю



Директор

ОВД11 Дети 7-11лет

И.И.Иванов С.А.

Меню

четверг

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Суп молочный с геркулесом 230г	121,13	230	5,26	5,01	16,84	135,43	0,11	1,15	33,40	0,35	152,45	149,31	35,24	0,63
Сыр порционный 20г		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
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
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	68,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Завтрак		500	16,12	11,70	53,86	388,31	0,34	1,75	80,70	0,54	487,03	375,05	78,68	3,55
Второй завтрак														
Соки фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Обед														
Салат из свежей капусты с морковью 60г		60	0,90	6,11	2,99	70,72	0,02	19,47	71,37	2,74	25,82	20,93	10,59	0,35
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
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
Рис отварной 150 гр.	385	150	3,85	5,43	38,43	218,03	0,04		30,38	0,15	7,41	83,03	27,12	0,57
Компот из са груш 180г	486,1	180												
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		780	23,49	22,14	102,65	706,70	0,60	35,00	360,75	6,59	205,41	442,61	142,40	5,53
Полдник														
Печенье 50	804,18	50	4,00	9,00	33,50	230,00	0,04		0,01	1,75	13,48	36,95	5,35	0,50
Напиток лимонный	34	200	0,48	0,02	24,14	101,44	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26
Варенье	814,19	50			27,50	110,00	0,01		1,50	0,15	5,00	5,00	3,50	0,45
Итого за Полдник		300	4,48	9,02	85,14	441,44	0,05	6,40	1,83	1,93	34,81	45,48	12,87	1,21
Ужин														
Макаронные изделия отварные 150 гр.	256,06	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Печень куриная, тушеная в соусе 90г	370	90	15,87	13,27	5,33	205,12	0,02	0,45	26,10	2,51	68,85	230,51	23,70	12,25
Чай с вареньем 180	459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
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 Ужин		510	27,66	19,48	93,11	660,95	0,49	0,54	57,24	2,86	195,42	400,61	76,02	16,78
На ночь														
Кефир 200	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	77,75	67,34	363,76	2 381,40
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	16,306								
Второй завтрак	3,527	1,58	49,09	544,53	12,13	1 176,68	1 467,75	345,97	30,08
Обед	29,676								
Полдник	18,537								
Ужин	27,755								
На ночь	4,199								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

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

Меню

пятница

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

Завтрак

Каша пшениная молочная 100г	233	200	6,05	6,53	28,63	200,90	0,22	0,80	40,10	0,15	112,46	143,40	37,10	0,94
Бутерброд с маслом 30/20 с7- 10	1	50	2,48	14,74	15,04	202,90	0,13		90,00	0,26	42,30	44,70	12,40	1,28
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
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	12,53	21,67	78,34	562,38	0,55	0,90	130,60	0,50	231,59	260,85	76,44	4,87

Второй завтрак

Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20

Обед

Салат овощной с яблоками 60	56	60	0,63	5,14	4,21	66,28	0,02	11,49	66,86	2,31	19,56	16,53	9,87	0,42
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
Биточки мясные, запеченные 90	45,2	90шт.	13,91	19,46	9,40	267,19	0,06	1,12	0,00	3,81	31,22	30,40	9,06	0,58
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
Компот из свежих яблок 200	486	200	0,08	0,08	11,96	49,40	0,01	2,00	1,00	0,04	12,04	2,21	3,72	0,15
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
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	37,54	29,22	110,36	855,45	1,13	27,81	133,68	7,29	233,98	358,80	139,94	9,47

Полдник

Булочка домашняя 100гр	769,24	100	7,52	12,22	66,20	417,90	0,12		73,28	1,22	21,82	77,77	13,05	1,05
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Итого за Полдник		300	7,84	12,22	82,66	485,02	0,13		131,58	1,77	38,02	92,37	23,55	1,40

Ужин

Запеканка из творога с морковью 150 гр.	189	150	10,42	9,41	15,79	198,85	0,11	6,19	1 099,40	2,15	140,74	205,17	57,53	1,66
Джем.	814	30	0,12		19,50	75,00					4,20	2,70	2,10	0,39
Омлет натуральный 65гр.	268	65шт.	5,77	7,67	1,48	98,40	0,04	0,25	119,54	0,73	54,32	109,12	8,42	1,04
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
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
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 Ужин		515	21,64	17,77	78,07	566,28	0,45	9,42	1 219,59	3,08	283,17	415,52	103,65	6,25

На ночь

Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	85,55	86,68	391,03	2 717,13
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	20,698								
Второй завтрак	3,46	2,38	59,92	1 669,45	13,03	1 060,75	1 337,54	391,57	23,40
Обед	31,483								
Полдник	17,851								
Ужин	20,841								
На ночь	5,668								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

*Утверждено

Директор

ОВД11 Дети 7-11лет

Меню

понедельник 2

Наименование блюда Рецепт/ура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Завтрак

Суп молочный с рисом 230г	54,21	230	6,06	5,87	21,68	166,51	0,08	1,61	45,77	0,21	199,75	171,54	31,98	0,36
Бутерброд с маслом 30/20 с/ - то	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 200	462	200	3,58	2,92	15,37	103,95	0,04	1,00	22,07	0,11	128,00	105,72	25,25	0,66
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
Итого за Завтрак		510	14,41	23,77	66,85	543,86	0,37	2,61	157,84	0,63	407,55	360,67	81,93	3,37

