| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :5 | | | | | | | | | |
| № 138 сб. 2004 г | Суп картофельный с рисом | 200 | 1,8 | 5,2 | 16,5 | 97,5 | 32,27 | 50,7 | 20,37 | 0,71 |
| №457 сб. 2004г | Зразы рубл. из говядины | 80/5 | 12,16 | 12,32 | 6,24 | 185 | 26 | 1,5 | 126 | 1,5 |
| № 520 сб.2004г. | Пюре картофельное | 130 | 2,73 | 7,15 | 18,85 | 142 | 37,07 | 51,58 | 18,4 | 0,75 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 40 | 3,2 | 0,4 | 18 | 84 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №639 сб.2004г. | Компот из фруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 21,4 | 26,5 | 95 | 692,5 | | | | |
| | Комплекс :7 | | | | | | | | | |
| №381 сб.1994 | Котлета отбивная | 97 | 14,55 | 43,58 | 10,24 | 248 | | | | |
| № 508 сб.. 2004г | Каша ячневая | 130 | 4,16 | 5,33 | 27,7 | 138 | 27 | 128 | 31 | 2,2 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 20,91 | 49,16 | 62,74 | 493,00 | | | | |

**День:** среда

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :1 | | | | | | | | | |
| №498 сб. 2004г. | Котлеты рубл.из птицы | 80 | 12,9 | 12,1 | 12,1 | 209,5 | 22,91 | 172,7 | 24,86 | 1,82 |
| №518 сб.2004г. | Картофель отварной | 130 | 2,6 | 6,63 | 20,7 | 137,3 | 25 | 57 | 23 | 1 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| Табл.24 сб.1994 | Фрукты свежие | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | | | | |
| | | | 18,50 | 19,18 | 65,10 | 491,80 | | | | |
| | Комплекс 3 | | | | | | | | | |
| №302 сб. 2004г. | Каша молочная «Геркулес» | 200/10/10 | 5,6 | 10,4 | 26,4 | 230 | 129,7 | 138 | 29,44 | 0,42 |
| №362 сб.2004г. | Пудинг из творога/запеченный/ | 100/20 | 13,4 | 10,9 | 33,7 | 224 | 130 | 187 | 22 | 0,9 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 19,3 | 21,3 | 75,3 | 514 | | | | |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс 5 | | | | | | | | | |
| №132 сб.2004г. | Рассольник ленингр.или Щи | 200 | 2,4 | 3,6 | 16,1 | 108 | 34,31 | 44,4 | 17,8 | 0,96 |
| №494сб. 2004 г | Птица жареная | 100 | 18,7 | 15,3 | 0,6 | 215 | 15,63 | 137,7 | 15,46 | 1,18 |
| №511 сб.2004г. | Рис отварной | 130 | 3,12 | 7,8 | 30,94 | 197,5 | 17,46 | 43,88 | 15,29 | 0,41 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж.,сол.,консерв. | 50 | 0,7 | 2,5 | 3 | 38 | 9,9 | 30,4 | 10,19 | 0,34 |
| ТУ9118-001-1212 | Булка хлебная | 40 | 3,2 | 0,4 | 18 | 84 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 29,1 | 28,7 | 84 | 700,5 | | | | |
| | Комплекс :7 | | | | | | | | | |
| №437 сб. 2004г. | Гуляш | 80 | 11,12 | 5,2 | 3,2 | 105,6 | 17 | 146 | 22 | 1,6 |
| № 508 сб.2004г. | Каша гречневая | 130 | 3,9 | 5,85 | 19,37 | 156 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9118-001-1212 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 20,17 | 16 | 64 | 484,6 | | | | |

