

Директор  
ОДНП «**Минское**»  
Дети 12-ти лет



**Меню**

**Понедельник**

Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций фосфор Магний Железо

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Каша пшеничная молотая-молочная 200	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
Фрукты свежие	82	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Сыр перидонный 20-	12	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с молоком 180	460	1,53	1,13	11,18	61,72	0,02	0,64	10,35	0,05	64,87	47,92	11,65	0,81
Хлеб пшеничный 50-	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		0,10	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Завтрак	650	17,12	13,57	80,68	321,62	0,45	21,44	98,45	1,17	475,73	393,92	73,74	5,35

**Обед**

Наименование продукта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Салат из свежих отварной с растительным маслом 100	26	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 гороховый со сметаной 250	127	8,26	5,33	22,65	172,53	0,35	6,05	99,82	1,21	48,90	108,05	41,85	2,81
Биточки оригинальные паровые 100	206	14,92	14,81	11,34	237,32	0,07			2,23	40,09	31,57	10,21	0,71
Овощи тушеные	340	3,03	10,37	11,67	156,35	0,09	37,80	438,80	4,02	78,29	77,49	37,53	1,08
Чай с вареньем 180	459	1,80	1,80	9,96	40,57	0,00	0,09	0,99	0,05	14,52	9,22	7,06	0,90
Хлеб пшеничный 50-	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		0,10	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржаной-пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26		0,20	0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед	920	38,60	37,65	113,26	937,93	1,01	53,64	542,53	10,49	323,62	467,23	162,27	10,33

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	52,71	51,22	193,96	1 459,55
Мин.предель				

	% калорийность	Витамины							Минералы				
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Завтрак	35,739												
Обед	64,261	1,46	74,98	940,98	11,96	799,34	801,15	236,01	15,68				

Заведующая производством  
Диет. сестра

*Жилина Ольга Геннадьевна*  
*Черепанцева Ксения Алексеевна*

Директор  
ОДЛВ «Ветеринария»  
Иванов С.А.



Меню

Вторник

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

Суп Молочный Кисломолочный 270	121	270	6,66	5,62	23,33	174,35	0,19	1,35	39,60	0,17	176,67	172,49	38,41	0,74
Масло сливочное 80	79	30шт.	0,30	21,75	0,42	198,60	0,00	1,00	135,00	0,30	7,20	9,00	0,15	0,30
Корфейный напиток с молоком 200мл	721	200	3,45	2,50	17,68	110,00	0,06	1,00	22,00	0,15	123,10	119,00	26,20	0,36
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,90	0,40	24,60	117,50	0,21	2,35	82,90	0,10	64,50	20,50	1,90	0,36
Итого за Завтрак	550	550	14,21	30,27	66,30	600,45	0,46	2,35	196,90	0,71	399,37	364,99	85,26	3,20

Обед

Салат овощной 100	4,21	100	1,74	7,28	10,97	116,67	0,07	12,50	70,32	3,16	16,49	50,28	20,60	0,76
Уксус с Рисом 250	122	250	6,77	2,43	16,40	114,82	0,10	13,62	11,26	0,14	40,46	129,39	38,62	1,06
Котлета куриная паровая	166	100шт.	11,03	17,13	9,15	234,33	0,10	0,00	40,50	3,30	30,34	85,18	14,55	1,26
Макаронные изделия отварные 200	256	200	6,89	7,21	49,09	290,78	0,12	3,60	0,02	0,09	26,91	61,86	11,67	0,93
Сок Фруктовый 180	501	180	18,90	0,40	18,90	75,60	0,02	0,21	0,18	0,18	12,60	12,90	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,90	0,86	24,60	117,50	0,21	2,35	82,90	0,10	64,50	20,50	1,90	0,36
Хлеб ржано-пшеничный 60г	13,08	60	3,96	0,86	24,60	120,00	0,26	2,35	82,90	0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед	940	940	34,21	35,11	153,71	1 098,80	0,87	29,72	122,14	7,15	233,12	478,82	137,34	10,03

Кол-во	Жиры	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	65,38	220,01	1 670,25
Мин. предел			

% Калорийность	Витамины							Минералы		
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак	35,95									
Обед	64,05	1,33	32,07	318,71	7,87	602,49	843,81	222,60	13,23	

Заведующая производством  
Диет. сестра

Жиглина Ольга Геннадьевна  
Черепанчева Ксения Алексеевна





Директор  
О.В.И. Денис  
12.12.2018

# Меню

среда

Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность B1 C A E Кальций Фосфор Магний Железо

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Каша ячневая 100	220	7,44	6,88	39,59	256,16	0,17	1,10	46,70	0,82	174,61	261,42	38,19	0,96
Сыр порционный 20г	12	5,38	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с сахаром 180г	180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,06	0,45	0,10	12,83	7,42	5,76	0,78
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,80	117,50	0,21		10,00	0,40	62,50	64,50	20,50	1,80
Фрукты свежие	200шт.	0,80	0,80	19,80	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за Завтрак	650	17,58	13,10	97,55	589,43	0,44	21,19	82,95	1,36	481,94	453,24	92,45	4,95

## Обед

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Орды свежие 100	514	0,70	0,10	1,90	11,00	0,03	10,00	10,00	0,10	17,00	30,00	14,00	0,50
Суп крестьянский с крупой 250	119	2,20	5,31	13,82	111,50	0,05	19,99	82,32	2,30	45,76	67,37	22,22	0,79
Котлеты из птицы с рисом 100г	371,02	17,04	12,69	7,16	211,21	0,01	0,11	20,35	0,06	16,02	24,78	6,26	0,12
Резь из овощей 180	342	3,31	7,71	18,34	159,48	0,11	37,40	352,20	2,92	61,98	91,21	41,63	1,32
Кисель 180г	700	0,12		37,85	151,42				0,30	0,30			0,05
Хлеб пшеничный 50г	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	60	3,96	0,68	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед	920	31,14	28,87	128,08	992,11	0,67	67,50	464,87	5,68	247,30	362,65	128,61	6,28

