|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| лимоном |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого полдник*** |  | **16,5** | **13,6** | **30,8** | **307** |  | **16,5** | **13,6** | **34,6** | **321** |  |
|  **2 ДЕНЬ ВТОРНИК** **2-ОЙ ЗАВТРАК** |  |
| Запеканка из творога «Зебра» со сметаной или со сгущенным молоком | **100/10** | 24,1 | 25,3 | 33,9 | 461 |  |  |  |  |  | т/к |  |  |  |  |
| Чай с молоком | **150** | 1,2 | 1.1 | 13,1 | 66,0 |  |  |  |  |  | 410 |
| Фрукты ( акт калибровки ) | **1шт/150** | 0.81 | 0.81 | 23,1 | 158 |  |  |  |  |  | 384 |
| ***Итого завтрак*** |  | **26,11** | **27,21** | **70,1** | **685** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |  |  |  |  |
| Шницель "Полесский" | **50** | 6,5 | 8,5 | 4,5 | 118 |  |  |  |  |  | т/к |  |  |  |  |
| Каша вязкая гречневая | **150** | 4,5 | 4.5 | 21,9 | 146 |  |  |  |  |  | 363 |  |  |  |  |
| Компот из свеж. плод., вит С | **150** | 0,15 | 0,15 | 16,4 | 66 |  |  |  |  |  | 387 |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный  | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **16,25** | **13,84** | **77,1** | **492** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |  |
| Салат "Калейдоскоп». | **80** | 0,93 | 4,8 | 3,9 | 62,7 | **90** | 1,05 | 5,4 | 4,39 | 70,5 | 70 |  |  |  |
| Рассольник Домашний | **200/5** | 1,53 | 4,15 | 10,6 | 86 | **200/5** | 1,53 | 4,15 | 10,6 | 86 | 128 |
| Шницель "Полесский" | **50** | 6,5 | 8,5 | 4,5 | 118 | **75** | 9,75 | 12,8 | 6,75 | 176,3 | т/к |
| Каша вязкая гречневая | **150** | 4,5 | 4.5 | 21,9 | 146 | **150** | 4,5 | 4.5 | 21,9 | 146 | 363 |
| Компот из свеж. плод., вит С | **150** | 0,15 | 0,15 | 16,4 | 66 | **200** | 0.2 | 0.2 | 21.8 | 88 | 387 |
| Зефир.( акт калибровки ) | **1шт/ 30** | 1.14 | 0.54 | 13.7 | 91.2 | **1шт/30** | 1.14 | 0.54 | 13.7 | 91.2 |  |
| Хлеб пшеничный  | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |
| ***Итого обед*** |  | **19,19** | **23,27** | **101** | **711** |  | **23,3** | **28,28** | **113** | **819,6** |  |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |
| Манник «Полосатик» с повид. | **120/20** | 7,56 | 10,4 | 63,4 | 376 | **150/20** | 9,18 | 12,6 | 77 | 456 |  |  |
| Молоко | **200** | 0,9 | 0,3 | 23,3 | 93 | **200** | 0,9 | 0,3 | 23,3 | 93 | 390 |
| ***Итого полдник***  |  | **8,46** | **10,7** | **86,7** | **469** |  | **10,1** | **12,9** | **100** | **549** |  |
|  **3 ДЕНЬ СРЕДА** **2-ОЙ ЗАВТРАК** |
| Глазированный сырок | **1шт40** | 3,2 | 8,4 | 12,8 | 140 |  |  |  |  |  | 270 |
| Суп молочный с крупой (рис) | **250** | 6,5 | 6,25 | 22,3 | 173 |  |  |  |  |  | 354 |
| Кофейный напиток с молоком | **150** | 1.1 | 0,8 | 15,2 | 72 |  |  |  |  |  | 412 |
| Фрукты ( акт калибровки ) | **1шт/200** | 1,2 | 1,2 | 29,4 | 210 |  |  |  |  |  | 384 |
| ***Итого завтрак*** |  | **12** | **16,65** | **79,7** | **595** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |
| Овощи порционно (Горошек консервированный) | **30** | 0,39 | 2,43 | 1,32 | 29,0 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Котлеты рубленные из птицы | **75** | 10,8 | 11,9 | 10,2 | 191 |  |  |  |  |  | 326 |  |  |
