

Школа

Утвердил:

по приготавливаемым блюдам

ная категория

7-11 лет

Недел я	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронами	210
				Сыр(порциями)	10
			гор.напиток	Какао с молоком	200
			хлеб	Хлеб йодированный	29
			фрукты	Яблоки (порциями)	100
			итого		549
1	1	Обед	закуска	Салат из соленых огурцов с луком	60
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем	200
			2 блюдо	Биточки мясные	90
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150
			напиток	Компот из компотной смеси	200
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			хлеб черн.		
			итого		745
1	1	Итого за день:			1294
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Плов из птицы (филе) 50/150	200
			закуска	Икра свекольная	65
			гор.напиток	Чай с лимоном	200
			хлеб	Хлеб йодированный	37
			итого		502
1	2	Обед	закуска	Винегрет овощной	65
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
			2 блюдо	Рыба, тушеная в томате с овощами	90
			гарнир	Пюре картофельное	160
			напиток	Напиток из плодов шиповника	200
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	29
			итого		839
1	2	Итого за день:			1341
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты мясные (особые) с кашей пшеничной рассыпчатой	240
			гор.напиток	Чай с сахаром	180
			хлеб	Хлеб йодированный	20
			закуска	Салат из квашеной капусты с зел,горошком	60
			итого		500
1	3	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	200
			2 блюдо	Бедро куриное отварное	90
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150
			напиток	Компот из сухофруктов	180
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			итого		725

1	3	Итого за день:			1225
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка творожная с морковью и молочным соусом	150
			гор.напиток	Чай с сахаром	210
			хлеб	Хлеб йодированный	42
			фрукты	Яблоки (порциями)	100
			итого		502
1	4	Обед	закуска	Икра морковная	100
			1 блюдо	Щи из свежей капусты и картофеля	250
			2 блюдо	Тефтели из птицы с овощами 60/30	90
			гарнир	Каша ячневая рассыпчатая	190
			напиток	Компот из яблок	200
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	30
			итого		905
1	4	Итого за день:			1407
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Гуляш свиной (45/45) с кашей пшеничной и маслом	260
			гор.напиток	Чай с лимоном	214
			хлеб	Хлеб йодированный	31
			закуска	Салат из соленых огурцов с луком	60
			итого		565
1	5	Обед	закуска	Винегрет овощной с зеленым горошком	60
			1 блюдо	Рассольник ленинградский	200
			2 блюдо	Птица, тушенная в соусе 50\40	90
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160
			напиток	Компот из компотной смеси	200
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	47
			итого		757
1	5	Итого за день:			1322
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная "Дружба"	210
				Сыр (порциями)	10
			гор.напиток	Чай с сахаром	210
			хлеб	Хлеб йодированный	42
				Яйца вареные	40
			итого		512
2	1	Обед	закуска	Салат из соленых огурцов с луком	60
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем	200
			2 блюдо	Фрикадельки из куриного филе со сметанным соусом	90
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая	150
			напиток	Напиток из плодов шиповника	180
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			фрукты	Яблоки (порциями)	100
			итого		825
2	1	Итого за день:			1337
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка творожная с морковью и молочным соусом	150
			гор.напиток	Чай с сахаром	210
			хлеб	Хлеб йодированный	42

			фрукты	Яблоки (порциями)	100
			<i>итого</i>		502
2	2	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой	200
			2 блюдо	Плов из птицы (окорочек) 50/150	200
			фрукты	Яблоки (порциями)	100
			напиток	Компот из сухофруктов	190
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			<i>итого</i>		795
2	2	Итого за день:			1297
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом (70/20) и кашей гречневой	240
			гор.напиток	Чай с лимоном	214
			хлеб	Хлеб йодированный	40
			закуска	Икра морковная	70
			<i>итого</i>		564
2	3	Обед	закуска	Салат из квашеной капусты	70
			1 блюдо	Суп картофельный с макарон, изделиями	200
			2 блюдо	Гуляш свиной 50/50 лопатка	100
			гарнир	Каша ячневая рассыпчатая	160
			напиток	Компот ягодный	200
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			<i>итого</i>		775
2	3	Итого за день:			1339
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели говяжьи со сметанным соусом и макаронными изделиями отварными	240
			гор.напиток	Чай с сахаром	180
			хлеб	Хлеб йодированный	30
			закуска	Салат из свеклы с огурцами солёными	60
			<i>итого</i>		510
2	4	Обед	закуска	Салат из соленых огурцов с луком	60
			1 блюдо	Суп картофельный с рисом	200
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему из свиной лопатки 50/150	200
			напиток	Компот из компотной смеси	190
			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	26
			<i>итого</i>		721
2	4	Итого за день:			1231
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Птица в соусе с томатом (филе) и кашей пшенной рассыпчатой	250
			гор.напиток	Чай с лимоном	200
			хлеб	Хлеб йодированный	35
			закуска	Салат из свеклы отварной	60
			<i>итого</i>		545
2	5	Обед	закуска	Винегрет овощной с зеленым горошком	70
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	200
			2 блюдо	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
			гарнир	Пюре картофельное	150
			напиток	Напиток из плодов шиповника	200

			хлеб бел.	Хлеб йодированный	45
			хлеб черн.	Хлеб Бородинский	36
			<i>итого</i>		801
2	5	Итого за день:			1346
		Среднее значение за период:			1313,9

должность
фамилия

Ген. Директор АО "РШП"

Круглова Г.В.

