

***Горячие обеды и полдники для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (III смена)***





		Понедельник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Обед</b>						
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00	
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8	
ТК	Нарезка куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	
205-17	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4	
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	
406-17	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	38	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>20,29</b>	<b>20,17</b>	<b>121,60</b>	<b>799,63</b>	
<b>Понедельник</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Полдник</b>						
742-04	Клетья с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86	
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60	
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>9,59</b>	<b>8,93</b>	<b>56,98</b>	<b>350,46</b>	

		Вторник					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Обед</b>						
ТК	Овощи по-сезону (отурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2	
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2	
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4	
ТК	<del>Рацион с овощами</del>	150	4,03	7,98	32,85	211,5	
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8	
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром.упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	
	<b>Итого</b>						
<b>Вторник</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Полдник</b>						
ТК	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00	
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>13,15</b>	<b>6,08</b>	<b>58,68</b>	<b>342,00</b>	



		Среда			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)		
				<b>Обед</b>				
ТК	Овоши по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2		
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6		
235-17	Пшениель рыбный (минтай) натуральнкий с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230		
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5		
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107		
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63		
	<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>30,61</b>	<b>31,25</b>	<b>106,27</b>	<b>847,8</b>		
<b>Среда</b>								
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж	У			
	<b>Полдник</b>							
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33		
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00		
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>18,10</b>	<b>12,31</b>	<b>46,90</b>	<b>369,33</b>		

Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Обед</b>						
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42	
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	
ЛК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	
	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>30,77</b>	<b>38,37</b>	<b>84,44</b>	<b>784,99</b>	
<b>Четверг</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	<b>Полдник</b>						
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	
ТК	Сок фруктовый	200	1	0,00	20,20	84,80	
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>12,99</b>	<b>10,41</b>	<b>53,37</b>	<b>358,8</b>	



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Пятница</b>						
	<b>Обед</b>					
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
138-04	Суп картофельный с крутой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>18,1</b>	<b>16,15</b>	<b>161,95</b>	<b>816,15</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>135,3</b>	<b>13,5,69</b>	<b>591,86</b>	<b>4106,77</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>27,07</b>	<b>27,14</b>	<b>118,37</b>	<b>821,35</b>
<b>Пятница</b>						
	<b>Подзник</b>					
	Пирожок печеный с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240,00
	Компот из свежих плодов (клюбника с/м)	200	0,16	0,16	27,81	105,00
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>6,19</b>	<b>7,76</b>	<b>64,71</b>	<b>345,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>62,84</b>	<b>59,40</b>	<b>289,18</b>	<b>1765,59</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>12,57</b>	<b>11,88</b>	<b>57,84</b>	<b>353,12</b>

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота

Неделя: 1

Возрастная категория:

Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Овощи по сезону (перед сладкий)	70	0,91	0,07	3,71	18,9	ТК
	Шнипель из говядины	100	15	22	13,02	278,67	451-04
	Картофель по-деревенски	130	3,09	5,83	23,71	160	ТК
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15,0	71,7	ТК
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,2	0,2	9,0	42	ТК
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>22,37</b>	<b>28,72</b>	<b>74,44</b>	<b>611,27</b>	
	Салат «Светафор»	60	0,55	2,69	1,97	34	ТК
	Суп картофельный с горохом	200	6,2	5,6	22,3	167	ТК
	Паста сливочная с курицей	220	24,41	25,84	42,82	489	ТК
Обед	Сок фруктовый (инд.уп)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	Хлеб пшеничный	45	3,15	0,9	22,5	107,7	ТК
	Хлеб ржаной	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	<b>Итого</b>	<b>753</b>	<b>36,99</b>	<b>35,31</b>	<b>122,39</b>	<b>941,3</b>	
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТК
	Молоко (инд.упак)	200	5,8	5,0	9,6	107	ТК
	Кондитерские изделия (печенье)	35	2,8	3,6	14,4	92,5	ТК
<b>Итого за 1 день</b>	<b>1668</b>	<b>68,44</b>	<b>73,11</b>	<b>232,59</b>	<b>1808,47</b>		