| Свекла тушеная  | **150** | 2,1 | 5,1 | 15,2 | 113 |  |  |  |  |  | 169 |  |  |
| Напиток Лимончик/ или «Дюшес» вит «С» | **150** | 0,11 | 0,02 | 14,0 | 56,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2.64 | 0.24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **40** | 3,28 | 0,6 | 22,3 | 106 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **19,32** | **20,29** | **81,6** | **578** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |  |
| Овощи порционно | **60** | 0,78 | 4,86 | 2,64 | 57 | **60** | 0,78 | 4,86 | 2,64 | 57 |  |  |  |  |
| Щи из св капусты с картофелем /сметана | **200/5** | 1,98 | 5,87 | 7,53 | 105 | **250/5** | 2,47 | 7,19 | 9,51 | 135 | 138 |
| Котлеты рубленные из птицы | **75** | 10,8 | 11,9 | 10,2 | 191 | **100** | 14,4 | 15,8 | 13,6 | 254 | 326 |  |
| Свекла тушеная  | **150** | 2,1 | 5,1 | 15,2 | 113 | **150** | 2,1 | 5,1 | 15,2 | 113 | 169 |
| Напиток Лимончик/ или «Дюшес» вит «С» | **150** | 0,11 | 0,02 | 14,0 | 56,4 | **200** | 0,14 | 0,02 | 18,6 | 75,2 | б/н |  |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0.18 | 13,2 | 61,8 | **60** | 3,96 | 0,36 | 26,4 | 124,0 |  |
| Хлеб пшеничный | **40** | 3,28 | 0,6 | 22,3 | 105,6 | **40** | 3,28 | 0,6 | 22,3 | 105,6 |  |  |  |
| ***Итого обед*** |  | **21,0** | **28,53** | **85,1** | **689,8** |  | **27,13** | **33,93** | **108** | **863,8** |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |
| Пицца «Школьная с сыром» | **100** | 9,2 | 14,87 | 33,6 | 306 | **100** | 9,2 | 14,87 | 33,6 | 306 |  |
| Сок  | **150** | 0.15 | 0,15 | 16,4 | 66 | **200** | 0.2 | 0,2 | 21,8 | 88 | 396 |
| **Итого полдник** |  | **9,35** | **15,02** | **50** | **372** |  | **9,4** | **15,07** | **55,4** | **394** |  |
|  **4 ДЕНЬ ЧЕТВЕРГ** **2-ОЙ ЗАВТРАК** |
|  «Ежики мясные» | **80** | 6,72 | 6,0 | 7,28 | 110 |  |  |  |  |  | т/к |
| Каша вязкая гречневая  | **150** | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 |  |  |  |  |  |  |
| Чай с сахаром | **150** | 0,15 | 0,05 | 11,3 | 42 |  |  |  |  |  | 348 |
| Фрукты.( акт калибровки ) | **1шт./150** | 0,81 | 0,81 | 23,1 | 158 |  |  |  |  |  | 410 |
| Хлеб пшеничный | **20** | 1,64 | 0,3 | 11,1 | 52,8 |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак***  |  | **13,82** | **11,66** | **74,7** | **509** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |
| Мясо тушеное «Вкусное» | **50/50** | 21,6 | 2,5 | 2,0 | 113 |  |  |  |  |  | т/к |
| Рис отварной | **150** | 3.75 | 10.4 | 32.8 | 195 |  |  |  |  |  | 349 |
| Напиток «Фантастик»., вит С | **150** | 0,07 | 0,05 | 6,39 | 26,3 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **29,86** | **13,58** | **71,1** | **475** |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |
| Салат «Цветной» | **60** | 1,8 | 5,1 | 2,94 | 64,8 | **60** | 1,8 | 5,1 | 2,94 | 64,8 |  |
| Суп картофельный с горохом | **200** | 4,6 | 3,6 | 16,2 | 116 | **200** | 4,6 | 3,6 | 16,2 | 116 | 116 |
| Мясо тушеное «Вкусное» | **75/****50** | 32,4 | 3,75 | 3,0 | 170 | **75/****50** | 32,4 | 3,75 | 3,0 | 170 | т/х |
| Рис отварной | **150** | 3.75 | 10.4 | 32.8 | 195 | **150** | 3.75 | 10.4 | 32.8 | 195 | 349 |