**День:** четверг

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг-ческая цен-ть (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :1 | | | | | | | | | |
| №99 сб. 2004г | Колбаса сервилат в/к. | 15 | 3,2 | 4,4 | 0,05 | 52,7 | 3,9 | 34,4 | 6,62 | 0,46 |
| №388 сб. 2004г. | Котлеты рыбные | 80 | 10,4 | 7,04 | 12,16 | 157 | 30,33 | 17,04 | 93,35 | 0,59 |
| № 520 сб.2004г. | Пюре картофельное | 130 | 2,73 | 7,15 | 18,85 | 144 | 37,07 | 51,58 | 18,4 | 0,75 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| Табл.24 сб.1994 | Фрукты свежие | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 35 | 17 | 11 | 0,1 |
| | | | 19,33 | 19,04 | 63,4 | 498,7 | | | | |
| | Комплекс: 3 | | | | | | | | | |
| №411 сб.2004г. | Мясо отварн.с белым соусом | 80 | 16,1 | 3,28 | 2,4 | 106 | 15 | 92 | 16 | 0,8 |
| № 508 сб.2004г. | Каша пшеничная | 130 | 3,9 | 5,33 | 16,6 | 154,7 | 27 | 128 | 31 | 2,2 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 25,15 | 23,56 | 60,4 | 483,7 | | | | |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг-ческая цен-ть (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :5 | | | | | | | | | |
| №110 сб.2004г. | Суп карт. с горохом | 200 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167 | 35,5 | 87,52 | 32,24 | 1,62 |
| №471 сб.2004г. | Фрикадельки из гов. туш.в соусе | 80/40 | 12 | 11,36 | 11,5 | 135 | 21,18 | 47,99 | 110 | 1,1 |
| № 508 сб.. 2004г | Каша кукурузная | 130 | 3,64 | 5,85 | 20,8 | 152 | 27 | 128 | 31 | 2,2 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 23,7 | 24,7 | 94,65 | 677 | | | | |
| | Комплекс :7 | | | | | | | | | |
| №496 сб. 2004г. | Котлеты.из филе пт.панир.жар. | 80 | 16,56 | 17,9 | 8 | 231 | | | | |
| №516 сб.2004г. | Макароны отварные | 130 | 4,42 | 7,93 | 29,64 | 161 | 21,8 | 32,04 | 13,11 | 0,53 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 23,18 | 26,08 | 62,54 | 499,00 | | | | |

**День:** пятница

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :1 | | | | | | | | | |
| №302 сб. 2004г. | Каша молочная манная | 200/10/10 | 4,8 | 8,2 | 30,4 | 222 | 24 | 36 | 10 | 0,42 |
| №366 сб.2004г. | Запеканка из творога | 75/15 | 12 | 11,5 | 11,7 | 169,3 | | | | |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| Табл.24 сб.1994 | Фрукты свежие | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | | | | |
| | | | 17,8 | 19,7 | 64,6 | 487,3 | | | | |
| | Комплекс :3 | | | | | | | | | |
| №487сб. 2004 г | Птица отварная | 100/5 | 15,7 | 8,9 | 0,4 | 144 | 15,63 | 137,7 | 15,46 | 1,18 |
| № 508 сб.2004г. | Каша гречневая | 130 | 3,9 | 5,85 | 19,37 | 156 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9118-001-1212 | Булка хлебная | 40 | 3,2 | 0,4 | 18 | 84 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| Табл.24 сб.1994 | Фрукты свежие | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | | | | |
| | | | 24,2 | 19,4 | 61,1 | 487 | | | | |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :5 | | | | | | | | | |
| №110 сб.2004г. | Борщ с капуст. и картоф. | 200 | 2 | 5,2 | 13,1 | 106 | 34,31 | 44,4 | 17,8 | 0,96 |
| №498 сб. 2004г. | Котлеты рубл.из птицы | 80 | 12,9 | 12,1 | 12,1 | 209,5 | 22,91 | 172,7 | 24,86 | 1,82 |
| №518 сб.2004г. | Картофель отварной | 130 | 2,6 | 6,63 | 20,7 | 157,3 | 25 | 57 | 23 | 1 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж.,сол.,консерв. | 50 | 0,7 | 2,5 | 3 | 38 | 9,9 | 30,4 | 10,19 | 0,34 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 40 | 3,2 | 0,4 | 18 | 84 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №639,631 сб.200 | Компот из фруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 | | | | |
| | | | 22 | 26,83 | 98,3 | 718,8 | | | | |
| | Комплекс :7 | | | | | | | | | |
| №433 сб. 2004 г | Мясо тушеное | 80 | 15,3 | 5,9 | 3,9 | 132 | 17 | 146 | 22 | 1,6 |
| №511 сб.2004г. | Рис отварной | 130 | 3,12 | 7,8 | 30,94 | 197,5 | 17,46 | 43,88 | 15,29 | 0,41 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж.,сол.,консерв. | 50 | 0,7 | 2,5 | 3 | 38 | 9,9 | 30,4 | 10,19 | 0,34 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 21,42 | 15,50 | 67,01 | 467,50 | | | | |