Второй завтрак

Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20

Обед

Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и растительным маслом 60	31	60	0,77	3,65	4,12	52,31	0,02	5,09	0,89	1,62	19,44	22,30	11,61	0,70
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 тушеная с куриным фаршем 200г компот*	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
		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Хлеб пшеничный 50		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	27,93	24,63	87,30	683,33	0,55	104,70	140,29	7,78	261,47	327,47	125,51	6,20

Полдник

Слойка с повидлом		150	56,25	60,10	89,76	1 137,28	0,41		1 096,58	3,93	238,76	910,79	61,91	10,99
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	68,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Полдник		350	57,95	61,35	102,18	1 205,86	0,43	0,60	1 108,08	3,98	310,84	964,03	74,85	11,89

Ужин

Каша ячневая рассыпчатая 150г	208,01	150	4,66	4,89	33,03	199,78	0,14		27,00	0,80	50,41	171,25	26,17	0,93
Рулет из говядины паровой 100	344	100шт.	16,43	15,41	6,97	232,17	0,07		29,73	1,43	33,03	183,44	23,93	2,82
Чай с сахаром 180	457,05	180	0,18		9,06	36,97	0,00	0,09	0,45		12,90	7,42	5,80	0,77
Хлеб пшеничный 60 г	13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
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 Ужин		530	28,46	21,23	94,99	689,92	0,63	0,09	57,18	2,47	200,53	489,51	96,49	7,81

На ночь

Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	134,75	136,78	392,92	3 370,97
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	16,134	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	2,789	2,10	129,80	1 517,40	15,26	1 454,39	2 351,67	426,78	30,68
Обед	20,271								
Полдник	35,772								
Ужин	20,467								
На ночь	4,568								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор

ОВД11 Дети 7-11 лет

Скоробитников С.А.

Меню

вторник 2

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

Завтрак

Каша пшеничная молочная жидкая 200гр	233	200	5,63	6,20	25,30	181,60	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 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
Кофейный напиток 200	464	200	1,72	1,25	13,91	74,70	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	568,72	0,43	1,40	248,34	1,20	274,45	366,93	53,45	4,51

Второй завтрак

Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80

Обед

Салат из моркови 60г	21	60	0,50	3,73	6,65	66,06	0,04	2,69	449,23	1,94	27,50	29,66	20,44	0,39
Суп гороховый со сметаной 200гр.	127,26	200	6,66	4,67	18,19	142,14	0,28	4,85	83,06	0,98	40,84	87,64	33,64	2,25
Картофель тушёный с мясом 200	233,03	200	9,71	10,56	27,88	246,08	0,14	33,91	76,02	2,06	23,26	104,22	42,11	1,59
Напиток клюквенный 200	497	200	0,10	0,04	10,74	45,60	0,00	3,00	0,60	0,20	12,00	2,21	5,00	0,15
Хлеб пшеничный 50		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	23,41	19,83	104,46	697,39	0,84	44,45	608,90	5,40	195,30	338,23	137,69	7,31

Полдник

Печенье 50	804,17	50	4,00	9,00	33,50	230,00	0,04		0,01	1,75	13,48	36,95	5,35	0,50
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
Компот из свежих груш 200	486	200	0,08	0,03	12,43	51,40	0,00	1,00	0,40	0,08	12,19	3,21	4,22	0,49
Итого за Полдник		300	7,88	9,43	70,53	398,90	0,25	1,00	0,41	1,93	88,17	104,66	30,07	2,79

Ужин

Котлеты рыбные любительские 90	308	90	13,91	5,78	6,00	133,34	0,13	1,75	224,02	1,28	73,28	232,34	48,25	1,63
Каша перловая рассыпчатая 150гр.	402,26	150	4,46	7,33	31,32	209,03	0,06		42,30	0,10	20,08	154,31	18,81	0,86
Соус белый основной	537	50	0,28	1,85	1,96	26,11	0,00	0,10	11,25	0,06	5,68	3,48	1,21	0,06
Чай с вареньем 180	459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
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 Ужин		560	25,27	15,80	90,24	606,55	0,58	1,94	278,56	1,72	205,25	513,85	111,82	6,38

На ночь

Кефир 200мл.	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	78,90	77,01	358,60	2 455,55
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	23,161	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	3,421	2,20	54,18	1 180,23	10,45	1 017,17	1 527,66	369,03	23,99
Обед	28,4								
Полдник	16,245								
Ужин	24,701								
На ночь	4,072								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Суп молочный с пшеном 250гр.	121	250	6,17	5,18	21,60	161,19	0,17	1,25	36,50	0,16	163,22	159,70	35,55	0,69
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 200	457	200	0,20		10,07	41,08	0,00	0,10	0,50		14,33	8,25	6,44	0,85
Итого за Завтрак		500	14,01	10,46	46,43	339,57	0,30	1,35	72,80	0,25	415,05	314,65	64,29	2,84
Второй завтрак														
Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Обед														
Винегрет с растительным маслом 60г компот*	601	60	1,14	2,47	3,81	43,45	0,03	2,76	103,01	1,17	27,22	29,50	14,75	0,57
Котлеты "Школьные" 90	347,07	90шт.	13,52	11,74	12,28	207,88	0,07	0,15	3,37	1,23	56,14	47,25	12,11	0,56
Макаронные изделия отварные 150 гр	256,06	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Суп геркулесовый 200г	136,23	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
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
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	26,98	22,77	114,14	772,05	0,57	16,11	261,64	4,21	201,25	283,43	97,55	5,20
Полдник														
Булочка 100	800,05	100	9,10	12,12	61,86	404,89	0,13	0,28	37,67	5,07	53,02	116,80	17,10	1,23
Кисель витаминный 200	481	200	0,28	0,10	98,46	115,42	0,01	80,00	65,36	0,30	19,39	9,31	3,78	2,29
Итого за Полдник		300	9,38	12,22	160,32	520,31	0,14	80,28	103,03	5,37	72,41	126,11	20,88	3,51
Ужин														
Картофель отварной с луком 150 гр.	153,03	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
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
Рыба, тушеная в томате с овощами 80	299	80	8,23	2,71	4,95	78,44	0,07	1,67	142,22	1,27	38,68	133,55	35,64	0,72
Соус сметанный 30гр.	330	30	0,41	1,53	1,95	23,87	0,01	0,04	12,00	0,06	7,88	6,48	1,19	0,04
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
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
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 Ужин		620	26,91	15,38	75,54	553,07	0,55	37,68	332,75	5,99	201,07	494,98	149,94	6,10
На ночь														
Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	83,29	66,63	438,03	2 433,00
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	13,957								
Второй завтрак	3,864	1,68	157,22	824,22	16,22	1 163,79	1 429,16	380,66	19,05
Обед	31,732								
Полдник	21,385								
Ужин	22,732								
На ночь	6,33								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