| Напиток «Фантастик»., вит С | **150** | 0,07 | 0,05 | 6,39 | 26,3 | **200** | 0,09 | 0,06 | 8,52 | 35,02 | т/х |
| Хлеб пшеничный | **40** | 3.28 | 0.6 | 22,3 | 106 | **40** | 3.28 | 0.6 | 22,3 | 105,6 |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |
| ***Итого обед*** |  | **47,88** | **23,68** | **96,8** | **740** |  | **48,6** | **23,75** | **103** | **768,82** |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |  |
| Гренки «Лакомка» | **60** | 3,64 | 6,46 | 20,6 | 145 | **80** | 4,9 | 8,61 | 27,5 | 194 |  |  |  |  |  |
| Компот из изюма | **150** | 0.3 | - | 20,0 | 78 | **200** | 0.4 | - | 20,0 | 78 |  |
| ***Итого полдник*** |  | **3,94** | **6,46** | **40,6** | **223** |  | **5,3** | **8,61** | **47,5** | **272** |  |
|  **5 ДЕНЬ ПЯТНИЦА** **2-ОЙ ЗАВТРАК** |
| Рыбные наггетсы  | **60** | 16,3 | 12,4 | 15 | 237 |  |  |  |  |  | 354 |  |  |
| Пюре картофельное | **100** | 2,1 | 3,3 | 13,4 | 92 |  |  |  |  |  | 414 |
| Кофейный напиток с молоком | **150** | 1,1 | 0,75 | 15,2 | 72 |  |  |  |  |  |  |
| Вафельный батончик | **1шт/35** | 1,75 | 11,2 | 20,3 | 185 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |
| **Итого завтрак** |  | **23,89** | **27,89** | **81,5** | **668** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |
| Оладьи из птицы "Курочка Ряба" | **80** | 11,8 | 12,7 | 4,1 | 178 |  |  |  |  |  | т/к |
| Картофель тушеный | **150** | 3 | 9,75 | 23,7 | 196 |  |  |  |  |  | т/к |
| Компот из смеси сухофруктов вит «С» | **150** | 0,45 | - | 18,9 | 75 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **20,35** | **23,14** | **81** | **611** |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |
| Салат из морской и белокочанной капусты  | **60** | 1,2 | 3,1 | 6,12 | 56,4 | **80** | 1,6 | 4,1 | 8,16 | 75,2 |  |  |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками  | **200/20** | 19,01 | 6,6 | 27,1 | 266 | **250/30** | 24,2 | 8,4 | 34,5 | 338,5 | т/к |
| Оладьи из птицы "Курочка Ряба" | **80** | 11,8 | 12,7 | 4,1 | 179 | **100** | 14,8 | 15,9 | 5,12 | 223 | карт. |  |
| Картофель тушеный | **150** | 3 | 9,75 | 23,7 | 196 | **150** | **150** | 3 | 9,75 | 23,7 | т/к |
| Компот из смеси сухофруктов вит «С» | **150** | 0,45 | - | 18,9 | 75 | **200** | 0,6 | - | 25,2 | 100 |  |
| Хлеб пшеничный | **40** | 3,28 | 0.6 | 22,3 | 106 | **40** | 3,28 | 0.6 | 22,3 | 106,0 |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 | **60** | 3.96 | 0.36 | 26,4 | 124,0 |  |
| ***Итого обед*** |  | **40,72** | **32,93** | **115** | **940** |  | **50,6** | **39,11** | **148** | **1162,7** |  |
|  **ПОЛДНИК** |
| Омлет натуральный / или Драчена | **105** | 10,0 | 13,2 | 1,8 | 167 | **105** | 10,0 | 13,2 | 1,8 | 167 | 228 |  |
| Сок | **200** | 0,2 | 0,2 | 21,8 | 88 | **200** | 0.2 | 0,2 | 21,8 | 88 |  |
| Хлеб ржаной | **20** | 1,32 | 0,12 | 8,8 | 41,2 | **20** | 1,32 | 0,12 | 8,8 | 41,2 |  |
| ***Итого полдник*** |  | **11,52** | **13,52** | **32,4** | **296** |  | **11,5** | **13,52** | **32,4** | **296,2** |  |
| **ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ****1 ДЕНЬ ПОНЕДЕЛЬНИК****2-ОЙ ЗАВТРАК** |  |