**День:** суббота

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :1 | | | | | | | | | |
| №496 сб. 2004г. | Котлеты.из филе пт.панир.жар. | 80 | 16,56 | 17,9 | 8 | 231,6 | | | | |
| №516 сб.2004г. | Макароны отварные | 130 | 4,42 | 7,93 | 29,64 | 161 | 21,8 | 32,04 | 13,11 | 0,53 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 23,18 | 23,48 | 50,1 | 499,6 | | | | |
| | Комплекс :3 | | | | | | | | | |
| №498 сб. 2004г. | Биточки рубл.из птицы | 80 | 12,9 | 12,1 | 12,1 | 209,5 | 22,91 | 172,7 | 24,86 | 1,82 |
| №522 сб.2004г. | Картофель жареный /из сыр./ | 130 | 3,64 | 12,5 | 30,55 | 165 | 19,5 | 92,3 | 35,1 | 1,3 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 18,84 | 24,85 | 67,65 | 483,50 | | | | |
| | Комплекс :5 | | | | | | | | | |
| №110 сб.2004г. | Суп-лапша домашняя | 200 | 2,24 | 4,64 | 11,12 | 96 | 19,72 | 67,35 | 27 | 0,99 |
| №451 сб. 2004г. | Котлеты | 80 | 12,72 | 11,52 | 12,8 | 209 | 18,1 | 149,4 | 30,1 | 0,77 |
| № 508 сб.2004г. | Каша пшеничная | 130 | 3,9 | 5,33 | 16,6 | 154,7 | 27 | 128 | 31 | 2,2 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 24,1 | 26,44 | 82,1 | 684,7 | | | | |

Согласовано:
заместитель
руководитель Управления
оспотребнадзора по
остовской области
Ковалев Е.В.
Е.Г. Еганова
«27» 08 2019 г.

Согласовано:
Начальник МКУ Отдела
образования Ворошиловского
района г. Ростова – на- Дону
Микова И.Ю.
«27» 08 2019 г.

Утверждаю:
Директор МУП « Школьное питание»
Ворошиловского района
г.Ростова- на-Дону
Воробьева Т.С.
«27» 08 2019 г.

**Примерное 2-х недельное меню МУП «Школьное питание» на горячее питание для учащихся с 1 по 4 класс, стоимостью 65 руб.44 коп. муниципальных школ Ворошиловского района г.Ростова- на-Дону на 2019 г.-2020 г.**

**осенний,зимний, весенний период.**

КОПИЯ ВЕРНА
Директор Воробьева Т.С.

2019 г.

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)**

**УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА ПО РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

18-я линия, д. 17, г. Ростов-на-Дону, 344019
тел. (863) 251-05-92, факс. (863) 251-77-69
E-mail: master@61.rospotrebnadzor.ru
http: www.61.rospotrebnadzor.ru
ОКПО 76921493 ОГРН 1056167010008
ИНН 6167080043 КПП 616701001

Директору
МУП «Школьное питание»
Воробьевой Т.С.

27 АВГ 2019 № 04-61/ 5112
На №82 от 22.08.2019

О рассмотрении примерного меню

Управлением Роспотребнадзора по Ростовской области рассмотрено представленное примерное двухнедельное меню комплексных завтраков и обедов льготного питания на соответствие требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Меню сформировано на 2 возрастные группы детей: с 7 до 10 лет на сумму 65 руб.44 коп; с 11 лет и старше на сумму 76 руб. 47 коп.

Меню двухнедельное, 6-дневное, предусмотрена организация горячего питания в субботу. Разработано в соответствии с рекомендуемой формой, имеется информация о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур. В рацион включены сезонные овощи и фрукты.