Кол-во	Батюки	Жирное	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	48,72	39,97	225,43	1.471,54
Мин. предел				

%	Завтрак		Обед		Витамины					Минералы		
	калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Завтрак	40,055	1,11	88,69	557,82	7,04	729,23	806,20	221,06	11,23			
Обед	59,945											

Заведующая производством  
Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Александровна

Директор  
ОВД 18  
Дели 13.10.2017



Меню

Четверг

Феделтура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций фосфор Магний Железо

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо			
Каша Манная молочная (сладкая) 250г	227	267	40шт.	5,00	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 20	79	20шт.	0,20	14,50	0,28	0,28	0,28	62,52	0,03		105,04	0,24	22,00	88,00	4,80	1,00
Каша с молоком 200мл	711	200	3,97	3,20	25,82	0,03	25,82	149,92	0,04	1,00	90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	0,04	24,60	149,92	0,04	1,00	22,12	0,11	125,52	116,20	31,00	1,04
Итого за Завтрак	880				21,24	30,57	91,70	736,87	0,21	2,33	274,68	1,42	62,50	64,50	20,50	1,80

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
Шиш на свежей капусте с картошкой и сметаной 250г	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
Рыба, запеченная под молочным соусом 280	312	280шт.	21,49	9,01	28,42	283,06	0,26	27,45	35,49	1,56	131,80	388,78	97,24	2,18
Сок фруктовый 180	501	180			18,90	75,80	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 55	5,736	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,23			0,10	68,75	70,95	22,55	1,98
Хлеб ржано-пшеничный 60г	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	925		32,47	21,21	124,11	827,26	0,87	60,89	887,22	5,04	399,41	642,94	206,10	9,81

	% калорийность		Витамины					Минералы			
	Завтрак	Обед	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо	
	47,11	52,89	1,26	63,22	1 159,88	6,46	746,51	1 069,50	288,98	14,40	

Заведующая производством  
Диет. сестра

*Жилина Ольга Геннадьевна*

Черепанцева Ксения Александровна





Управление государственной службы  
 «Витамин-М»  
 Директор  
 ОВД18  
 Денис Владимирович  
 Павленко

**Меню**

**ПЯТНИЦА**

Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>														
Каша рисовая молочная (без сахара) 200г	234	200	5,72	6,88	32,20	215,59	0,07	1,18	48,46	0,21	151,62	153,30	32,55	0,48
Сыр порционный 200г	12	20шт.	5,36	5,04		69,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с сахаром 180г		180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,09	0,45		12,83	7,42	5,76	0,78
Хлеб пшеничный 50г		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		0,10	62,50	64,50	20,50	1,80	
Фрукты свежие		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 завтрак		650	15,86	13,12	89,96	548,86	0,34	21,27	64,71	0,76	458,96	355,22	86,81	4,47

Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>														
Салат картофельный с растительным маслом 100г		35	1,92	5,37	15,09	116,10	0,08	18,50	0,02	2,21	14,77	58,66	21,77	0,90
Расольник Ленинградский со сметаной 250		100	2,38	7,40	17,45	146,86	0,08	16,79	97,43	2,34	37,53	68,98	27,73	1,03
Каша гречневая рассыпчатая 180		202	6,55	6,30	36,28	228,03	0,29	32,40	0,08	49,82	163,08	109,55	4,37	0,50
Голубцы ленинградские 100		333	9,49	9,16	7,33	149,92	0,03	27,60	15,30	0,10	35,51	31,38	13,48	0,50
Чай с лимоном 180 мл		459	0,37	0,01	13,62	57,11	0,00	2,61	0,58	0,01	15,35	8,81	6,52	0,85
Хлеб пшеничный 50г		50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		0,10	62,50	64,50	20,50	1,80	
Хлеб ржаное-пшеничный 60г		13,08	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26		0,20	43,80	75,00	24,00	1,70	
Итого за обед		920	28,48	29,29	138,96	935,52	0,94	65,50	145,73	5,03	259,28	470,43	223,53	11,16

Кол-во	Белков	Жироз	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	44,34	42,41	228,93	1 484,37
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины					Минералы				
		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак	36,976	1,28	86,77	240,44	5,78	716,22	825,65	310,33	15,63		
Обед	63,024										

Заведующая производством  
 Диет. сестра

Жиглина Ольга Геннадьевна  
 Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор  
**Овдиг**  
 ООО "ИЗБИРАТЕЛЬ" \* ОИПТ \*  
 Член организации "Юно"



**Меню**

**ПОДСЕЛЬНИК**

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

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>													
Омлет с зеленым горошком 200 г	200	13,66	17,72	6,92	242,80	0,14	0,80	262,03	1,77	153,84	269,76	29,28	2,40
Масло сливочное 79 г	30шт.	0,30	21,75	0,42	198,60	0,00		135,00	0,30	7,20	9,00	0,15	0,30
Копченый напиток с вареной колбасой 465 г	180	2,90	2,25	14,66	92,10	0,05	0,90	19,80	0,11	113,91	93,76	18,96	0,22
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		62,50	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Фрукты свежие	82	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 завтрак	660	21,66	42,92	66,20	745,00	0,45	21,70	426,63	2,68	359,45	459,02	86,69	5,92