| Кукуруза консервированная | **60** | 0,78 | 4,86 | 2,64 | 57 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Колбаса или /сосиска отварная (акт калибровки) | **50** | 4,95 | 9 | 0,8 | 104 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макароны отварные | **100** | 3,4 | 2,9 | 20,2 | 120 |  |  |  |  |  | 352 |
| Чай с сахаром | **150** | 0,15 | 0,05 | 11,3 | 42 |  |  |  |  |  |  |  |
| Печенье .( акт калибровки ) | **4шт/40** | 1.56 | 2.24 | 32.1 | 274 |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **10,84** | **19,05** | **67,0** | **597** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |  |  |  |
| Рыба жареная / или Рыбные наггетсы | **75/ 15** | 9,45 | 7,65 | 3,15 | 131 |  |  |  |  |  | т/к |  |  |  |
| Картофельное пюре | **150** | 3.15 | 4.95 | 20.1 | 138 |  |  |  |  |  | 354 |  |  |  |
| Напиток Лимончик/ или «Дюшес» вит «С» | **150** | 0,11 | 0,02 | 14,0 | 56,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукты ( акт калибровки ) | **1шт/100** | 0.6 | 0.6 | 14.7 | 105 |  |  |  |  |  | 384 |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **18,41** | **13,91** | **86,3** | **592** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |
| Салат "Перемена" с масл рас | **80** | 2,24 | 4,1 | 10,5 | 87,7 |  |  |  |  |  | т/к |  |
| с майонезом |  |  |  |  |  | **90** | 2,9 | 9,1 | 12,2 | 141,8 |
| Рассольник Ленинградский/сметана | **200/5** | 1,53 | 4,15 | 11,9 | 99,5 | **250/10** | 1,88 | 4,95 | 15,0 | 131 | 126 |
| Рыба жареная/ или Рыбные наггетсы | **75**  | 9,45 | 7,65 | 3,15 | 131 | **75** | 9,45 | 7,65 | 3,15 | 131 | т/к |  |  |  |
| Картофельное пюре | **150** | 3,15 | 4,95 | 20,1 | 138 | **200** | 4,2 | 6,6 | 26,8 | 184 | 354 |
| Напиток Лимончик/ или «Дюшес» вит «С» | **150** | 0,11 | 0,02 | 14,0 | 56,4 | **200** | 0,14 | 0,02 | 18,6 | 75,2 |  |
| Фрукты ( акт калибровки ) | **1 шт.****/200** | 1,2 | 1,2 | 29,4 | 210 | **1 шт./****200** | 1,2 | 1,2 | 29,4 | 210 | 384 |  |
| Хлеб пшеничный | **40** | 3,28 | 0.6 | 22,3 | 106 | **40** | 3,28 | 0,6 | 22,3 | 105,6 |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 | **50** | 3,3 | 0,3 | 22,0 | 103,0 |  |
| **Итого обед** |  | **22,94** | **22,85** | **125** | **890** |  | **26,4** | **30,42** | **149** | **1081,6** |  |
|  **ПОЛДНИК** |
| Сырники из творога со смет | **100/10** | 16,3 | 13,5 | 19,5 | 265 | **120/15** | 19,8 | 16,4 | 23,7 | 323 | 237 |  |  |  |  |
| Молоко | **200** | 0.9 | 0.3 | 23.3 | 93 | **200** | 0.9 | 0.3 | 23.3 | 93 |  |
| ***Итого полдник*** |  | **17,2** | **13,8** | **42,8** | **358** |  | **20,7** | **16,7** | **47** | **416** |  |
| **2 ДЕНЬ ВТОРНИК****2-ОЙ ЗАВТРАК** |
| Сыр порциями | **30** | 2,1 | 2,62 | 0 | 32,4 |  |  |  |  |  | 22 |  |  |
| Каша вязкая манная слад. | **150** | 3,15 | 4,1 | 21,2 | 134 |  |  |  |  |  | 348 |  |  |
| Какао с молоком | **150** | 2,7 | 2,1 | 17,6 | 101 |  |  |  |  |  | 412 |  |
| Фрукты свежие(акт калибровки) | **1шт/150** | 0,81 | 0,81 | 23,1 | 158 |  |  |  |  |  | 384 |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **11,22** | **10,08** | **78,6** | **505** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |  |  |
| Азу из говядины с огурцами | **50/50** | 16,6 | 4,9 | 5,1 | 130 |  |  |  |  |  | т/к |  |