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

Меню

четверг 2

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
булерброд с маслом 200г	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	149,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром 200гр	460	200	5,57	5,60	38,43	227,83	0,07	0,85	37,62	0,19	106,61	141,60	33,19	0,53
Хлеб ржано- пшеничный 50 г	13,3	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,22			0,17	36,50	62,50	20,00	1,42
Итого за Завтрак		500	15,32	24,09	99,79	680,65	0,45	1,85	149,74	0,72	310,93	365,00	96,59	4,27
Второй завтрак														
Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Обед														
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Огурцы соленые 60гр.	513	60 шт.	0,48	0,06	1,02	7,80	0,01	3,00	0,02	0,06	13,80	14,40	8,40	0,36
Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 200	2,83	200	11,66	13,24	36,33	315,92	0,21	37,32	386,64	3,38	59,53	201,63	66,51	2,70
Суп картофельный с крупой 200	115	200	1,91	2,51	13,61	85,28	0,08	13,20	65,14	1,00	26,74	56,93	24,80	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
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
Итого за Обед		740	20,15	16,54	104,32	653,63	0,64	53,51	510,10	5,19	200,68	389,56	142,72	6,91
Полдник														
Булочка Домашняя	11	100	16,71	20,85	67,02	535,61	0,18		266,40	1,78	60,09	235,33	21,63	2,87
Кисель из сока плодового	485	200	0,01		95,90	97,90	0,01	1,20	0,01	0,06	14,70	11,90	3,80	0,87
Итого за Полдник		300	16,72	20,85	162,92	633,51	0,18	1,20	266,41	1,84	74,79	247,24	25,43	3,74
Ужин														
Картофель отварной с маслом 150	152	150	2,96	7,73	24,10	177,33	0,12	29,57	0,03	3,16	18,98	85,90	34,26	1,36
Компот из свежих яблок 200	486	200	0,08	0,08	11,96	49,40	0,01	2,00	1,00	0,04	12,04	2,21	3,72	0,15
Фрикаделька мясная паровая 90	2,57	90шт.	13,92	15,57	7,68	226,18	0,06	0,72	0,00	2,01	21,12	22,84	7,11	0,58
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 Ужин		530	23,40	24,21	84,74	650,41	0,57	32,29	1,03	5,43	143,84	225,45	81,59	5,02
На ночь														
Кефир 200	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	81,59	90,69	480,77	2 802,20
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	24,29								
Второй завтрак	2,998	1,95	94,25	971,30	13,38	984,24	1 431,25	382,33	22,94
Обед	23,326								
Полдник	22,607								
Ужин	23,211								
На ночь	3,569								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор
ОВД11 Дети 7-11 лет

Меню

пятница 2

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша манная молочная сладкая 200		227	200	6,62	6,58	32,54	219,20	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 200		457	200	0,20		10,07	41,08	0,00	0,10	0,50		14,33	8,25	6,44	0,85
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	20,98	16,62	67,49	507,10	0,32	1,16	187,16	1,00	440,32	389,83	63,07	4,34
Второй завтрак															
Фрукты свежие		82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак			200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Обед															
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
Плов из отварной птицы 50/150		375,03	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
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
Салат витаминный 60г		2	60	0,76	3,76	3,98	54,12	0,02	15,90	138,42	1,75	25,78	20,08	12,42	0,39
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			730	23,22	31,65	120,07	860,48	0,58	31,98	424,71	10,50	214,93	398,57	136,45	6,31
Полдник															
Булочка школьная 100		428,02	100шт.	8,08	3,30	65,19	337,94	0,14		10,35	1,43	21,83	74,33	14,19	1,06
Кофейный напиток 200		464	200	1,72	1,25	13,91	74,70	0,03	0,50	11,00	0,07	68,79	58,92	14,46	0,19
Итого за Полдник			300	9,79	4,55	79,10	412,64	0,17	0,50	21,35	1,50	90,62	133,26	28,65	1,25
Ужин															
Каша гречневая рассыпчатая 150гр.		202	150	5,46	5,25	30,24	190,02	0,24		27,00	0,06	41,39	135,90	91,28	3,64
Кисель молочный 180		11,35	180	4,06	3,38	91,49	157,68	0,05	1,35	29,70	0,14	165,87	128,43	18,90	0,18
Печень куриная, тушеная в соусе 90г		370	90	15,87	13,27	5,33	205,12	0,02	0,45	26,10	2,51	68,85	230,51	23,70	12,25
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 Ужин			510	31,83	22,74	168,05	750,32	0,70	1,80	82,80	2,94	367,82	609,34	170,38	19,00
На ночь															
Питьевой йогурт 200мл.		714	200	5,88	7,00	22,56	176,00	0,08	1,20	44,00	0,14	244,00	192,00	30,00	0,20
Итого за На ночь			200	5,88	7,00	22,56	176,00	0,08	1,20	44,00	0,14	244,00	192,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	92,51	83,37	476,87	2 800,54
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	18,107								
Второй завтрак	3,356	1,91	56,64	770,02	16,48	1 389,69	1 745,00	446,55	32,30
Обед	30,725								
Полдник	14,734								
Ужин	26,792								
На ночь	6,285								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор: ОВД18 Дати 12-18 лет
 Отдел: Школа №18
 Доктор: Школьник С.А.