Блюда и кулинарные изделия не повторяются в один и тот же день и последующие 2 дня. В меню отсутствуют запрещенные блюда и продукты. В завтрак для всех возрастных групп включены закуски, овощи. В обед включены дополнительный гарнир (порционные овощи).

В один день предлагается 8 различных комплексов блюд. Калорийность завтраков соответствует потребности в пищевых веществах и энергии, составляет для учащихся 1-4 классов в среднем 479,5 ккал при необходимой минимальной калорийности 470 ккал, а для учащихся 5-11 классов – 599,5 ккал минимальной калорийности 542,6 ккал.

Калорийность обеда соответствует потребности в пищевых веществах и энергии, составляет для учащихся 1-4 классов в среднем 697,5 ккал при необходимой калорийности 705 ккал, а для учащихся 5-11 классов – 813,5 ккал при норме 814 ккал.

Масса порций гарнира составляет 130-150г, при рекомендованной массе порций 150-180г; мясо, рыба (тефтели, котлеты) 80-100, при рекомендованной массе порций 80-100г.

Заместитель руководителя Е.Г. Ерганова

Письменская Е.А., 223-74-01

День: понедельник

Неделя: первая

**Сезон** :осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер.-ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 1** | | | | | | | | | |
| №495сб.2004г. | Каша манная. молочная | 200/10/10 | 3 | 0,4 | 32 | 146 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| №451 сб.2004г. | Биточки | 80 | 12,72 | 11,52 | 12,8 | 208,8 | 14,4 | 120,8 | 22,4 | 1,28 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св.,солен., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 18,72 | 12,27 | 74,6 | 482,8 | 53,74 | 354,74 | 146,1 | 7,37 |
| | **Комплекс: 3** | | | | | | | | | |
| №413сб.2004г. | Сосиски отварные | 100 | 10,3 | 17,2 | 0,2 | 202 | 16,3 | 160,4 | 21,3 | 0,9 |
| №508сб.2004г. | Каша гречневая | 130 | 3,8 | 6 | 20,67 | 156 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св.,солен., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| Таб. 24 сб.1994г. | Фрукты свеж. | 100 | 3,7 | 1,3 | 37,8 | 46 | | | | |
| | | | 20,8 | 24,85 | 88,47 | 532 | 55,64 | 394,34 | 145 | 6,99 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер.-ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 5** | | | | | | | | | |
| № 139 сб. 2004г. | Суп гороховый с кар. | 200 | 4,96 | 4,48 | 17,84 | 133,6 | 35,08 | 87,52 | 32,24 | 1,62 |
| № 498 сб.2004г. | Котлета руб.из птицы | 80 | 12,88 | 12,08 | 12,08 | 209,6 | 22,9 | 173 | 24,9 | 1,82 |
| №511 сб.2004г. | Рис отварной | 130 | 3,51 | 5,33 | 33,41 | 197,6 | 17,46 | 43,88 | 15,29 | 0,41 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св,.,солен., кон. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 25 | 26,64 | 95,88 | 723,8 | 121,99 | 411,68 | 109,17 | 7,1 |
| | **Комплекс: 7** | | | | | | | | | |
| №437сб. 2004г. | Гуляш | 80 | 11,12 | 5,2 | 3,2 | 108 | | | | |
| №508 сб.2004г. | Каша пшенная | 130 | 5,72 | 6,5 | 33,28 | 217,1 | | | | |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св.,солен., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 19,84 | 12,05 | 72,27 | 453,1 | 27,85 | 95,64 | 31,2 | 2,98 |