| Каша вязкая гречневая | **150** | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | **150** | 0,15 | 0,15 | 16,4 | 66 |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2.37 | 0.3 | 14.4 | 72 |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 2.1 | 0.38 | 12.7 | 63 |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **25,72** | **10,23** | **70,5** | **477** |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |
| Салат «Оливье с колбасой» со сметаной | **80** | 2,96 | 7,62 | 2,12 | 90,4 |  |  |  |  |  | т/к |  |
| с майонезом |  |  |  |  |  | **90** | 3,15 | 12,2 | 1,76 | 149 |  |
| Щи из св капусты с картофелем/сметана/вит С | **200/5** | 1,98 | 5,87 | 7,53 | 105 | **250/5** | 2,47 | 7,19 | 9,51 | 135 | 116 |
| Азу из говядины с огурцами | **75/50** | 20,75 | 6,13 | 6,38 | 163 | **75/50** | 20,75 | 6,13 | 6,38 | 163 | т/к |  |  |
| Каша вязкая гречневая | **150** | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 | **150** | 4,5 | 4,5 | 21,9 | 146 |  |
| Сок фруктовый | **150** | 0,15 | 0,15 | 16,4 | 66 | **200** | 0.2 | 0.2 | 21.8 | 88 |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 | **40** | 3,28 | 0,6 | 22,3 | 105,6 |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 | **60** | 3,96 | 0,36 | 26,4 | 124 |  |
| ***Итого обед*** |  | **34,78** | **24,9** | **84,2** | **711** |  | **38,3** | **31,18** | **110** | **910,6** |  |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |  |
| Оладьи с повидлом или со сгущенным молоком | **100/10** | 7.6 | 7.2 | 46.6 | 281 | **100/10** | 7.6 | 7.2 | 46.6 | 281 | 431 |  |  |
| Чай с молоком | **150** | 1,2 | 1,1 | 13,1 | 66,0 | **200** | 1,6 | 1,47 | 17,5 | 88,0 | 412 |  |
| **Итого полдник** |  | **8,8** | **8,3** | **59,7** | **347** |  | **9,2** | **8,67** | **64,1** | **369** |  |
|  **3 ДЕНЬ СРЕДА** **2-ОЙ ЗАВТРАК** |  |
| Закрытый бутерброд с сыром | **80** | 8,6 | 14,6 | 24,1 | 266 |  |  |  |  |  | 13 |  |  |  |  |
| Каша "Артековская" | **150** | 6.3 | 3.9 | 28.8 | 176 |  |  |  |  |  | 348 |
| Чай с сахаром | **150** | 0.15 | 0.05 | 11.3 | 42 |  |  |  |  |  | 410 |
| Фрукты ( акт калибровки ) | **1шт****/100** | 0.6 | 0.6 | 14.7 | 105 |  |  |  |  |  | 384 |
| ***Итого завтрак*** |   | **15.7** | **19.15** | **78.9** | **589** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |  |  |  |  |  |
| Свинина, под сырной шапочкой | **60** | 9,54 | 19,92 | 1,26 | 223 |  |  |  |  |  | т/к |  |  |  |
| Спагетти отварные | **150** | 5,4 | 3,75 | 33,5 | 191 |  |  |  |  |  | т/к |  |  |  |
| Компот из свежих плод., вит С | **150** | 0.15 | 0.15 | 16.4 | 66 |  |  |  |  |  | 387 |  |  |  |
| Мармелад .( акт калибровки ) | **1шт/ 40** | 0,48 | 2,4 | 57,6 | 98,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **20,7** | **26,91** | **143** | **740** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |
| Овощи порционно  | **60** | 0,78 | 4,86 | 2,64 | 57 | **60** | 0,78 | 4,86 | 2,64 | 57 |  |  |  |  |
| Суп картофельный с горохом | **200** | 4,6 | 4,5 | 16,2 | 116 | **200** | 4,6 | 3,6 | 16,2 | 116 | 135 |
| Свинина, под сырной шапочкой  | **80** | 12,7 | 26,6 | 1,68 | 297 | **100** | 15,9 | 33,2 | 2,1 | 371,1 | т/к |  |