Меню

понедельник

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Каша геркулесовая 250 гр	212,11	250	11,40	15,80	42,94	361,88	0,30	1,38	86,50	1,14	204,42	307,90	91,22	2,18	
Кофейный напиток 200	464	200	1,72	1,25	13,91	74,70	0,03	0,50	11,00	0,07	68,79	58,92	14,46	0,19	
Бутерброд с маслом 50/20 с11-17	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	
Хлеб ржано-пшеничный 50 г	13,3	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,22			0,17	36,50	62,50	20,00	1,42	
Итого за Завтрак		570	20,42	32,50	102,23	786,48	0,76	1,88	187,50	1,68	377,01	499,83	146,28	5,79	
Второй завтрак															
Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20	
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20	
Обед															
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	35,52	41,40	21,12	1,34	
Суп крестьянский с крупой 250/10	174,01	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	
Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 240	2,31	240	13,98	15,82	43,54	378,33	0,25	44,78	463,47	4,03	65,66	241,88	79,44	3,19	
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		900	26,35	27,79	137,94	913,43	0,82	78,18	682,69	9,35	290,63	524,18	189,30	9,48	
Полдник															
Батон нарезной 100г	5 621	100	7,50	2,90	50,50	263,00	0,11		0,01	1,70	19,00	65,00	13,00	1,20	
Повидло	814,05	50	0,20		32,65	125,00					7,00	4,50	3,50	0,65	
Напиток лимонный	34	200	0,48	0,02	24,14	101,44	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26	
Итого за Полдник		350	8,18	2,92	107,29	489,44	0,12	6,40	0,33	1,73	42,33	73,03	20,52	2,11	
Ужин															
Тефтели с рисом 100г	423,03	100шт.	13,94	16,91	13,70	263,60	0,03	2,09	0,00	2,81	8,51	32,66	8,85	0,35	
Соус сметанный 30гр.	330	30	0,41	1,53	1,95	23,87	0,01	0,04	12,00	0,06	7,88	6,48	1,19	0,04	
Каша перловая рассыпчатая 180гр.	402,27	180	5,35	8,81	37,60	251,03	0,07		50,85	0,12	24,11	185,24	22,58	1,04	
Компот из изюма 180	494	180	0,41	0,09	21,82	86,58					22,80	23,23	9,39	0,57	
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 Ужин		600	27,87	28,41	124,26	862,57	0,57	2,13	62,85	3,29	169,59	387,11	86,50	5,49	
На ночь															
Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20	
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20	

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	88,82	97,41	513,33	3 299,92
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	23,833								
Второй завтрак	2,849	2,39	110,38	987,37	16,45	1 153,56	1 694,14	490,60	24,27
Обед	27,68								
Полдник	14,832								
Ужин	26,139								
На ночь	4,667								

Заведующая производством

 Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

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

Завтрак

Суп молочный с макаронными изделиями 280гр.	140	280	8,15	7,16	27,68	211,70	0,12	1,96	55,72	0,22	249,99	196,73	32,25	0,53
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 молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	68,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Завтрак		550	19,01	13,85	64,70	464,58	0,35	2,56	103,02	0,41	584,57	422,48	75,69	3,45

Второй завтрак

Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80

Обед

Каша гречневая рассыпчатая	327,43	200	11,21	6,57	62,33	353,32	0,49		29,25	0,07	66,59	278,79	185,83	7,45
Котлета куриная паровая 100		100шт.	14,62	16,80	9,15	245,80	0,10		0,00	3,30	30,34	85,18	14,55	1,26
Отвар из шиповника 200	496	200	0,68	0,25	19,66	96,80	0,01	200,00	163,40	0,76	22,40	4,01	6,00	5,63
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
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 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
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
Итого за Обед		930	35,92	36,54	149,09	1 083,75	1,06	240,11	398,94	7,28	279,81	570,74	282,63	18,59

Полдник

Крендель сахарный 100	415,01	100шт.	6,64	16,24	63,39	435,24	0,10		19,96	7,27	17,24	72,79	11,16	1,00
Молоко кипяченое 200	469	200	6,00	5,00	9,40	110,00	0,08	2,00	44,00	0,20	240,00	180,00	28,00	0,20
Хлеб пшеничный 50		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Полдник		350	16,44	21,64	97,39	662,74	0,39	2,00	63,96	7,56	319,74	317,29	59,66	3,00