**День:** вторник
**Неделя:** первая
**Сезон :**осенний, зимний,весенний.
**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 1** | | | | | | | | | |
| №462 сб.2004г. | Тефтели ( 2 вариант) | 80/40 | 11,04 | 13,12 | 10,48 | 205,6 | 49,53 | 131,2 | 44,87 | 1,51 |
| №508 сб.2004г. | Каша пшеничная | 130 | 3,9 | 5,33 | 21,58 | 154,7 | 57 | 257 | 62 | 4,4 |
| №214сб2004г | Овощи св сол., консер. | 50 | 0,4 | 7,8 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| | Сок фруктовый | 150 | 1 | 0 | 21,2 | 63 | | | | |
| | | | 18,74 | 26,55 | 68,06 | 493,3 | 129,13 | 475,6 | 133,67 | 8,03 |
| | **Комплекс: 3** | | | | | | | | | |
| № 411 сб.2004г. | Мясо отварное с бел.с-м | 80 | 16,16 | 3,28 | 2,4 | 105,6 | | | | |
| №508 сб. 2004г. | Каша кукурузная | 130 | 3,51 | 5,33 | 29,9 | 183,3 | 27 | 233 | 83 | 2,7 |
| №214сб2004г | Овощи св сол., консер. | 50 | 0,7 | 2,5 | 3 | 38 | 9,91 | 30,4 | 10,19 | 0,34 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 22,97 | 11,41 | 63,8 | 447,9 | 60,16 | 350,64 | 121,59 | 5,9 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер.-ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 5** | | | | | | | | | |
| №110 сб. 2004г. | Борщ с капустой кар. | 200 | 1,6 | 4,16 | 10,5 | 84,6 | 42,89 | 55,5 | 17,8 | 0,96 |
| №494 сб.2004г. | Птица жареная | 100 | 18,7 | 15,3 | 0,6 | 215 | 15,63 | 137,7 | 15,46 | 1,18 |
| № 520 сб.2004г. | Пюре картофельное | 130 | 2,73 | 5,85 | 18,85 | 142 | 37,07 | 51,58 | 18,4 | 0,75 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св,.,солен., кон. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 28,18 | 30,26 | 71,3 | 664,6 | 139,34 | 350,52 | 87,56 | 6,1 |
| | **Комплекс: 7** | | | | | | | | | |
| № 496 сб.2004г. | Котлета из филе пан. | 80 | 16,56 | 17,9 | 8 | 231,6 | | | | |
| №516 сб.2004г. | Макароны отварные | 130 | 4,55 | 5,33 | 30,55 | 191,1 | 21,8 | 32,04 | 13,11 | 0,53 |
| №214сб2004г | Овощи св сол., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 24,11 | 23,58 | 68,35 | 550,7 | 49,65 | 127,68 | 44,31 | 3,51 |

**День:**среда
**Неделя:** первая
**Сезон :**осенний, зимний,весенний.
**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс :1** | | | | | | | | | |
| №6сб.2004г. | Бутерброд с колбасой п/к | 20/25 | 5,66 | 9,9 | 9,26 | 75 | | | | |
| №495сб.2004г. | Каша рис. молочная | 200/10/10 | 5,2 | 3,4 | 30,8 | 184 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| №362 сб.2004г. | Пудинг из твор.(запечен.) | 75/20 | 10,05 | 8,18 | 25,27 | 158 | 37,58 | 93,3 | 21,37 | 0,83 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 21,11 | 21,48 | 80,33 | 475 | 54,32 | 239,84 | 118,27 | 4,8 |
| | **Комплекс :3** | | | | | | | | | |
| № 498 сб.2004г. | Котлета руб.из птицы | 80 | 12,88 | 12,08 | 12,08 | 209,6 | 22,9 | 173 | 24,9 | 1,82 |
| №518 сб.2004г. | Картофель отварной | 130 | 2,6 | 6,63 | 20,67 | 157,3 | 28,82 | 58,66 | 24,11 | 1,05 |
| №214сб2004г | Овощи св сол., консер. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 18,58 | 19,06 | 73,6 | 496,9 | 82,37 | 328,84 | 81,05 | 5,89 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | (ккал) | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 5** | | | | | | | | | |
| №140 сб.2004г. | Суп картоф. с вермеш. | 200 | 2,9 | 2,5 | 21 | 120 | 19,72 | 67,35 | 27 | 0,99 |
| №451 сб.2004г. | Шницель | 80 | 12,72 | 11,52 | 12,8 | 208,8 | 14,4 | 120,8 | 22,4 | 1,28 |
| №508 сб.2004г. | Каша гречневая | 130 | 3,8 | 6 | 20,67 | 156 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св,.,солен., кон. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| № 639,631 сб 2004 | Компот из фруктов | 200 | 0,6 | 31,4 | 0 | 124 | | | | |
| | | | 23,37 | 56,17 | 71,82 | 731,8 | 84,11 | 423,95 | 173,4 | 7,73 |
| | **Комплекс: 7** | | | | | | | | | |
| №381сб.1994 г. | Котлета отбивная | 77/20 | 14,5 | 43,58 | 10,24 | 248 | 15,63 | 137,7 | 15,46 | 1,18 |
| №508 сб.2004г. | Каша ячневая | 130 | 4,16 | 5,33 | 27,7 | 158 | | | | |
| №214сб2004г | Овощи св., сол., консер. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 21,66 | 49,26 | 78,07 | 534 | 43,48 | 233,34 | 46,66 | 4,16 |