**Обед**

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Салат из свежих овощей с растительным маслом 100</b>													
Суп из овощей со сметаной 250	26	1,44	6,09	8,45	93,66	0,03	9,60	1,92	2,68	35,52	41,40	21,12	1,34
Биточки оригинальные паровые 100	117	2,08	7,30	11,40	120,25	0,07	20,54	100,05	2,33	48,48	57,12	24,48	0,85
Рагу из овощей 180г.	206	14,92	14,81	11,34	237,32	0,11	37,40	352,20	2,82	40,08	31,57	10,21	0,71
Копilot из смеси сардельков 180	342	3,31	7,71	18,34	159,48	0,11		84,82	0,99	61,98	91,21	41,63	1,32
Хлеб пшеничный 50г	495	0,58	0,40	20,63	84,82	0,02		104,94	0,10	37,20	26,29	20,73	0,60
Хлеб ржано-пшеничный 60г	13,6	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		62,50	0,20	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за обед	1308	3,95	0,66	24,60	120,60	0,26	67,54	559,11	11,45	43,80	75,00	24,00	1,70

Макс. предел	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Мин. предел	51,54	79,86	185,57	1 678,03

%	Витамины												
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Завтрак	44,397												
Обед	55,603	1,22	89,24	986,94	14,13	699,03	846,11	249,55	14,24				

Заведующая производством  
 Диет. сестра

*(Signature)*

Жилина Ольга Геннадьевна  
 Черепанцева Ксения Александровна





Директор  
ОВД18  
Деп. 12-19  
В. В. Давыдов  
С.А.

Меню

Вторник

Наименование блюд ..... Рецептура Выход Белки Жирны Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций фосфор Магний Железо

		Завтрак												
Суп молочный с макаронными изделиями 200г	140	290	8,15	7,16	27,68	211,70	0,12	1,96	55,72	0,22	249,99	168,73	32,25	0,53
Сыр порционный 20г		20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с молоком 200	460	200	1,70	1,25	12,42	66,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		62,50	0,10	64,50	20,50	1,80	
Итого за Завтрак	563	563	19,01	13,85	64,70	464,58	0,35	2,56	103,02	0,41	584,57	422,48	75,09	3,45

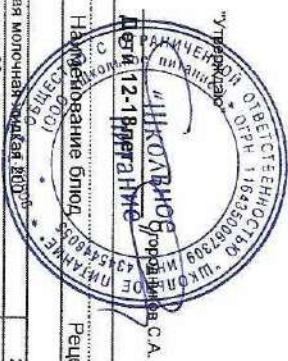
		Обед												
Салат из свежих капусты с морковью с раст.мас.100г	58	100	1,50	9,18	4,97	108,89	0,03	32,30	118,94	4,12	43,06	34,75	17,91	0,59
Суп картофельный с горохом 250	138	250	5,49	4,27	19,52	139,40	0,23	11,50	106,19	0,12	44,86	87,01	36,36	2,05
Котлета куриная паровая 100г		100шт.	11,03	17,13	9,15	234,33	0,10		0,00	3,30	30,34	85,18	14,55	1,26
Макаронные изделия отварные 200	256	200	6,89	7,21	49,09	290,78	0,12		40,50	0,09	26,91	61,88	11,67	0,93
Сок фруктовый 180	501	180			18,90	75,60	0,02	3,90	0,02	0,18	12,90	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		62,50	0,10	64,50	20,50	1,80	
Хлеб ржано-пшеничный 60г	13,08	60	3,96	0,65	24,60	120,00	0,26		43,80	0,20	75,00	24,00	1,70	
Итого за Обед	940	940	32,67	38,83	150,83	1086,50	0,97	47,40	266,65	8,11	264,08	420,51	131,89	10,95

Кол.во	Белков	Жирнов	Углеродов	Калорийность
Макс.предел	51,68	52,70	215,53	1551,08
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины							Минералы				
		В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо				
Завтрак	29,952												
Обед	70,048	1,32	49,96	388,97	8,52	848,64	843,39	207,58	14,30				

Заведующая производством .....  
Диет. сестра .....  
Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Алексеевна

Директор  
ОВД18  
Дети 12-18 лет



Меню

среды

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

		Завтрак												
Каша манная молочная - 200г	227	200	6,82	6,58	32,54	219,20	0,09	1,06	45,82	0,62	141,49	123,08	21,33	0,47
Масло сливочное 30	79	30шт.	0,30	21,75	0,42	198,60	0,00		136,00	0,30	7,20	9,00	0,15	0,30
Каша с молоком 180	462	180	3,23	2,64	13,84	93,71	0,04	0,80	19,87	0,10	115,25	95,41	22,90	0,60
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		0,99	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
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 Завтрак	680		14,75	32,17	91,00	723,01	0,39	21,86	210,69	1,51	358,44	313,99	82,87	4,37

		Обед												
Омлет свежие 100	514	100шт.	0,70	0,10	1,90	11,00	0,03	10,00	10,00	0,10	17,00	30,00	14,00	0,50
Суп перкулевский 250гр	136	250	2,38	3,14	17,02	106,68	0,09	16,50	83,52	1,28	18,30	71,25	28,90	1,01
Рыбу на отварной птице с овощами тушеное 280	2,31	280	19,32	18,51	50,84	442,03	0,29	52,24	541,13	4,72	83,26	282,26	93,10	3,78
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	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржаной- пшеничный 60 г	13,08	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26		0,20	0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед	920		27,34	22,81	128,93	837,78	0,89	78,83	636,64	6,43	239,37	532,23	197,56	5,68

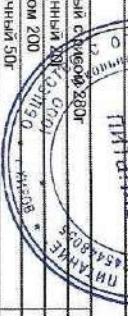
Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	42,10	54,98	219,93	1 560,79
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины							Минералы			
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Завтрак	46,323	1,28	100,79	846,32	7,94	597,81	846,23	270,43	14,05			
Обед	53,677											