Ужин

Горошек зеленый 30	602,01	30	0,88	1,56	1,85	24,74	0,03		7,70	0,67	5,70	17,70	5,99	0,20
Картофель отварной с луком 180	153,05	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
Котлеты рыбные 100г	307	100шт.	14,89	5,03	15,02	164,06	2,61	0,25	10,90	1,26	87,10	182,38	33,44	1,10
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
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
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
Итого за Ужин		600	26,12	16,02	96,55	633,69	3,18	37,44	19,13	5,64	223,58	443,35	126,25	6,79

На ночь

Кефир 200	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	103,49	93,05	436,73	3 028,76
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	15,339	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	2,773	5,07	287,51	629,07	21,09	1 661,70	1 957,85	580,23	34,82
Обед	35,782								
Полдник	21,882								
Ужин	20,922								
На ночь	3,302								

Заведующая
производством

Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна

Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор Огородников С.А.

ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

среда

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Какао с молоком 200мл	711	200	3,97	3,20	25,82	149,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Каша манная молочная жидкая 250гр.	227	250	8,27	8,27	40,72	274,53	0,11	1,33	57,50	0,77	172,28	153,87	26,39	0,55
Масло сливочное 30 гр	79	30	0,30	21,75	0,42	198,60	0,00		135,00	0,30	7,20	9,00	0,15	0,30
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		570	21,34	38,22	91,84	803,07	0,39	2,33	319,66	1,52	389,50	429,57	82,84	4,69
Второй завтрак														
Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Обед														
Напиток клюквенный 180	497	180	0,09	0,04	9,67	41,04	0,00	2,70	0,54	0,18	10,80	1,99	4,50	0,14
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
Салат из свежей моркови с маслом растительным*100	21	100	0,80	5,20	15,83	119,71	0,06	4,30	718,10	2,77	44,06	47,40	32,68	0,63
Суп гороховый со сметаной 250гр.	127	250	8,26	5,33	22,65	172,53	0,35	6,05	99,82	1,21	48,90	108,05	41,85	2,81
Хлеб пшеничный 50		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		860	30,82	33,63	141,82	1 002,32	0,97	15,94	928,69	10,64	240,42	488,10	170,31	8,76
Полдник														
Булочка школьная 100	428,02	100шт.	8,08	3,30	65,19	337,94	0,14		10,35	1,43	21,83	74,33	14,19	1,06
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
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 Полдник		350	12,20	3,70	106,25	522,56	0,35		68,65	2,07	100,53	153,43	45,19	3,21
Ужин														
Котлета сочная в панировке 100		100	15,06	14,23	14,96	245,40	0,13	0,24	5,32	2,91	80,29	131,00	23,62	1,73
Рагу из овощей 180гр.	342	180	3,31	7,71	18,34	159,48	0,11	37,40	352,20	2,92	61,98	91,21	41,63	1,32
Хлеб пшеничный 60 г	13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
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
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
Итого за Ужин		600	27,09	23,08	97,49	706,96	0,75	37,74	358,02	6,14	275,40	382,86	120,29	7,76
На ночь														
Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	97,45	104,42	479,00	3 282,91
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	24,462								
Второй завтрак	2,863	2,59	77,81	1 729,01	20,78	1 279,85	1 663,95	466,62	25,82
Обед	30,531								
Полдник	15,918								
Ужин	21,535								
На ночь	4,691								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна



Меню

четверг

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Суп молочный с геркулесом 200гр.	121	280	6,41	6,10	20,50	164,92	0,13	1,40	40,70	0,43	185,72	181,77	42,91	0,77
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 молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	68,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Завтрак		550	17,27	12,79	57,52	417,80	0,36	2,00	88,00	0,62	520,30	407,51	86,35	3,69
Второй завтрак														
Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Обед														
Салат из свежей капусты с морковью 100г	5 604	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	118,94	4,12	43,06	34,76	17,61	0,59
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
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
Рис отварной 180 гр.	385,04	180	4,62	6,52	48,12	261,63	0,05		36,45	0,18	8,97	99,63	32,55	0,68
Компот из св груш 180гр	486,1	180												
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		920	26,60	27,60	123,96	853,85	0,72	51,17	430,68	8,53	244,46	510,68	167,15	6,70
Полдник														
Печенье 50	804,18	50	4,00	9,00	33,50	230,00	0,04		0,01	1,75	13,48	36,95	5,35	0,50
Напиток лимонный	34	200	0,48	0,02	24,14	101,44	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26
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
Варенье	814,19	50			27,50	110,00	0,01		1,50	0,15	5,00	5,00	3,50	0,45
Итого за Полдник		350	8,28	9,42	109,74	558,94	0,26	6,40	1,83	2,03	97,31	109,98	33,37	3,01
Ужин														
Макаронные изделия отварные 180 г.	256,05	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84
Печень куриная, тушеная в соусе	370	100	17,64	14,75	5,92	227,91	0,03	0,50	29,00	2,79	76,91	256,12	26,36	13,61
Чай с вареньем 200	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 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 60 г	13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
Итого за Ужин		600	32,56	22,37	115,29	795,70	0,64	0,60	66,55	3,24	236,21	474,44	93,31	19,31
На ночь														
Кефир 200	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	90,71	77,19	435,52	2 810,29
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	14,867								
Второй завтрак	2,989	2,08	65,57	631,07	14,62	1 352,28	1 706,61	416,18	35,72
Обед	30,383								
Полдник	19,889								
Ужин	28,314								
На ночь	3,558								

Заведующая производством

Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна

Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор

ОВД18 Дети 12-18 лет

Городской С.А.