День: четверг

**Неделя:** первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 1** | | | | | | | | | |
| №99 сб.2004г. | Колбаса сервилат п/к | 15 | 3,2 | 4,4 | 0,05 | 52,7 | 3,9 | 34,4 | 6,62 | 0,46 |
| №309 сб. 2004г | Рыба жареная | 80/5 | 15,68 | 5,44 | 3,36 | 128 | 28,41 | 96,19 | 18,52 | 0,76 |
| № 520 сб.2004г. | Пюре картофельное | 130 | 2,73 | 7,15 | 18,85 | 163,8 | 37,07 | 51,58 | 18,4 | 0,75 |
| №214сб2004г | Овощи св., сол., кон. | 50 | 0,4 | 0,07 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 19,4 | 17,36 | 72,11 | 472,5 | 97,23 | 277,81 | 74,74 | 4,95 |
| | **Комплекс :3** | | | | | | | | | |
| №471сб. 2004г. | Фрикад.из гов. туш.в соусе | 80/40 | 9,2 | 7,92 | 6,4 | 135,2 | 21,18 | 47,99 | 110 | 1,1 |
| №516 сб.2004г. | Макароны отварные | 130 | 4,55 | 5,33 | 30,55 | 191,1 | 21,8 | 32,04 | 13,11 | 0,53 |
| №214сб2004г | Овощи св., сол., кон. | 50 | 0,4 | 0,07 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 18,35 | 13,82 | 75,75 | 454,3 | 70,83 | 175,67 | 154,31 | 4,61 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | (ккал) | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 5** | | | | | | | | | |
| №124,132сб.04 г. | Щи из свеж. кап.Расс. лен. | 200 | 1,6 | 3,55 | 8 | 70,4 | 32,27 | 50,7 | 20,37 | 0,71 |
| № 498 сб.2004г. | Биточки руб.из птицы | 80 | 12,88 | 12,08 | 12,08 | 209,6 | 22,9 | 173 | 24,9 | 1,82 |
| №508 сб.2004г. | Каша пшеничная | 130 | 3,9 | 5,33 | 21,58 | 154,7 | 57 | 257 | 62 | 4,4 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св,.,солен., кон. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 23,53 | 25,91 | 83,01 | 657,7 | 155,92 | 586,44 | 143,17 | 10,14 |
| | **Комплекс :7** | | | | | | | | | |
| №492 сб.2004г. | Плов из птицы | 80/100 | 11,8 | 11,8 | 21,8 | 246,4 | | | | |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св,.,солен., кон. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 16,95 | 16,75 | 63,15 | 469,4 | 43,75 | 105,74 | 35,9 | 3,21 |