Заведующая производством  
Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Александровна





Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность B1 C A E Кальций фосфор Магний Железо

Наименование блюда	Выход	Завтрак											
		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Суп молочный с хлебом 200г	280	7,39	7,14	26,43	202,97	0,10	1,96	55,72	0,26	243,22	208,89	38,95	0,43
Сыр порционный 200г с маслом	20шт.	5,36	5,04	10,07	66,80	0,00	0,10	0,50	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с сахаром 200	200	0,20	0,40	24,60	41,08	0,00	0,10	0,50	0,10	14,33	8,25	8,44	0,85
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21	2,06	92,02	0,10	82,50	64,50	20,50	1,80
Итого за завтрак	560	16,75	12,58	81,10	428,25	0,30	2,06	92,02	0,39	520,05	389,64	75,89	3,30

Наименование блюда	Выход	Обед											
		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Орushi солёные 100	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
Борш с капустой и картофелем со сметаной 250	250	1,97	7,21	13,04	125,65	0,05	18,37	109,06	2,37	58,58	53,98	25,53	1,13
Рыба, тушеная в томате с овощами 100	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
Картофель отварной с маслом 200	200	3,94	10,38	32,13	237,11	0,16	39,42	0,04	4,24	25,60	114,51	45,89	1,82
Сок фруктовый 180	180	18,90	18,90	18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21	2,06	92,02	0,10	82,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржанос-пшеничный 60г	60	3,95	0,56	24,60	120,00	0,28	2,06	92,02	0,20	43,90	75,00	24,00	1,70
Итого за обед	940	24,62	22,20	121,20	787,83	0,80	68,47	287,00	8,80	274,69	512,41	181,67	10,48

Макс предел	Мин.предел	Белков		Жироз		Углеводов		Калорийность		Завтрак	Обед	% калорийность	Витамины					Минераль		
		Кол-во	41,57	34,78	182,30	1,215,08	35,216	B1	C				A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо		
										64,784	1,11	70,53	379,02	9,19	794,74	902,04	257,57	13,78		

Заведующая производством

Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор  
Овд18  
Дети 12-18 лет  
ФГБНУ ИНИИ питания

Меню

ПЯТНИЦА

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

Наименование блюда	Завтрак		Обед												
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Каши ячневая молочная заправка 200г/100г	220	7,44	6,86	39,59	256,16	0,17	1,10	46,70	0,82	174,81	251,42	38,19	0,96		
Масло сливочное 30	79	0,30	21,75	0,42	198,60	0,00		135,00	0,30	7,20	9,00	0,15	0,30		
Кофейный напиток с молоком 180	180	2,90	2,25	14,66	92,10	0,05	0,90	19,80	0,11	113,91	93,76	18,96	0,22		
Хлеб пшеничный 50г	13,6	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80		
Фрукты свежие	82	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 завтрак	630	15,24	32,06	96,87	758,36	0,48	22,00	211,50	1,73	380,22	440,63	95,79	4,47		

Наименование блюда	Завтрак		Обед												
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Морковь отварная с растительным маслом 100г	812	100	0,95	5,04	6,92	84,49	0,07	5,10	2,79	52,02	56,20	38,76	0,71		
Суп картофельный с макаронными изделиями 250	116	250	2,73	2,94	20,91	122,11	0,09	16,50	1,17	32,53	63,46	26,16	1,00		
Пюре куриная, тушеная в соусе	370	100	17,64	14,75	6,92	227,91	0,03	0,50	2,79	76,91	256,12	26,36	13,61		
Рис отварной 180	385	180	4,62	6,52	46,12	261,63	0,05		0,18	8,97	99,63	32,55	0,68		
Компот из свежих яблок 180	486	180	0,07	0,07	10,76	44,46	0,01	1,80	0,04	10,84	1,99	3,35	0,14		
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 ржаной пшеничный 50г	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	926	33,77	30,38	138,94	978,10	0,71	23,90	969,48	7,25	287,56	618,89	171,57	18,94		

Кол-во	Макс. предел	Мин. предел	Завтрак		Обед												
			% калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо						
49,01	62,44	238,71	43,673	1,19	45,90	1 210,98	8,98	677,89	1 057,58	267,47	24,11						

Заведующая производством .....  
Диет. сестра .....  
Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Алексеевна



Утверждаю  
 Директор  
 ОВД 11  
 Детский центр  
 «МилкОльное»  
 ООО



Меню

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда: Рацион № 1  
 Рацион № 1  
 Рацион № 1  
 Рацион № 1

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Каша пшеничная с изюмом 150г	150	4,22	4,62	18,96	135,83	0,13	0,88	31,50	0,44	87,07	113,75	10,18	0,99
Фрукты свежие	82	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Сыр полужирный 20г	20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с молоком 180	180	1,53	1,13	11,18	61,72	0,02	0,54	10,35	0,05	64,87	47,92	11,65	0,81
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Итого за Завтрак	600	15,71	11,98	74,34	475,85	0,41	21,22	87,65	1,02	446,44	356,17	70,33	5,02