| Спагетти отварные | **150** | 5,4 | 3,75 | 33,5 | 191 | **200** | 7,2 | 5,0 | 44,6 | 254 | т/к |
| Компот из свеж. плод., вит С | **150** | 0.15 | 0.15 | 16.4 | 66 | **200** | 0.2 | 0.2 | 21.8 | 88 | 387 |  |
| Мармелад  | **1шт/ 40** | 0,48 | 2,4 | 57,6 | 98,4 | **1шт/40** | 0,48 | 2,4 | 57,6 | 98,4 |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 | **40** | 3,28 | 0,6 | 22,3 | 105,6 |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 | **60** | 3,96 | 0,36 | 26,4 | 124,0 |  |  |
| **Итого обед** |  | **28,55** | **42,89** | **158** | **966** |  | **36,4** | **50,22** | **194** | **1214,1** |  |  |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |  |
| Бутерброд «Купалле» | **45** | 7,1 | 9,2 | 8,8 | 146 | **45** | 7,1 | 9,2 | 8,8 | 146 | 19 |
| Кисель из сока | **150** | 0.23 | - | 24.3 | 97,5 | **200** | 0.3 | - | 32,4 | 130 | 396 |
| **Итого полдник** |  | **7,33** | **9,2** | **33,1** | **244** |  | **7,4** | **9,2** | **41,2** | **276** |  |
|  **4 ДЕНЬ ЧЕТВЕРГ** **ЗАВТРАК** |  |
| Рыба жареная  | **50** | 9.15 | 3.5 | 2.1 | 77 |  |  |  |  |  | 248 |  |  |
| Пюре картофельное | **150** | 3,15 | 4,95 | 20,1 | 138 |  |  |  |  |  | 387 |
| Какао с молоком | **150** | 2.7 | 2.1 | 17.6 | 101 |  |  |  |  |  | 414 |
| Фрукты (акт калибровки) | **1шт/150** | 0,81 | 0,81 | 23,1 | 158 |  |  |  |  |  | 384 |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0,18 | 13,2 | 61,8 |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **17,79** | **11,54** | **76,1** | **536** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |  |
| Плов из говядины или свинин. | **50/120** | 18,2 | 6,0 | 28,9 | 242 |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок  | **150** | 0,15 | 0,15 | 16,4 | 66 |  |  |  |  |  |  |  |
| Зефир  | **1шт/40** | 1,52 | 0,72 | 18,3 | 122 |  |  |  |  |  |  | **1шт/40** |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,24 | 17,6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **24,97** | **7,56** | **97,9** | **592** |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |
| Салат "Белоснежка» | **80** | 2,48 | 6,8 | 4,16 | 88 | **90** | 2,79 | 7,65 | 4,68 | 99 | 37 |  |  |
| Борщ с картофелем/сметана», вит С | **200/5** | 1,98 | 6,08 | 11,8 | 120 | **250/10** | 2,47 | 7,45 | 15,0 | 150 | 105 |
| Плов из говядины или свинин. | **50/120** | 18,2 | 6,0 | 28,9 | 242 | **75/180** | 27,3 | 9,0 | 43,4 | 363 | 284 |
| Сок  | **200** | 0,2 | 0,2 | 21,8 | 88,0 | **200** | 0,2 | 0,2 | 21,8 | 88,0 |  |
| Зефир .( акт калибровки ) | **1шт/40** | 1,52 | 0,72 | 18,3 | 122 | **1шт/40** | 1,52 | 0,72 | 18,3 | 122 |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 | **30** | 2,46 | 0,45 | 16,7 | 79,2 |  |  |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,98 | 0.18 | 13,2 | 61,8 | **40** | 2,1 | 0,38 | 12,8 | 84 |  |
| ***Итого обед*** |  | **28,82** | **20,43** | **115** | **801** |  | **38,8** | **25,85** | **133** | **985,2** |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |  |
| Пицца «Школьная с сыром» | **100** | 9,2 | 14,87 | 33,6 | 306 | **100** | 9,2 | 14,87 | 33,6 | 306 |  |  |  |
| Кофейный напиток с молоком | **150** | 1,1 | 0.75 | 15.2 | 72 | **200** | 1,4 | 1,0 | 20,2 | 96 | 384 |