**День:** пятница
**Неделя:** первая
**Сезон :**осенний, зимний,весенний.
**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | (ккал) | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 1** | | | | | | | | | |
| №302 сб.2004г. | Каша молочная геркулес | 200/10/10 | 5,6 | 10,4 | 26,4 | 230 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| ТУ9115-001-1212 | Пицца с колбасой | 75 | 9 | 2,3 | 4,8 | 77,7 | | | | |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| Таб. 24 сб.1994г. | Фрукты свеж. | 100 | 4,9 | 4,1 | 40,4 | 96 | | | | |
| | | | 19,8 | 16,8 | 86,8 | 463,7 | 19,54 | 148,08 | 97,74 | 4,01 |
| | **Комплекс:3** | | | | | | | | | |
| №433 сб. 2004г. | Мясо тушеное | 80 | 12,24 | 4,72 | 3,12 | 105,6 | | | | |
| №508 сб.2004г. | Каша гречневая | 130 | 3,8 | 6 | 20,67 | 156 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| №214сб2004г | Овощи св сол., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 15,6 | 26,75 | 41,09 | 473,7 | 71,33 | 163,24 | 57,98 | 2,04 |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс:5** | | | | | | | | | |
| №138 сб. 2004г. | Суп картофельный с крупой | 200 | 1,44 | 4,16 | 13,2 | 97,6 | 42,89 | 55,5 | 17,8 | 0,96 |
| №457 сб. 2004г. | Зразы руб.из гов.(пар.) | 80/5 | 12,16 | 12,32 | 6,24 | 184,8 | | | | |
| №518 сб.2004г. | Картофель отварной | 130 | 2,6 | 6,63 | 20,67 | 157,3 | 28,82 | 58,66 | 24,11 | 1,05 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св,.,солен., кон. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| № 639,631 сб 2004 | Компот из фруктов | 200 | 0,6 | 31,4 | 0 | 124 | | | | |
| | | | 21,75 | 59,46 | 66,46 | 728,7 | 110,21 | 211,66 | 73,41 | 4,36 |
| | **Комплекс:7** | | | | | | | | | |
| № 498 сб.2004г. | Котлета руб.из птицы | 80 | 12,88 | 12,08 | 12,08 | 209,6 | 22,9 | 173 | 24,9 | 1,82 |
| №508 сб. 2004г. | Каша кукурузная | 130 | 3,51 | 5,33 | 29,9 | 183,3 | 27 | 233 | 83 | 2,7 |
| таб.24 сб.1994г. | Овощи св.,солен., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 16,5 | 17,76 | 71,78 | 520,9 | 77,75 | 501,64 | 139,1 | 7,5 |

День:суббота

Неделя: первая

**Сезон :**осенний, зимний,весенний.

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энер. ческая цен. (ккал) | Минеральные вещества (мг.) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Комплекс: 1** | | | | | | | | | |
| №451 сб.2004г. | Шницель | 80 | 12,72 | 11,52 | 12,8 | 208,8 | 14,4 | 120,8 | 22,4 | 1,28 |
| №452 сб.2004г. | Картофель жареный | 130 | 3,77 | 13,65 | 30,68 | 265,2 | | | | |
| №214сб2004г | Овощи св., сол., консер. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 25,31 | 25,52 | 88,8 | 490 | 42,25 | 216,44 | 53,6 | 4,26 |
| | **Комплекс: 3** | | | | | | | | | |
| № 487 сб.2004г. | Птица отварная | 100 | 15,7 | 8,9 | 0,4 | 144 | | | | |
| №516 сб.2004г. | Макароны отварные | 130 | 4,55 | 5,33 | 30,55 | 191,1 | 21,8 | 32,04 | 13,11 | 0,53 |
| №214сб2004г | Овощи св., сол., консер. | 50 | 0,4 | 7,8 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 63 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| | Сок фруктовый | 150 | 1 | 0 | 21,2 | 63 | | | | |
| | | | 24,05 | 22,33 | 66,95 | 468,1 | 44,4 | 119,44 | 39,91 | 2,65 |
| | **Комплекс: 5** | | | | | | | | | |
| №110 сб.2004г. | Суп - лапша домашняя | 200 | 2,24 | 4,64 | 11,12 | 96 | 19,72 | 67,35 | 27 | 0,99 |
| № 496 сб.2004г. | Котлета из филе пан. | 80 | 16,56 | 17,9 | 8 | 231,6 | | | | |
| №511 сб.2004г. | Рис отварной | 130 | 3,12 | 5,33 | 33,41 | 197,6 | 17,46 | 43,88 | 15,29 | 0,41 |
| №214сб2004г | Овощи св., сол., кон. | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 7 | 4,6 | 8,4 | 2,8 | 0,12 |
| ТУ9115-001-12123 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 26,52 | 28,42 | 91,33 | 695,2 | 65,03 | 206,87 | 73,49 | 4,38 |