дата

24

3

2025

день

месяц

год

Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть	№ рецептуры	Цена
5	4	18	186	120-2011	22,8
3	3	0	33	15-2011	13
4	3	26	144	382-2011	22,45
2	1	15	70		2,57
0	0	10	45		15,63
14	11	69	478		76,45
1	3	3	41	21-11	14,21
1	4	11	80	82-2011	11,95
10	15	13	226	268-2011	44,16
9	5	42	257	302-2011	17,34
1	0	13	54	ТТК 03.07.20	15,44
4	0	23	108		3,93
26	27	105	766		107,03
40	38	174	1244		183,48
16	13	40	336	291-15	59,98
1	4	7	69	75-211	10,2
0	0	9	37	377-2011	2,95
3	0	19	89		3,32
20	17	75	531		76,45
1	7	5	83	67-11	11,63
3	3	20	120	103-11	15,6
8	4	4	103	229-2011	32,42
3	5	21	145	312-15	32,82
1	0	19	90	388-11	7,89
3	0	23	108		4,04
2	0	12	60		2,63
21	19	104	709		107,03
41	36	179	1240		183,48
16	21	49	452	269- 2011,302-11	58,42
0	0	9	33	376-2011	1,82
2	0	10	48		1,81
1	2	4	41	9-21	14,4
19	23	72	574		76,45
1	4	5	54	52-2011	7,41
4	4	16	118	102-11	10,69
25	10	0	203	288-18	61,12
5	4	31	184	309-2011	18
0	0	18	70	495-2021	5,77
3	0	23	108		4,04
38	22	93	737		107,03

57	45	165	1311		183,48
11	9	29	290	224-2011	54,92
0	0	10	39	376-2011	2,12
3	0	21	100		3,78
0	0	10	45		15,63
14	9	70	474		76,45
1	7	9	98	75-2011	15,71
2	6	9	99	88-2011	15,03
11	10	9	161	Акт 19.12.23	44,55
6	5	40	238	302-15	16,28
0	0	14	56	342-11	8,72
3	0	23	108		4,04
2	0	12	62		2,7
25	28	116	822		107,03
39	37	186	1296		183,48
17	28	43	430	260-15,302- 2011	56,28
0	0	10	40	377-2011	3,15
2	0	16	74		2,81
1	3	3	41	№ 21-11	14,21
20	31	72	585		76,45
1	6	5	78	67-15	12,32
2	4	13	99	96-11	15,23
14	11	2	165	290-15	41,3
9	6	45	274	302-11	18,5
0	0	13	54	ТТК 03.07.20	15,44
4	0	24	113		4,24
30	27	102	783		107,03
50	58	174	1368		183,48
6	10	41	276	175-2011	37,55
3	2	0	33	15-2011	13
0	0	10	39	376-2011	2,12
3	0	21	100		3,78
5	5	0	63	209-15	20
17	17	72	511		76,45
1	3	3	41	№ 21-11	14,21
1	4	11	80	82-2011	11,95
11	2	7	118	297-2011	39,92
7	6	38	233	302-11	14,18
0	0	17	81	388-11	7,1
3	0	23	108		4,04
0	0	10	45		15,63
23	15	109	706		107,03
40	32	181	1217		183,48
11	9	29	290	224-2011	54,92
0	0	10	39	376-2011	2,12
3	0	21	101		3,78

0	0	10	45		15,63
14	9	70	475		76,45
1	4	5	54	52-2011	7,41
2	4	11	87	98-11	9,41
17	18	40	380	291-15	64,44
0	0	10	45		15,63
0	0	19	74	495-2021	6,1
3	0	23	108		4,04
23	26	108	748		107,03
37	35	178	1223		183,48
20	12	52	377	295-11,302-11	58,67
0	0	10	40	377-2011	3,15
3	0	20	96		3,64
1	5	6	69	75-2011	10,99
24	17	88	582		76,45
1	3	5	58	47-2011	13,2
2	2	16	96	103-11	12,48
11	25	3	284	260-15	44,11
5	5	34	200	302-15	13,71
0	0	12	49	Акт 14.09.2023	19,55
4	0	23	108		3,98
23	35	93	795		107,03
47	52	181	1377		183,48
13	16	40	358	279-15,309-2011	62
0	0	9	33	376-2011	1,82
2	0	15	72		2,65
1	4	4	51	55-2011	9,98
16	20	68	514		76,45
0	3	3	41	№ 21-11	14,21
2	2	14	82	101-15	11,87
13	21	21	371	259-15	59,93
0	0	12	51	ТТК 03.07.20	14,67
3	0	23	108		4,04
2	0	11	54		2,31
20	26	84	707		107,03
36	46	152	1221		183,48
16	14	43	364	302-11, 367-2021	62,9
0	0	9	37	377-2011	2,95
3	0	18	84		3,19
1	4	5	54	52-2011	7,41
20	18	75	539		76,45
1	7	5	91	67-15	14,37
4	4	16	118	102-11	10,69
9	5	5	93	229-2011	36,03
3	5	20	136	312-15	30,77
0	0	19	90	388-11	7,89

3	0	23	108		4,04
2	0	15	74		3,24
22	21	103	710		107,03
42	39	178	1249		183,48
42,9	41,8	174,8	1274,6		183,48