Меню

пятница

Наименование блюда Рецепт/ура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Завтрак

Каша пшеничная молочная жидкая 250.	233,38	250	7,95	12,99	36,25	298,19	0,28	1,13	81,00	0,26	157,15	191,45	47,83	1,20
бугер/брод с маслом 50/20 с11-17	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
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
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	15,95	28,29	95,80	706,67	0,69	1,23	171,50	0,65	301,28	334,69	95,37	5,85

Второй завтрак

Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20

Обед

Салат овощной с яблоками (капуста б/к, свекла, морковь, яблоки) 100	56	100	1,05	8,53	7,02	110,17	0,03	19,15	111,44	3,84	32,60	27,56	16,45	0,71
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
Биточки мясные, запеченные 100	45,15	100шт.	15,45	21,56	10,44	296,26	0,06	1,24	0,00	4,21	34,72	33,75	10,06	0,64
Пюре из гороха 180	388,02	180	18,99	1,81	44,30	269,39	0,81		0,81		93,91	204,31	81,71	6,37
Компот из свежих яблок 200	486	200	0,08	0,08	11,96	49,40	0,01	2,00	1,00	0,04	12,04	2,21	3,72	0,15
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
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	44,53	35,83	133,99	1 037,83	1,39	38,89	194,68	9,52	287,20	444,98	174,39	11,65

Полдник

Булочка домашняя 100гр	769,24	100	7,52	12,22	66,20	417,90	0,12		73,28	1,22	21,82	77,77	13,05	1,05
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Хлеб пшеничный 50		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Полдник		350	11,64	12,62	107,26	602,52	0,34		131,58	1,86	100,52	156,87	44,05	3,20

Ужин

Запеканка из творога с морковью 200 гр.	189,01	200	13,94	12,48	20,96	264,35	0,15	8,25	1 464,80	2,84	188,52	274,07	76,80	2,21
Джем.	814	30	0,12		19,50	75,00					4,20	2,70	2,10	0,39
Омлет натуральный 65гр.	268	65шт.	5,77	7,67	1,48	98,40	0,04	0,25	119,54	0,73	54,32	109,12	8,42	1,04
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
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 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 Ужин		605	28,01	21,22	101,28	718,78	0,66	11,48	1 584,98	3,88	370,55	535,22	139,12	8,08

На ночь

Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	106,13	103,76	479,93	3 313,80
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины			Минералы				
Завтрак	21,325	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	2,837	3,20	73,39	2 136,74	16,31	1 333,54	1 681,77	500,93	30,18
Обед	31,318								
Полдник	18,182								
Ужин	21,69								
На ночь	4,647								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

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

Завтрак

Суп молочный с рисом 250г	54,01	250	6,59	6,38	23,61	181,15	0,09	1,75	49,75	0,23	216,99	186,45	34,75	0,39
бутерброд с маслом 50/20 с11-17	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 200	462	200	3,58	2,92	15,37	103,95	0,04	1,00	22,07	0,11	128,00	105,72	25,25	0,66
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
Итого за Завтрак		550	16,45	24,44	78,62	605,50	0,46	2,75	161,82	0,69	449,79	401,38	92,90	4,12

Второй завтрак

Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20

Обед

Салат из свеклы отварной с солеными огурцами и растительным маслом	31	100	1,28	6,09	6,86	87,18	0,03	8,49	1,48	2,69	32,41	37,17	19,34	1,17
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 тушеная с куриным фаршем компот*		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
		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Хлеб пшеничный 50		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	33,37	30,51	103,43	822,52	0,68	124,11	153,56	9,74	312,34	404,02	154,34	7,64

Полдник

Слойка с повидлом		150	56,25	60,10	89,76	1 137,28	0,41		1 096,58	3,93	238,76	910,79	61,91	10,99
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	68,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за Полдник		350	57,95	61,35	102,18	1 205,86	0,43	0,60	1 108,08	3,98	310,84	964,03	74,85	11,89

Ужин

Каша ячневая рассыпчатая 180г	208	180	5,59	5,87	39,66	239,80	0,17		32,40	0,96	60,43	205,56	31,41	1,12
Рулет из говядины паровой 100	344	100шт.	16,43	15,41	6,97	232,17	0,07		29,73	1,43	33,03	183,44	23,93	2,82
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
Хлеб пшеничный 60 г	13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
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 Ужин		600	30,74	22,43	110,81	774,05	0,74	0,10	62,63	2,70	226,59	549,65	110,38	8,65

На ночь

Снежок 200	470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	144,51	144,53	436,64	3 655,93
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	16,562	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	2,571	2,43	149,36	1 540,10	17,51	1 573,56	2 529,08	480,47	33,71
Обед	22,498								
Полдник	32,984								
Ужин	21,172								
На ночь	4,212								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

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

Завтрак

Каша пшеничная молочная 200	233	250	7,04	7,79	31,71	227,69	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 гр	79	30	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	74,70	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	681,01	0,48	1,63	304,14	1,45	306,14	407,96	56,91	4,94