**День:** понедельник

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория: с 1 по 4 класс**

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :1 | | | | | | | | | |
| №302 сб. 2004г. | Каша молочная рисовая | 200/10/10 | 5,2 | 3,4 | 30,8 | 184 | | | | |
| №498 сб. 2004г. | Биточки рубл.из птицы | 80 | 12,9 | 12,1 | 12,1 | 209,5 | 22,91 | 172,7 | 24,86 | 1,82 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 18,40 | 15,80 | 67,90 | 492,50 | | | | |
| | Комплекс :3 | | | | | | | | | |
| №498 сб. 2004г. | Сосиски отварные | 100 | 10,3 | 17,2 | 0,2 | 202 | 16,3 | 160,4 | 20,3 | 0,9 |
| № 508 сб.2004г. | Каша гречневая | 130 | 3,9 | 5,85 | 19,37 | 136 | 11,49 | 138,3 | 92,5 | 3,11 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| Табл.24 сб.1994г | Фрукты свежие | 100 | 0,54 | 0 | 15,48 | 38 | | | | |
| | | | 17,00 | 23,30 | 60,00 | 483,00 | | | | |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :5 | | | | | | | | | |
| №140 сб.2004г. | Суп картоф. с вермишелью | 200 | 2,9 | 2,5 | 21 | 120 | 19,72 | 67,35 | 27 | 0,99 |
| №451 сб. 2004г. | Котлеты | 80 | 12,72 | 11,52 | 12,8 | 209 | 18,1 | 149,4 | 30,1 | 0,77 |
| № 508 сб.2004г. | Каша пшеничная | 130 | 3,9 | 5,33 | 16,6 | 154,7 | 27 | 128 | 31 | 2,2 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж.,сол.,консерв. | 50 | 0,7 | 2,5 | 3 | 38 | 9,9 | 30,4 | 10,19 | 0,34 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 24,42 | 23 | 90,9 | 684,7 | | | | |
| | Комплекс :7 | | | | | | | | | |
| №492 сб. 2004г. | Плов из птицы | 80/100 | 11,8 | 11,8 | 21,8 | 246 | | | | |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 50 | 4 | 0,5 | 22,5 | 105 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 17,05 | 16,75 | 59,50 | 471,00 | | | | |

**День:** вторник

**Неделя:** вторая

**Сезон:** осенний, зимний, весенний

**Возрастная категория:** с 1 по 4 класс

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Минеральные вещества мг.% | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | Ca | P | Mg | Fe |
| | Комплекс :1 | | | | | | | | | |
| №462 сб.2004г. | Тефтели /2вариант/ | 80/40 | 11,04 | 13,12 | 10,48 | 121 | 49,53 | 131,2 | 44,87 | 1,51 |
| №516 сб.2004г. | Макароны отварные | 130 | 4,42 | 7,93 | 29,64 | 191 | 21,8 | 32,04 | 13,11 | 0,53 |
| табл сб.1994г. | Овощи св., солен., консерв. | 50 | 0,95 | 4,45 | 3,85 | 60 | 20,5 | 18,5 | 7,5 | 0,35 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,686 сб.200 | Чай с лимоном или сок фрукт. | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 8,05 | 9,78 | 5,24 | 0,9 |
| | | | 20,31 | 25,70 | 68,50 | 474,00 | | | | |
| | Комплекс :3 | | | | | | | | | |
| №496 сб. 2004г. | Котлеты.из филе пт.панир.жар. | 80 | 16,56 | 17,9 | 8 | 231,6 | | | | |
| № 508 сб.2004г. | Каша пшеннная | 130 | 5,72 | 6,5 | 33,28 | 167 | 27 | 128 | 31 | 2,2 |
| табл сб.1994г. | Овощи свеж., сол., консерв. | 50 | 0,4 | 0,05 | 0,8 | 7 | 11,5 | 12 | 7 | 0,3 |
| ТУ9115-001-1212 | Булка хлебная | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 42 | 18 | 79 | 24 | 2 |
| №684,685 сб.200 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 5,25 | 8,24 | 4,4 | 0,86 |
| | | | 24,5 | 24,7 | 66,1 | 505,6 | | | | |