Обед

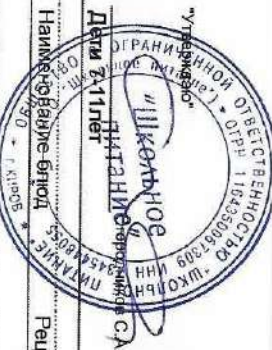
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из свежих овощей с растительным маслом 80г	28	0,86	3,65	5,07	56,20	0,02	5,76	1,15	1,61	21,31	24,84	12,67	0,81
Суп гороховый со сметаной 200	200	6,66	4,67	18,19	142,14	0,28	4,95	83,06	0,98	40,84	87,64	33,64	2,25
Биточки оригинальные паровые 90	80шт.	13,35	13,75	10,36	217,56	0,07			2,23	37,50	28,99	9,37	0,63
Овощи тушеные 150г	150	2,42	7,75	9,58	121,16	0,07	31,48	359,33	3,30	61,65	82,06	30,92	0,89
Чай с вареньем 180	180	0,18	9,98		40,57	0,00	0,09	0,99	0,06	14,52	9,22	7,06	0,90
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржаной-пшеничный 40г	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед	775	29,94	30,65	94,16	775,13	0,82	42,18	444,53	8,40	267,52	327,25	130,16	8,41

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	45,63	42,63	168,50	1 250,98
Мин. предел				

	% калорийность	Витамины							Минералы				
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Завтрак	38,068												
Обед	61,962	1,23	63,39	532,18	9,42	713,96	683,42	200,49	13,43				

Заведующая производством  
 Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна  
 Черепанцева Ксения Александровна



Директор  
**Овдт1**  
 Дата 7-11лет

**Меню**

**ВТОРНИК**

Наименование блюда: \_\_\_\_\_  
 Рецепт: \_\_\_\_\_  
 Выход: \_\_\_\_\_  
 Белки: \_\_\_\_\_ Жиры: \_\_\_\_\_ Углеводы: \_\_\_\_\_  
 Категория: \_\_\_\_\_  
 Категория: \_\_\_\_\_  
 В1: \_\_\_\_\_ С: \_\_\_\_\_ А: \_\_\_\_\_ Е: \_\_\_\_\_  
 Кальций: \_\_\_\_\_ Фосфор: \_\_\_\_\_ Магний: \_\_\_\_\_ Железо: \_\_\_\_\_

Суп Молочный с пшеном 230	121,14	230	5,68	4,80	19,98	148,69	0,16	1,15	33,85	0,14	150,27	146,95	32,71	0,63
Масло сливочное 20	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 с молоком 200мл	721	200	3,45	2,50	17,95	110,00	0,06	1,00	22,00	0,15	123,10	119,00	26,20	0,36
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		117,50	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Литро за Завтрак		500	13,13	22,20	62,71	508,59	0,43	2,15	145,85	0,59	340,87	336,45	79,51	2,99

**Обед**

Салат овощной 100	4,21	100	1,74	7,28	10,97	116,67	0,07	12,50	70,32	3,16	16,49	50,28	20,80	0,75
Уха с рисом 200	122	200	5,42	1,95	13,11	91,80	0,08	10,90	9,01	0,11	32,39	103,54	30,90	0,85
Котлета куриная паровая	166	100шт.	11,03	17,13	9,15	234,33	0,10		0,00	3,30	30,34	85,18	14,55	1,26
Макаронные изделия отварные 150 гр	256	150	5,17	5,37	36,82	217,76	0,09		30,15	0,07	20,36	46,38	8,77	0,70
Сок фруктовый 180	501	180			18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		117,50	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржан-пшеничный 40 г	13,5	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,17		80,00	0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Итого за Обед		820	29,91	32,57	129,94	933,75	0,73	27,00	103,51	7,64	203,89	412,49	118,71	9,02

Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
42,94	54,77	182,65	1 442,35
Макс. предел			
Мин. предел			

% калорийность	Витамины												
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Завтрак	35,261												
Обед	64,739	1,16	29,15	256,36	7,63	544,54	748,93	198,23	12,01				

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
 Диет. сестра \_\_\_\_\_  
 Жилина Ольга Геннадьевна  
 Черепанцева Ксения Алексеевна





Меню

срета

Директор  
Овдт1  
Дети

Наименование блюда

Выход

Белки

Жиры

Углеводы

Калорийность

B1

C

A

E

Кальций

фосфор

Магний

Железо

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>														
Каша ячменная вязкая 180г	220	150	5.58	5.15	29.64	191.92	0.13	0.83	36.08	0.62	130.96	188.57	28.64	0.72
Сыр порционный 20г	12	20шт.	5.36	5.04		66.80	0.00		36.80	0.04	200.00	108.00	10.00	0.22
Чай с сахаром 180г	180	180	0.18	0.40	13.56	54.97	0.00	0.09	0.45	12.83	7.42	5.76	0.78	
Хлеб пшеничный 50г	13.6	50	3.80	0.40	24.90	117.50	0.21		0.10	62.50	64.50	20.50	1.60	
Фрукты свежие	82	200шт.	0.80	0.80	18.80	94.00	0.06	20.00	10.00	0.40	32.00	22.00	18.00	1.20
Итого за завтрак	600		15.72	11.89	87.40	525.19	0.40	20.92	81.28	1.15	438.28	390.49	82.90	4.72

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>														
Орulyа, свежые 60	514	60	0.42	0.06	1.14	6.60	0.02	6.00	0.06	10.20	18.00	8.40	0.30	
Суп крестьянский с крупя 200г/10г	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	0.82
Кнели из птицы с ржсом 100г	371.02	100шт.	17.04	12.69	7.16	211.21	0.01	0.11	20.35	0.06	16.02	24.78	6.26	0.12
Рагу из овощей 150	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
Кисель 180г	700	180	0.12		37.85	151.42				0.30				0.05
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 40г	40	40	2.64	0.44	16.40	80.00	0.17		0.13	29.20	50.00	16.00	1.13	
Итого за Обед	780		28.88	24.27	113.57	791.51	0.55	56.33	403.62	3.79	205.04	292.25	102.98	5.12

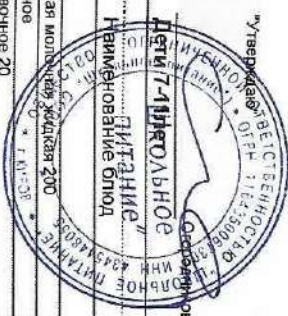
Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Кол-во	44.58	35.65	200.98
Макс.предел			1 316.70
Мин.предел			

% калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Завтрак	39.887	77.24	484.89	4.85	643.32	682.74	185.67	9.94
Обед	80.113							

Заведующая производством

Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Алексеевна



Утвержден  
 Директор  
 ОВД11  
 Директор

Меню

четверг

ДИТАНИЕ  
 Наименование блюд

Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций фосфор Магний Железо

Завтрак														
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
Зице вареное	267	40шт.	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	79	20шт.	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
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
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 завтрак		513	19,59	29,28	83,51	681,52	0,37	2,08	262,88	1,27	356,31	395,78	77,73	4,51

Обед														
Салат из свежей моркови с растительным маслом 60	21	60	0,50	3,73	6,66	66,14	0,04	2,70	450,90	1,94	27,60	29,77	20,52	0,39
Шиш из свежей капусты с картошкой и сметаной 250г.	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
Рыба, запеченная под молочным соусом 240	312	240шт.	18,42	7,77	24,36	242,97	0,22	23,52	30,42	1,36	112,86	331,47	63,32	1,87
Сок фруктовый 180	501	180	3,80	0,40	18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	7,20	2,52	
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 ржаной-пшеничный 40г	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		820	27,40	18,23	103,22	681,38	0,70	55,37	609,95	3,93	303,16	638,56	169,97	8,31

Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
46,98	47,51	183,73	1363,40
Макс.предел			
Мин.предел			

% калорийность	Витамины							Минералы		
	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо		
Завтрак	49,988	57,43	872,93	5,20	659,47	934,34	247,70	13,02		
Обед	50,012									

Заведующая производством  
 Диет. сестра

Жилина Ольга Геннадьевна  
 Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор  
Овдт1  
Дети 7-11 летние  
С.А. Черепанцева



Меню

ПЯТНИЦА

Календарное наименование блюда: Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Наименование	Завтрак		Обед											
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Каша рисовая молочная жидкая 150	234	150	4,29	5,16	24,15	161,66	0,05	0,89	36,35	0,16	113,72	114,98	24,41	0,39
Сыр полусоленный 20г	12	20шт.	5,36	5,04		66,80	0,00		36,80	0,04	200,00	106,00	10,00	0,22
Чай с сахаром 180г	180	180	0,18		13,56	54,97	0,00	0,09	0,45	0,10	12,33	7,42	5,76	0,78
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,80	117,50	0,21	2,61	0,58	0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
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 Завтрак	600	600	14,43	11,40	81,91	494,96	0,32	20,96	82,69	0,70	421,04	316,93	78,67	4,36

Наименование	Завтрак		Обед											
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Салат картофельный с растительным маслом 60г	36,02	90	1,15	3,22	9,05	69,66	0,05	11,10	0,01	1,33	8,94	36,21	13,06	0,54
Рассольник Ленинградский со сметаной 200	100	200	1,95	6,32	14,00	121,49	0,06	13,45	81,15	1,88	31,67	56,34	23,43	0,78
Каша пшеничная рассыпчатая 180г	202	150	5,46	5,25	30,24	190,02	0,24	2,61	27,00	0,06	41,39	136,90	91,28	3,64
Голубцы пенивые 50	333	90шт.	8,49	8,42	6,54	136,07	0,02	24,80	15,12	0,09	32,27	28,04	12,08	0,45
Чай с лимонном 180 мл	459	180	0,37	0,01	13,62	57,11	0,00	2,61	0,58	0,01	15,35	8,61	6,52	0,85
Хлеб пшеничный 50г	13,6	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21	2,61	0,10	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	51,96	0,13	0,13	28,20	50,00	18,00	1,13
Итого за Обед	779	779	23,97	24,06	114,44	771,85	0,75	51,96	123,85	3,90	221,52	378,80	182,86	9,20

Макс. предел	Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Мин. предел	38,30	35,46	198,36	1 266,82	

% калорийность	Витамины					Минералы				
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак	39,071									
Обед	60,929	1,08	72,93	206,45	4,30	642,56	696,70	261,53	13,65	

Заведующая производством  
Диет. сестра  
Жигина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Александровна

Директор  
ОВД 11  
Дети 7-11 лет



Меню

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд: \_\_\_\_\_  
Рецептура Выход: \_\_\_\_\_ Белки: \_\_\_\_\_ Жиры: \_\_\_\_\_ Углеводы: \_\_\_\_\_ Категория: \_\_\_\_\_  
В1: \_\_\_\_\_ С: \_\_\_\_\_ А: \_\_\_\_\_ Е: \_\_\_\_\_ Кальций: \_\_\_\_\_ фосфор: \_\_\_\_\_ Магний: \_\_\_\_\_ Железо: \_\_\_\_\_

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Омлет с зеленым горошком 200 гр.	200	13,96	17,72	6,92	242,80	0,14	0,80	282,03	1,77	153,84	269,76	29,28	2,40
Масло сливочное 20	79	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Корфейный напиток с молоком 180	465	2,90	2,25	14,66	92,10	0,05	0,90	19,60	0,11	113,91	93,76	18,96	0,22
Хлеб пшеничный 50г	13,6	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		62,50	0,10	62,50	94,50	20,50	1,80
Фрукты свежие	82	0,80	0,80	20,00	94,00	0,06	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за завтрак	650	21,36	35,67	66,66	679,80	0,45	21,70	381,53	2,38	387,05	456,02	86,84	5,82

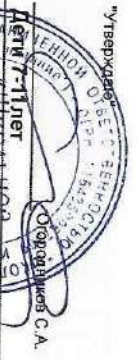
Обед

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Салат из свежих отварной с растительным маслом 60	26	0,86	3,65	5,07	56,20	0,02	5,76	1,15	1,61	21,31	24,84	12,67	0,81
Суп из овощей со сметаной 200	117	2,00	6,24	9,19	100,32	0,06	16,44	83,24	1,87	40,58	48,89	19,76	0,68
Биточки оригинальные паровые 90	206	13,35	13,75	10,36	217,56	0,07		10,36	2,23	37,50	28,99	9,37	0,63
Рагу из овощей 150гр.	342	2,76	6,42	15,29	132,90	0,09	31,17	293,50	2,43	51,95	76,01	34,69	1,10
Компот из смеси сухофруктов 180	495	0,58		20,63	84,82	0,02		104,94	0,99	37,20	26,29	20,73	0,80
Хлеб пшеничный 50г	13,6	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21		62,50	0,10	62,50	94,50	20,50	1,80
Хлеб ржано-пшеничный 40 г	13,5	2,64	0,44	15,40	80,00	0,17		29,20	0,13	29,20	50,00	16,00	1,13
Лето за Обед	770	25,70	30,90	107,53	789,30	0,63	53,37	462,83	9,36	279,94	317,52	133,72	6,76

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность	% калорийность												
					Завтрак	Обед	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо			
Макс.преден	47,06	86,57	167,69	1 468, 10	46,237	1,08	75,07	864,66	11,94	646,99	773,54	220,56	12,58				
Мин.преден					53,763												

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
Диет. сестра \_\_\_\_\_  
Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Алексеевна





Утверждено  
 Директор  
 ОВД11  
 07.07.2017  
 Огородников С.А.

Меню

Вторник

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

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суп молочный с картофелем и макаронами 200	140	6,69	5,88	22,65	173,64	0,10	1,61	45,77	0,18	205,36	161,60	26,49	0,43
Чай с молоком 200	20шт.	5,36	5,04	12,42	66,80	0,00	0,60	35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Хлеб пшеничный 50г	200	1,70	1,25	24,60	88,58	0,02	0,21	11,50	0,05	72,08	53,24	12,94	0,90
Итого за завтрак	500	3,80	0,40	59,67	117,90	0,21	2,21	93,07	0,37	539,94	387,34	69,93	3,35

**Обед**

Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Салат из свежей капусты с морковью с раст. мас.60г	60	0,90	5,51	2,99	65,39	0,02	19,47	71,37	2,47	26,82	20,92	10,59	0,35
Суп картофельный с горохом 200	200	4,39	3,42	15,62	111,52	0,19	9,20	84,95	0,10	35,74	69,60	29,08	1,64
Котлета куриная паровая 50	90шт.	13,15	15,12	8,22	221,13	0,09	0,00	0,00	2,97	27,26	76,61	13,08	1,13
Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10	3,60	36,45	0,08	24,37	55,67	10,51	0,84
Сок фруктовый 180	50г	0,40	0,40	18,80	75,90	0,02	0,02	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	60	3,96	0,66	24,60	117,50	0,21	0,26	0,20	0,10	62,50	64,50	20,50	1,90
Хлеб ржано-пшеничный 60г	820	32,41	31,58	139,10	120,00	0,26	32,27	192,79	0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за Обед					972,84	0,89			6,10	232,09	374,91	114,95	9,98

Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
49,96	44,16	198,77	1 399,26
Макс. предел			
Мин. предел			

% калорийность	Витамины					Минералы		
	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	30,475							
Обед	69,525	1,21	34,48	285,98	6,47	772,03	762,26	184,90

Заведующая производством  
 Директ. сестра  
 Жилина Ольга Геннадьевна  
 Черепанцева Ксения Алексеевна



Директор  
ОБД11  
Детей-инвалидов  
Исполнительное Управление  
Федеральный научный центр  
безопасности и качества  
пищевых продуктов  
Российской Федерации  
Утверждено  
Исполнительное Управление

Меню

среда

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

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>													
Каша манная молочная жидкая 50г	130	4.96	4.94	24.40	164.40	0.06	0.80	34.37	0.48	106.12	92.31	16.00	0.35
Масло сливочное 20	79	0.20	14.50	0.28	132.40	0.00		90.00	0.20	4.80	6.00	0.10	0.20
Какао с молоком 180	462	3.23	2.64	13.84	93.71	0.04	0.90	19.87	0.10	115.25	95.41	22.90	0.80
Хлеб пшеничный 50г	13.6	3.80	0.40	24.60	117.50	0.21		0.10	62.50	64.50	20.50	1.80	
Фрукты свежие	82	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 Завтрак	803	13.00	23.27	82.73	602.01	0.37	21.70	154.23	1.26	320.67	280.22	77.49	4.15

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>													
Отруды свежие 60	514	80	0.42	0.08	1.14	6.90	6.00	6.00	0.06	10.20	18.00	8.40	0.30
Суп геркулесовый 200г	136.23	2.00	1.91	2.51	13.62	0.08	13.20	86.81	1.00	14.64	57.00	23.12	0.80
Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 240	2.31	240	13.68	15.82	43.54	0.25	44.78	463.47	4.03	85.86	241.88	79.44	3.19
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	0.21		0.10	62.50	64.50	20.50	1.80	
Хлеб ржаной-пшеничный 40 г	13.5	40	2.64	0.44	16.40	0.17		0.13	29.20	50.00	16.00	1.13	
Итого за Обед	770	22.93	19.23	108.27	708.34	0.73	64.07	537.27	5.37	196.71	440.60	154.52	8.13

Макс. предел	Мин. предел	Белков	Жирова	Углеводов	Калорийность	Завтрак	Обед	% калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо
		35.93	42.51	181.99	1310.35	45.942	54.056		1.10	85.76	691.50	6.63	517.38	720.82	232.01	12.28

Заведующая производством  
Диет. сестра  
Жилина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Александровна





Меню

четверг

Директор  
Овдн  
Дети 7-14 лет  
Национальное учреждение  
«Министерство здравоохранения  
Республики Беларусь»

Рацион Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Сул молочный с ржком 230г	230	6,08	5,87	21,98	166,51	0,08	1,61	45,77	0,21	199,75	171,54	31,98	0,36
Сыр полупопционный 200г	12	5,38	5,04		66,80	0,00		35,80	0,04	200,00	108,00	10,00	0,22
Чай с сахаром 200	200	0,20		10,07	41,08	0,00	0,10	0,50	0,10	14,33	8,25	6,44	0,85
Хлеб пшеничный 50г	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	15,42	11,31	36,35	391,89	0,29	1,71	82,07	0,35	476,58	352,29	68,92	3,23

Обед

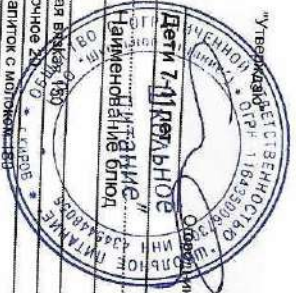
Орница колечные 60	60 шт.	0,48	0,06	1,02	7,80	0,01	3,00	0,02	0,06	13,80	14,40	8,40	0,36
Борщ с капустой и картошкой со сметаной 200	200	1,63	6,17	10,49	104,59	0,04	14,68	50,28	1,91	48,70	44,34	20,57	0,91
Рыба, тушенная в томате с овощами 100	299	10,34	3,45	6,23	98,99	0,09	2,08	177,86	1,61	48,80	167,81	44,76	0,91
Картофель отварной с луком 180	153	3,90	8,54	30,25	213,31	0,15	37,09	0,03	3,46	35,19	121,32	44,09	1,87
Сок фруктовый 180	501	180	18,90	18,90	75,60	0,02	3,60	0,02	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52
Хлеб пшеничный 50г	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржаной-пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,60	120,00	0,26			0,20	43,80	75,00	24,00	1,70
Итого за обед	830	24,11	19,27	119,09	737,77	0,78	60,45	268,20	7,51	285,16	459,57	188,52	10,97

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	39,54	30,58	172,45	1 129,66
Мин.предел				

	% калорийность	Витамины							Минералы				
		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Завтрак	34,601												
Обед	65,309	1,07	62,16	350,27	7,85	741,74	852,26	238,44	13,29				

Заведующая производством  
Диет. сестра

Жиглина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Александровна



Директор  
ОБД11  
Дети 7-14 лет  
Образцовиков С.А.

# Меню

ПЯТНИЦА

Рецептура Выход Белки Жирны Углеводы Калорийность В1 С А Е Кальций Фосфор Магний Железо

Наименование блюда	Выход	Белки	Жирны	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Каша ячневая вареная 180	220	5,58	5,15	25,94	177,12	0,13	0,83	35,03	0,62	130,88	188,57	28,64	0,71
Масло сливочное 200	79	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Корейский напиток с молоком 180	485	2,90	2,25	14,66	92,10	0,05	0,90	19,80	0,11	113,91	93,76	18,96	0,22
Хлеб пшеничный 50г	13,9	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	92,50	64,50	20,50	1,80
Фрукты свежие	82	0,80	0,80	19,60	94,00	0,05	20,00	10,00	0,40	32,00	22,00	18,00	1,20
Итого за завтрак	603	13,28	23,10	85,08	613,12	0,44	21,73	164,83	1,42	344,09	374,83	86,20	4,12

Наименование блюда	Выход	Белки	Жирны	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Морковь отварная с растительным маслом 60	612	0,57	3,04	4,15	50,87	0,04	3,06	511,02	1,88	31,21	33,72	23,28	0,43
Суп картофельный с макаронными изделиями 200	119	2,19	2,35	16,73	97,68	0,07	13,20	65,14	0,94	26,10	50,77	20,92	0,80
Печень куриная, тушеная в соусе 90г	370	15,87	13,27	5,33	205,12	0,02	0,45	26,10	2,51	68,85	230,51	23,70	12,25
Рис отварной 150	385	3,85	5,43	38,43	218,03	0,04		30,38	0,15	7,41	83,03	27,12	0,57
Компот из свежих яблок 180	486	0,07	0,07	10,76	44,46	0,01	1,80	0,90	0,04	10,84	1,99	3,35	0,14
Хлеб пшеничный 50г	13,9	3,80	0,40	24,60	117,50	0,21			0,10	62,50	64,50	20,50	1,80
Хлеб ржаной-пшеничный 40г	13,5	4,0	0,44	16,40	80,00	0,17			0,13	29,20	50,00	16,00	1,80
Итого за обед	773	28,99	25,02	119,41	813,87	0,56	18,51	633,64	5,54	236,12	514,51	134,85	17,11

Кол-во	Белков	Жиров	Углеводов	Калорийность
Макс. предел	42,27	48,11	201,49	1 426,79
Мин. предел				

	% калорийность		Витамины					Минералы				
	Завтрак	Обед	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
	42,972	57,028	1,00	40,23	789,36	6,96	580,27	889,33	221,05	21,23		

Заведующая производством  
Диет. сестра  
Жулина Ольга Геннадьевна  
Черепанцева Ксения Алексеевна