Второй завтрак

Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80

Обед

Салат из моркови 100г	21	100	0,83	6,21	11,08	110,12	0,06	4,49	749,00	3,23	45,85	49,46	34,09	0,64
Суп гороховый со сметаной 250гр.	127	250	8,26	5,33	22,65	172,53	0,35	6,05	99,82	1,21	48,90	108,05	41,85	2,81
Картофель тушеный с мясом 200	233,03	200	9,71	10,56	27,88	246,08	0,14	33,91	76,02	2,06	23,26	104,22	42,11	1,59
Напиток клюквенный 200	497	200	0,10	0,04	10,74	45,60	0,00	3,00	0,60	0,20	12,00	2,21	5,00	0,15
Хлеб пшеничный 50		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		860	26,67	23,20	121,56	811,83	1,02	47,44	925,43	6,99	236,31	403,43	167,54	8,69

Полдник

Печенье 50	804,17	50	4,00	9,00	33,50	230,00	0,04		0,01	1,75	13,48	36,95	5,35	0,50
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
Компот из свежих груш 200	486	200	0,08	0,03	12,43	51,40	0,00	1,00	0,40	0,08	12,19	3,21	4,22	0,49
Джем 50 гр	814,05	50	0,20		32,50	125,00					7,00	4,50	3,50	0,65
Итого за Полдник		350	8,08	9,43	103,03	523,90	0,25	1,00	0,41	1,93	95,17	109,16	33,57	3,44

Ужин

Котлеты рыбные любительские 100	308	100	15,46	6,42	6,68	148,22	0,15	1,95	249,66	1,42	81,49	258,24	53,65	1,81
Каша перловая рассыпчатая 180гр.	402,27	180	5,35	8,81	37,60	251,03	0,07		50,85	0,12	24,11	185,24	22,58	1,04
Соус белый основной	537	50	0,28	1,85	1,96	26,11	0,00	0,10	11,25	0,06	5,68	3,48	1,21	0,06
Чай с вареньем 180	459	180	0,18		9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
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 Ужин		620	29,03	18,15	105,40	703,42	0,69	2,14	312,75	1,95	232,08	595,68	129,00	7,31

На ночь

Кефир 200мл.	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	87,63	91,57	429,90	2 904,16
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
Завтрак	23,449	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Второй завтрак	2,892	2,53	57,61	1 586,74	12,52	1 123,70	1 720,22	423,02	27,38
Обед	27,954								
Полдник	18,04								
Ужин	24,221								
На ночь	3,443								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Утверждаю

Директор

ОВД18

Огородников С.А.

Меню

среда 2

Дата: 12.10.2017

Наименование блюда	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Суп молочный с пшеницей 200г		121,04	270	6,66	5,62	23,33	174,35	0,19	1,35	39,60	0,17	176,57	172,49	38,41	0,74
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 60 г		13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
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
Итого за Завтрак			550	16,78	11,14	62,92	423,23	0,44	1,45	75,90	0,32	465,90	366,14	79,45	3,97
Второй завтрак															
Фрукты свежие		82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак			200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Обед															
Винегрет с растительным маслом компот		601	100	1,44	4,09	5,37	66,42	0,03	4,80	167,63	1,95	42,36	39,86	21,44	0,85
Котлеты "Школьные" 100		347,06	100шт.	15,03	13,04	13,64	230,98	0,07	0,17	3,74	1,37	62,38	52,50	13,46	0,62
Макаронные изделия отварные 180 гр		256,05	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84
Суп геркулесовый 250г		136,08	250	2,38	3,14	17,02	106,68	0,09	16,50	83,52	1,26	18,30	71,25	28,90	1,01
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
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	31,62	27,66	136,03	923,40	0,70	21,27	349,64	5,45	244,91	347,58	121,11	6,44
Полдник															
Булочка 100		800,05	100	9,10	12,12	61,86	404,89	0,13	0,28	37,67	5,07	53,02	116,80	17,10	1,23
Кисель витаминный 200		481	200	0,28	0,10	98,46	115,42	0,01	80,00	65,36	0,30	19,39	9,31	3,78	2,29
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 Полдник			350	13,18	12,62	184,92	637,81	0,34	80,28	103,03	5,46	134,91	190,61	41,38	5,31
Ужин															
Картофель отварной с луком 180гр.		153,05	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
Соус сметанный 30гр.		330	30	0,41	1,53	1,95	23,87	0,01	0,04	12,00	0,06	7,88	6,48	1,19	0,04
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
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
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 Ужин			500	10,97	10,98	81,70	471,21	0,55	40,11	12,68	3,79	141,54	251,33	88,89	5,63
На ночь															
Снежок 200		470	200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20
Итого за На ночь			200	5,20	5,00	22,00	154,00	0,06	1,80	44,00		242,00	188,00	30,00	0,20

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	78,55	68,19	507,18	2 703,65
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	15,654								
Второй завтрак	3,477	2,15	164,91	595,25	15,43	1 261,26	1 365,66	378,83	22,76
Обед	34,154								
Полдник	23,591								
Ужин	17,429								
На ночь	5,696								

Заведующая производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"Утверждаю"



Директор
ОВД18 Дети 12-18 лет

Меню

четверг 2

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Бутерброд с маслом 50г/21-17г	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	149,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром 230гр.	460,61	230	6,40	6,56	44,31	263,48	0,08	0,98	43,99	0,22	122,44	162,63	38,10	0,61
Хлеб ржано- пшеничный 50 г	13,3	50	3,30	0,55	20,50	100,00	0,22			0,17	36,50	62,50	20,00	1,42
Итого за Завтрак		550	17,67	25,21	115,51	763,30	0,55	1,98	156,11	0,79	351,76	411,83	109,70	5,07