| ***Итого полдник*** |  | **10,3** | **15,62** | **48,8** | **378** |  | **10,6** | **15,87** | **53,8** | **402** |  |
|  **5 ДЕНЬ ПЯТНИЦА** **2-ОЙ ЗАВТРАК** |  |
| Омлет натуральный | **150** | 14,3 | 18,5 | 2,4 | 228 |  |  |  |  |  | 228 |  |  |  |
| Чай с сахаром | **150** | 0.15 | 0.05 | 11.3 | 42 |  |  |  |  |  | 410 |
| Йогурт | **1 шт/****100** | 2,9 | 5,7 | 22,8 | 153 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **20** | 1,32 | 0,12 | 8,8 | 41,2 |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,5 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **21,1** | **24,87** | **62,0** | **543** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак для одноразового питания** |  |  |  |
| Шашлык куриный на шпажках | **80** | 16,3 | 2,5 | 1,8 | 102 |  |  |  |  |  | т/к |  |  |  |
| Пюре картофельное  | **150** | 3,15 | 5 | 20,1 | 138 |  |  |  |  |  | 354 |  |  |  |
| Компот из апельсинов (мандаринов) вит «С» | **150** | 0,6 | 0,15 | 32,7 | 65,3 |  |  |  |  |  | 389 |  |  |  |
| Фрукты.( акт калибровки ) | **1шт/80** | 0,43 | 0,5 | 12,3 | 84,3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | **30** | 2,46 | 0,3 | 16,7 | 79,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,43 | 17.6 | 82,4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Итого завтрак*** |  | **25,6** | **8,88** | **101** | **551** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОБЕД** |  |
| Салат «Поздняя осень» со сметаной | **80** | 4,56 | 7,04 | 6,6 | 91,2 |  |  |  |  |  |  |
| или майонезом  |  |  |  |  |  | **90** | 5,13 | 16,38 | 2,25 | 178,2 |  |
| Суп картофельный  | **200** | 2,0 | 3,4 | 14.6 | 96 | **250** | 2,5 | 4,2 | 18,9 | 120 | 135 |

 Нормы питания по итогам месяца должны быть выполнены с допустимым отклонением ±10% при условии выполнения физиологических норм потребления пищевых веществ и энергии. Если есть отклонения по результатам анализа (10 дней) норм питания возможны коррективы (обоснованные) в части замены в двухнедельном рационе питания кулинарных блюд и изделий с целью выполнения норм питания по определенным продуктам с учетом кратности питания.

 Замену салатов производить по сезону равнозначных пищевой энергетической ценности и учетом суточной нормы питания:

- салат «Калейдоскоп» , салат «Поздняя осень» , салат из капусты с помидорами и огурцами, салат "Белоснежка»: - на салат «Заря», салат «Агенчык» , салат «Цветной», салат «Витаминный», салат «Перемена, салат «Студенческий», салат «Здоровье».

 В период неисправности электрического торгово-технологического оборудования, недопоставок пищевых продуктов, систематического отказа большинства обучающихся от употребления определенных блюд (блюда) или по другим обоснованным причинам производится замена блюд, равнозначных по пищевой и энергетической ценности, согласно примерных двухнедельных рационов питания.»;

При разработке примерного меню использовался «Сборник технологических карт блюд и изделий для питания учащихся учреждений, обеспечивающих получение общего среднего и профессионально-технического образования» 2017 год. и Информационный сборник технологических карт блюд и изделий 2023 г.