		Понедельник		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У						
						Пищевые вещества (г)					
		Б			Ж			У			
		Б			Ж			У			
	<b>Обед</b>										
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28					7,2	
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83					115,4	
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02					278,67	
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,9					158,78	
389-0/г, 1К	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2					84,8	
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8					38	
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	2,5					119,5	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5					63	
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>28,41</b>	<b>32,69</b>	<b>118,43</b>					<b>845,35</b>	
<b>Понедельник</b>											
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У						
	<b>Полдник</b>										
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00					243,00	
382-17	Молоко	200	5,80	5,00	9,60					107,00	
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>10,18</b>	<b>12,30</b>	<b>44,60</b>					<b>350,00</b>	



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Вторник</b>						
<b>Обед</b>						
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60
350-17, ТК	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00
	<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>26,22</b>	<b>24</b>	<b>120,48</b>	<b>814,25</b>
<b>Вторник</b>						
<b>Прием пищи, наименование блюда</b>						
			<b>Выход блюда</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
<b>№ рецептуры</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
<b>Полдник</b>						
ТК	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упаковке)	15	0,98	4,20	9,30	91,00
	<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>13,04</b>	<b>14,63</b>	<b>62,47</b>	<b>364,88</b>

		Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж	У			
	<b>Обед</b>							
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощей: огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20		
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80		
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50		
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75		
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00		
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63		
	<b>Итого</b>	<b>785</b>	<b>27,42</b>	<b>15,51</b>	<b>95,17</b>	<b>797,75</b>		
<b>Среда</b>								
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж	У			
	<b>Полдник</b>							
743-04	Расстегай с мясом (говядина)	100	15,57	10,72	29,97	266,97		
389-07, ТК	Сок натуральный	200	0,90	0,00	18,18	84,80		
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>16,47</b>	<b>10,72</b>	<b>48,15</b>	<b>351,77</b>		



		Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	<b>Обед</b>								
015-07	Сыр порционно (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00			
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00			
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	222,95			
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50			
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00			
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>37,21</b>	<b>32,57</b>	<b>83,96</b>	<b>843,05</b>			
		<b>Четверг</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	<b>Полдник</b>								
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00			
342-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	77,00			
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>15,70</b>	<b>35,22</b>	<b>30,01</b>	<b>357,00</b>			

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота

Неделя: 2

Возрастная категория: Дети 7-11 лет, ОВЗ и Дети инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход онода	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Салат из моркови с сухофруктами	60	0,82	2,68	6,94	55	362-04
	Пудинг из творога со сметаной	160	11,66	13,79	19,79	302,77	ТК
	Чай сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	ТК
	<b>Итого</b>	<b>470</b>	<b>15,85</b>	<b>16,75</b>	<b>60,73</b>	<b>511,47</b>	
	Салат из огурцов и помидоров	60	1,15	0,9	3,8	56	ТК
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,64	10,4	96,8	ТК
	Жаркое по-домашнему	240	20,6	23,72	23,25	389	ТК
	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117	350-17,ТК
Обед	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	38	ТК
	Хлеб пшеничный	28	1,96	0,18	14	66,9	ТКА
	Хлеб ржаной-пшеничный	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	<b>Итого</b>	<b>856</b>	<b>28,38</b>	<b>30,06</b>	<b>96,09</b>	<b>822,5</b>	
	Фрукты свежие (банан)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ТК
Полдник	Рулет фруктовый (покупной)	35	-	-	-	-	
	Сок фруктовый (инд.упак.)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	<b>Итого</b>	<b>385</b>	<b>1,6</b>	<b>1,6</b>	<b>34,9</b>	<b>115,3</b>	
<b>Итого за 1 День</b>		<b>1711</b>	<b>45,83</b>	<b>48,41</b>	<b>191,72</b>	<b>1449,27</b>	