Второй завтрак														
Сок фруктовый 200	501	200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Итого за Второй завтрак		200			21,00	84,00	0,02	4,00	0,02	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80

Обед														
компот*		200	0,32		16,46	67,12	0,01		58,30	0,55	16,20	14,60	10,50	0,35
Огурцы соленые 100гр.	513	100шт.	0,80	0,10	1,70	13,00	0,02	5,00	0,03	0,10	23,00	24,00	14,00	0,60
Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 240	2,31	240	13,98	15,82	43,54	378,33	0,25	44,78	463,47	4,03	65,66	241,88	79,44	3,19
Суп картофельный с крупой 250	115	250	2,38	3,14	17,01	106,61	0,09	16,50	81,43	1,25	33,43	71,16	31,01	1,06
Хлеб пшеничный 50		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
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
Итого за Обед		870	23,27	19,79	115,62	742,56	0,71	66,27	603,23	6,13	222,69	453,64	167,45	7,85

Полдник														
Булочка Домашняя	11	100	16,71	20,85	67,02	535,61	0,18		266,40	1,78	60,09	235,33	21,63	2,87
Кисель из сока плодового	485	200	0,01		95,90	97,90	0,01	1,20	0,01	0,06	14,70	11,90	3,80	0,87
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 Полдник		350	20,52	21,25	187,52	751,01	0,39	1,20	266,41	1,93	137,29	311,74	45,93	5,54

Ужин														
Картофель отварной с маслом 180гр	152,04	180	3,55	9,30	28,92	213,08	0,14	35,49	0,04	3,80	22,90	103,08	41,12	1,64
Компот из свежих яблок 200	486	200	0,08	0,08	11,96	49,40	0,01	2,00	1,00	0,04	12,04	2,21	3,72	0,15
Фрикаделька мясная паровая	2,55	100шт.	15,46	17,30	8,53	251,31	0,07	0,80	0,00	2,23	23,47	25,38	7,90	0,64
Хлеб пшеничный 60 г	13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
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 Ужин		600	27,61	27,82	103,53	774,79	0,73	38,29	1,04	6,39	177,21	283,07	101,34	6,29

На ночь														
Кефир 200	470	200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20
Итого за На ночь		200	6,00	5,00	8,00	100,00	0,08	1,40	44,00		240,00	190,00	28,00	0,20

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс.предел	95,07	99,07	551,17	3 215,65
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	23,737								
Второй завтрак	2,612	2,47	113,13	1 070,80	15,44	1 142,94	1 664,27	460,42	27,75
Обед	23,092								
Полдник	23,355								
Ужин	24,094								
На ночь	3,11								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор
ОВД18



Меню

пятница

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

Завтрак

Каша манная молочная жидкая 250гр.	227	250	8,27	8,27	40,72	274,53	0,11	1,33	57,50	0,77	172,28	153,87	26,39	0,55
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 200	457	200	0,20		10,07	41,08	0,00	0,10	0,50		14,33	8,25	6,44	0,85
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	22,63	18,31	75,67	562,43	0,35	1,43	198,84	1,15	471,11	420,61	68,13	4,42

Второй завтрак

Фрукты свежие	82	200шт.	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Второй завтрак		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20

Обед

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
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
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
Салат витаминный 100г	2	100	1,26	6,26	6,63	90,22	0,04	26,51	230,70	2,92	42,97	33,47	20,71	0,65
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		860	25,88	36,72	138,38	990,94	0,70	46,19	543,29	12,73	254,36	459,39	160,44	7,47

Полдник

Булочка школьная 100	428,02	100шт.	8,08	3,30	65,19	337,94	0,14		10,35	1,43	21,83	74,33	14,19	1,06
Кофейный напиток 200	464	200	1,72	1,25	13,91	74,70	0,03	0,50	11,00	0,07	68,79	58,92	14,46	0,19
Хлеб пшеничный 50		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Полдник		350	13,59	4,95	103,70	530,14	0,37	0,50	21,35	1,60	153,12	197,76	49,15	3,05

Ужин

Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	202	180	6,55	6,30	36,28	228,03	0,29		32,40	0,08	49,82	163,08	109,55	4,37
Кисель молочный 180	11,35	180	4,06	3,38	91,49	157,68	0,05	1,35	29,70	0,14	165,87	128,43	18,90	0,18
Печень куриная, тушенная в соусе	370	100	17,64	14,75	5,92	227,91	0,03	0,50	29,00	2,79	76,91	256,12	26,36	13,61
Хлеб пшеничный 60 г	13,6	60	4,56	0,48	29,52	141,00	0,25			0,11	75,00	77,40	24,60	2,16
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 Ужин		580	36,77	25,56	187,81	874,62	0,88	1,85	91,10	3,31	411,40	700,03	203,41	22,02

На ночь

Питьевой йогурт 200мл.	714	200	5,88	7,00	22,56	176,00	0,08	1,20	44,00	0,14	244,00	192,00	30,00	0,20
Итого за На ночь		200	5,88	7,00	22,56	176,00	0,08	1,20	44,00	0,14	244,00	192,00	30,00	0,20

	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	105,56	93,34	547,72	3 228,12
Макс.предел				
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины				Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	17,423								
Второй завтрак	2,912	2,44	71,16	908,58	19,33	1 565,99	1 991,80	529,12	38,36
Обед	30,697								
Полдник	16,422								
Ужин	27,094								
На ночь	5,452								

Заведующая
производством

Жилина Ольга Геннадьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна