

День : понедельник

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1(завтрак)									
/№291 М 2017	Плов из птицы (50/150)	200	18.000	8.94	36.450	298.6	36.09	46.16	54	1.87
/№52 М2017	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.95	55.6	21.2	24.4	12.4	0.79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.8	11.0	37.0	14.5	0.69
/№375 / 376 М 2017	Напиток	200	0.05	0.015		60.0	9.99	2.52	1.26	0.25
										/
	Итого:	510	23.39	13.71	64.900	531.00				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
/№103 М 2017	Суп картофельный с вермишелью	200	2.150	2.27	13.960	94.6	23.36	54.06	21.82	0
/№455/587 сб 2004 Л	Котлеты рубл с бел капуста(70/30)	100	9.25	9.6	12.76	185.9	27.4	22.57	1.53	67.3
№302 СБ 2017 М	Каша гречневая	150	8.590	6.12	38.640	243.8	14.82	203.8	135.7	4.5
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	1.8	1.8	3.6	39.0	19.8	60.8	20.4	0.68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	11.75	58.45	5.5	9.0	4.2	0.35
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
акт от 20,08,2022(техн)	Напиток	180	0.28	0.07	25.38	104.9	19.94	10.8	10.67	0.24
	Итого:	740	25.820	20.735	119.240	784.08				

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№14сб.2017г	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.0	2.4	3		0.02
/№315 сб 2004 л	Запеканка рисовая с творог125/25	150	9.6	12.45	35.25	298.5	81.71	111.4	15.77	0.54
№432сб.2017г.	Булочка " Алтайская"	40	3.36	1.99	21.83	101.6	9.0	33.0	13.6	33.04
№375 / 376 сб2017 М	Напиток	200	0.07	0.02	15	60.0	11.1	2.8	1.4	0.28
таб. 24 сб. 1994г.	Фрукты	100	13.11	0.00	0.44	51.70				
/	Итого:	510	26.22	21.71	72.65	577.80				
Комплекс: 3 (обед)										
№88 2017 М	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.41	3.96	6.92	71.8	39.4	39.2	17.7	0.66
/№288 сб 2017 М	Птица отварная	90-100	23.46	25.82	0.5	328.0	56	167.1	20.28	1.82
/№312 2017 м	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	137.3	36.97	86.59	27.85	1.01
табл.24 сб.1994г.	Овощи по сезону	60	0.84	4.8	4.9	55.2	2307.0	24.3	12.5	0.8
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.58	11.75	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
акт от 20.08.2022(техн)	Напиток	180	0.118	0.043	22.08	105.3	12.94	7.5	3.54	0.59
	Итого:	730	32.638	40.303	79.730	813.5				

День: среда
Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№280/330сб.2017г	Фрикадельки в соусе(55/50)	105	8.63	11.55	10.36	183.0	34.7	85.19	13.49	5.24
№302 сб 2017 М	Каша пшеничная	150	6.3	4.54	38.85	221.3	24	158.85	34.2	2.64
/№52 сб 2017 М	Овощи по сезону	60	0.84	3.6	4.95	55.6	21.2	24.4	12.4	0.79
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.9	14.11	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375/376 сб 2017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	9.99	2.52	1.26	0.25
	Итого:	525	18.18	20.61	81.77	584.0				
Комплекс: 3 (обед)										
№102 сб 2017 М	Суп картофельный с горохом	200	4.39	4.21	13.228	118.6	34.14	70.48	28.46	1.64
/№496 сб 2004 л	Котлета из филе птицы панирован	90	18.6	20.16	9	294.3	46.53	6.39	22.43	1.57
/№309 сб 2017 М	Макароны отварные	150	5.510	4.51	26.440	168.45	4.86	37.17	21.12	1.15
№47 сб 2017 М	Овощи по сезону	60	1.024	3.002	5.07	51.42	31.34	20.37	9.60	/0.4
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№349 сб 2017 М	Напиток	180	0.59	0	25.81	119.32	29.23	21.09	15.71	/0.06
	Итого:	730	32.25	29.755	62.993	868.04				

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
/№14 СБ 2017 м	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.0	2.4	3.0	0	0.02
/№15 сб 2017 М	Сыр твердый	20	4.64	5.9	0	72.0	176.0	100.0	7.0	0.3
311,табл.4 2004г	Кша молочная геркулесовая с сах	250/10	8.31	13.12	37.63	303.0	149.62	234.98	70.82	0.42
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.7	0.9	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375 / 376 с62017 М	Напиток	200	0.07	0.02	15	60.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	520	18.64	24.70	76.95	571.1				
Комплекс: 3 (обед)										
Комплекс: 3 (обед)										
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
/№82,2017г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1.440	3.94	8.75	83.0	39.8	43.68	20.9	0.98
/№259,СБ 2017 М	Жаркое по домашнему(40.160)	200	14.040	33.7	18.94	437.7	32.78	205.96	48.96	3.44
табл.24 с6.1994г.	Овощи по сезону	60	1.5	1.5	3.0	32.5	16.51	60.8	20.4	0.68
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.3	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	30	1.8	0.3	15.78	69.0	11.5	53.0	12.5	1.6
акт от 20.08.2022(техн)	Напиток	180	0.28	0.07	25.38	104.9	19.94	10.8	10.67	0.24
	Итого:	700	21.42	39.94	99.03	788.5				

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№239/331 с6 2017г.	Тефтели рыбные(80/50)	130	9.08	8.85	12.9	168.0	70.2	134.6	22.4	0.68
№304 с6 2017 М	Рис отварной	150	3.65	5.37	36.68	209.7	1.36	60.94	16.33	0.52
табл.24 с6.1994г.	Овощи по сезону	60	1.05	2.05	6.48	44.5	10.0	31.0	10.0	0.3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2.36	0.3	14.1	70.1	11.0	37.0	14.5	0.69
№375 / 376 с62017 М	Напиток	180	0.05	0.015	13.5	54.0	11.1	2.8	1.4	0.28
	Итого:	540	16.19	16.59	83.66	546.3				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
Комплекс: 3 (обед)										
№99,2017г.	Суп из овощей	200	1.27	3.99	7.32	76.2	27.88	39.42	16.6	0.62
№290/330 с6 2017М	Птица тушен.в с./соусе /филе/(50/50)	100	11.78	10.32	2.93	150.0	38.9	90.5	13.14	0.91
№302 с6 2017 М	Каша пшенная	150	6.600	5.70	37.800	229.5	134.4	134.4	47.25	1.54
табл.24 с6.1994г.	Овощи по сезону	60	0.4	0.05	0.85	6.5	11.5	12	7.0	0.3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2.25	0.575	1.175	58.45	9.1	30.8	12.1	0.57
ГОСТ 2077 -88	Хлеб бородинский	25	1.5	0.3	13.15	57.5	11.5	53.0	12.5	1.6
№349 с6 2017 М	Напиток	180	0.59	0.08	25.81	119.3	29.23	21.09	15.71	0.062
	Итого:	730	24.39	21.015	89.035	784.1				

