

УТВЕРЖДАЮ:

Инициальный предприниматель

Шнурко Н.А.

2022 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор ОУ

2022 г.



Примерное циклическое меню на обеспечение двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях г. Томска, обслуживаемых ИП Шнурко Н.А. (возрастная категория старше 12 лет, 2 смена)

№ Рец.	Район	Выхо д	Энерг. ценность ккал	Пищевые вещества (гр)			Витамины (мг)					Минеральные вещества							
				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	В	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
	<b>1 день Обед</b>																		
№ 88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	146,9	2,4	6,8	12,2	0,2	41,5	0,0	2,5	55,8	65,4	31,8	1,4					
№243	Издалия колбасные (сосиска) отварные	1 шт	130,5	8,6	12,0	0,2	0,1	21,5	0,0	0,0	8,1	80,1	10,6	0,4					
№302	Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	0,1	0,0	0,0	13,5	12,9	142,0	94,8	4,3					
№591	Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	8,6	5,0	0,6	0,0	15,0	10,5	7,5	2,2					
№2	Хлеб пшеничный и ржано- пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8					
<b>Итого</b>			<b>754,4</b>	<b>23,4</b>	<b>26,8</b>	<b>105,4</b>	<b>9,1</b>	<b>68,1</b>	<b>3,1</b>	<b>16,0</b>	<b>127,3</b>	<b>339,5</b>	<b>157,1</b>	<b>9,1</b>					
	<b>Подлики</b>																		
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6					
№349 №376	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0					
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4					
<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>					
<b>Всего</b>			<b>1088,4</b>	<b>27,9</b>	<b>31,3</b>	<b>163,5</b>	<b>9,2</b>	<b>78,7</b>	<b>8,3</b>	<b>19,6</b>	<b>295,6</b>	<b>505,5</b>	<b>211,4</b>	<b>13,1</b>					

<b>2 день</b>														
<b>Обед</b>														
№239	Суп картофельный с бобовыми	250	180,3	5,5	7,4	19,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
№423	Терфегли (мясо или курица)	110	192,0	9,8	12,9	7,4	0,1	2,9	0,0	1,5	22,5	112,9	49,6	1,9
№309	Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	1,0	0,0	0,0	24,3	27,3	47,0	21,4	1,1
№646	Компот из апельсина	200	133,0	0,5	0,0	34,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>754,9</b>	<b>24,9</b>	<b>26,7</b>	<b>122,3</b>	<b>1,4</b>	<b>17,6</b>	<b>3,7</b>	<b>29,1</b>	<b>144,5</b>	<b>338,1</b>	<b>138,9</b>	<b>6,6</b>
<b>Полдник</b>														
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
			<b>1088,9</b>	<b>29,4</b>	<b>31,5</b>	<b>180,4</b>	<b>1,5</b>	<b>28,2</b>	<b>8,9</b>	<b>32,7</b>	<b>182,8</b>	<b>504,1</b>	<b>193,2</b>	<b>10,6</b>
<b>3 день</b>														
<b>Обед</b>														
№129	Рассолник со сметаной	250	140,0	3,1	5,4	14,8	0,2	29,0	0,0	5,7	34,6	69,7	29,8	1,3
№332	Терфегли рыбные	125	126,4	18,4	14,9	9,2	0,1	2,8	0,0	1,4	29,4	97,5	19,5	0,8
№304	Рис отварной рассыпчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5
№349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	226,5	5,2	1,0	46,0	0,2	0,1	5,0	0,1	71,0	83,0	24,8	1,6
<b>Итого</b>			<b>906,5</b>	<b>32,1</b>	<b>27,8</b>	<b>144,0</b>	<b>0,7</b>	<b>32,3</b>	<b>5,2</b>	<b>9,3</b>	<b>182,0</b>	<b>344,6</b>	<b>93,2</b>	<b>4,8</b>
<b>Полдник</b>														
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4

<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
	<b>Всего</b>		<b>1240,5</b>	<b>36,6</b>	<b>32,3</b>	<b>202,1</b>	<b>0,8</b>	<b>42,9</b>	<b>10,4</b>	<b>12,9</b>	<b>350,3</b>	<b>510,6</b>	<b>147,5</b>	<b>8,8</b>
	<b>День 4</b>													
	<b>Обед</b>													
№131	Суп картофельный	250	121,0	5,4	4,8	16,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,9	97,8	36,6	2,2
№295/1	Котлета или биточек из курицы с соусом	100	249,0	37,4	18,1	18,7	0,1	0,2	0,1	3,8	15,6	137,7	15,5	1,2
№312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1
№348	Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>771,2</b>	<b>50,2</b>	<b>30,0</b>	<b>114,1</b>	<b>0,6</b>	<b>40,5</b>	<b>3,8</b>	<b>7,4</b>	<b>173,7</b>	<b>403,1</b>	<b>122,2</b>	<b>5,9</b>
	<b>Полдник</b>													
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>1105,2</b>	<b>54,7</b>	<b>34,5</b>	<b>172,2</b>	<b>0,7</b>	<b>51,1</b>	<b>9,0</b>	<b>11,0</b>	<b>342,0</b>	<b>569,1</b>	<b>176,5</b>	<b>9,9</b>
	<b>День 5</b>													
	<b>Обед</b>													
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	135,0	3,0	5,8	17,6	0,3	40,8	0,0	4,8	45,5	58,8	28,5	1,9
№403	Плов с птицей	250	387,0	22,3	23,6	55,7	0,1	5,2	0,0	4,8	6,5	266,9	109,9	2,2
№646	Компот из лимона	200	96,0	0,1	0,0	25,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>712,0</b>	<b>28,6</b>	<b>29,8</b>	<b>101,8</b>	<b>0,5</b>	<b>46,5</b>	<b>2,7</b>	<b>9,6</b>	<b>112,7</b>	<b>406,8</b>	<b>170,2</b>	<b>5,5</b>
	<b>Полдник</b>													
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>1046,0</b>	<b>33,1</b>	<b>34,3</b>	<b>159,9</b>	<b>0,6</b>	<b>77,1</b>	<b>7,9</b>	<b>13,2</b>	<b>281,0</b>	<b>572,8</b>	<b>224,5</b>	<b>9,8</b>

		День 6													
		Обед													
№155	Суп с клецками	250	156,0	5,4	4,8	21,9	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2	
№159/1	Зраза рубленая	80	153,0	18,7	19,3	8,4	0,1	25,2	0,0	1,5	15,3	91,6	17,9	0,9	
№309	Макаронные изделия	180	240,6	5,9	6,0	41,8	1,0	0,0	0,0	24,3	27,3	47,0	21,4	1,1	
№585	Компот или напиток из брусники (клюквы)	200	97,0	0,0	0,0	24,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8	
<b>Итого</b>			<b>740,6</b>	<b>33,2</b>	<b>30,5</b>	<b>116,2</b>	<b>1,4</b>	<b>39,9</b>	<b>3,7</b>	<b>29,1</b>	<b>137,3</b>	<b>316,8</b>	<b>107,2</b>	<b>5,6</b>	
		<b>Полдник</b>													
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0	
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4	
<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>	
	<b>Всего</b>		<b>1074,6</b>	<b>37,7</b>	<b>35,0</b>	<b>174,3</b>	<b>1,5</b>	<b>50,5</b>	<b>8,9</b>	<b>32,7</b>	<b>305,6</b>	<b>482,8</b>	<b>161,5</b>	<b>9,6</b>	
		<b>День 7</b>													
		<b>Обед</b>													
№103 №162	Суп картофельный с макаронными или крупяными изделиями	250	187,0	8,4	9,8	21,5	0,3	14,9	1,5	3,9	36,0	100,1	39,1	2,9	
№390	Голубцы «ленивые»	100	246,0	12,8	13,9	4,5	0,1	11,0	0,1	2,4	30,3	93,4	17,1	0,6	
№312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1	
№348	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8	
<b>Итого</b>			<b>847,2</b>	<b>29,0</b>	<b>30,8</b>	<b>107,2</b>	<b>0,7</b>	<b>52,0</b>	<b>4,3</b>	<b>6,6</b>	<b>189,5</b>	<b>361,1</b>	<b>126,3</b>	<b>6,0</b>	
		<b>Полдник</b>													
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0	
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4	
<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>	
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>1181,2</b>	<b>33,5</b>	<b>35,3</b>	<b>165,3</b>	<b>0,8</b>	<b>62,6</b>	<b>9,5</b>	<b>10,2</b>	<b>357,8</b>	<b>527,1</b>	<b>180,6</b>	<b>10,0</b>	

<b>День 8</b>														
<b>Обед</b>														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	146,9	2,4	6,8	12,2	0,2	41,5	0,0	2,5	55,8	65,4	31,8	1,4
№295/1	Биточек из курицы	80	249,0	37,4	18,1	18,7	0,1	0,2	0,1	3,8	15,6	137,7	15,5	1,2
№304	Рис отварной рассыпчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5
№586	Компот или напиток из смородины	200	97,0	0,0	0,0	24,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>860,5</b>	<b>47,8</b>	<b>31,8</b>	<b>113,6</b>	<b>0,6</b>	<b>42,2</b>	<b>2,8</b>	<b>8,4</b>	<b>153,9</b>	<b>339,0</b>	<b>98,2</b>	<b>4,5</b>
<b>Полдник</b>														
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№349	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
№311	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
<b>Всего</b>			<b>1194,5</b>	<b>52,3</b>	<b>36,3</b>	<b>171,7</b>	<b>0,7</b>	<b>52,8</b>	<b>8,0</b>	<b>12,0</b>	<b>322,2</b>	<b>505,0</b>	<b>152,5</b>	<b>8,5</b>
<b>День 9</b>														
<b>Обед</b>														
№239	Суп картофельный с бобовыми	250	180,3	5,5	7,4	19,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
№394	Картофель, тушеный с птицей	250	325,8	22,7	19,5	36,3	0,1	26,2	0,0	4,8	28,5	220,2	87,5	3,1
№591	Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	8,6	5,0	0,6	0,0	15,0	10,5	7,5	2,2
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>719,1</b>	<b>31,4</b>	<b>27,3</b>	<b>106,0</b>	<b>9,0</b>	<b>45,5</b>	<b>4,1</b>	<b>8,1</b>	<b>113,0</b>	<b>369,3</b>	<b>143,5</b>	<b>8,3</b>
<b>Полдник</b>														
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№376	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
№311	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4

<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
	<b>Всего</b>		<b>1053,1</b>	<b>35,9</b>	<b>31,8</b>	<b>164,1</b>	<b>9,1</b>	<b>56,1</b>	<b>9,3</b>	<b>11,7</b>	<b>281,3</b>	<b>535,3</b>	<b>197,8</b>	<b>12,3</b>
	<b>День 10</b>													
	<b>Обед</b>													
№129	Рассольник со сметаной	250	140,0	3,1	5,4	14,8	0,2	29,0	0,0	5,7	34,6	69,7	29,8	1,3
№234	Биточек рыбный	80	236,0	11,8	9,9	8,5	0,1	0,5	0,0	2,4	30,3	93,4	17,1	0,6
№312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1
№349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>790,2</b>	<b>22,7</b>	<b>22,2</b>	<b>104,5</b>	<b>0,6</b>	<b>55,6</b>	<b>2,7</b>	<b>8,4</b>	<b>188,1</b>	<b>330,7</b>	<b>117,0</b>	<b>4,4</b>
	<b>Полдник</b>													
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>1124,2</b>	<b>27,2</b>	<b>26,7</b>	<b>162,6</b>	<b>0,7</b>	<b>66,2</b>	<b>7,9</b>	<b>12,0</b>	<b>356,4</b>	<b>496,7</b>	<b>171,3</b>	<b>8,4</b>
	<b>День 11</b>													
	<b>Обед</b>													
№103 №162	Суп картофельный с макаронными или крупяными изделиями	250	187,0	8,4	9,8	21,5	0,3	14,9	1,5	3,9	36,0	100,1	39,1	2,9
№403	Плов с птицей	250	387,0	22,3	23,6	55,7	0,1	5,2	0,0	4,8	6,5	266,9	109,9	2,2
№342	Компот из яблок	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>784,0</b>	<b>34,2</b>	<b>33,8</b>	<b>115,7</b>	<b>0,5</b>	<b>20,6</b>	<b>4,2</b>	<b>8,7</b>	<b>103,2</b>	<b>448,1</b>	<b>180,8</b>	<b>6,5</b>
	<b>Полдник</b>													
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>1118,0</b>	<b>38,7</b>	<b>38,3</b>	<b>173,8</b>	<b>0,6</b>	<b>31,2</b>	<b>9,4</b>	<b>12,3</b>	<b>271,5</b>	<b>614,1</b>	<b>235,1</b>	<b>10,5</b>

День 12															
Обед															
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	135,0	3,0	5,8	17,6	0,3	38,8	0,0	3,8	40,5	52,8	24,5	1,2	
№87	Печень по-строгановски	100	190,0	14,6	10,8	7,9	0,3	26,1	6,1	3,1	91,7	251,2	18,1	5,4	
№46	Картофель отварной	180	193,0	4,2	3,9	23,2	0,1	0,0	0,0	18,1	27,3	40,0	16,3	0,6	
№348	Компот из кураги	200	129,0	1,0	0,0	33,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8	
<b>Итого</b>	<b>Полдник</b>		<b>741,0</b>	<b>26,0</b>	<b>20,9</b>	<b>101,0</b>	<b>0,8</b>	<b>65,4</b>	<b>8,8</b>	<b>25,0</b>	<b>220,2</b>	<b>425,1</b>	<b>90,7</b>	<b>8,6</b>	
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№349	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0	
№311	Фрукт	1 шт.	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4	
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>	
<b>День 13</b>															
<b>Обед</b>															
№237	Суп с клецками	250	156,0	5,4	4,8	21,9	0,3	15,2	1,5	3,5	36,0	100,1	39,1	3,2	
№295/1	Котлета или фрикадельки из курицы	80	249,0	37,4	18,1	18,7	0,1	0,2	0,1	3,8	15,6	137,7	15,5	1,2	
№304	Рис отварной расщипчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5	
№349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8	
<b>Итого</b>	<b>Полдник</b>		<b>912,6</b>	<b>51,4</b>	<b>29,8</b>	<b>133,9</b>	<b>0,7</b>	<b>15,9</b>	<b>4,3</b>	<b>9,4</b>	<b>134,1</b>	<b>373,7</b>	<b>105,5</b>	<b>6,3</b>	
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6	
№349	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0	
№311	Фрукт	1 шт.	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4	
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>1246,6</b>	<b>55,9</b>	<b>34,3</b>	<b>192,0</b>	<b>0,8</b>	<b>26,5</b>	<b>9,5</b>	<b>13,0</b>	<b>302,4</b>	<b>539,7</b>	<b>159,8</b>	<b>10,3</b>	

<b>День 14</b>														
<b>Обед</b>														
№88	Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	146,9	2,4	6,8	12,2	0,2	41,5	0,0	2,5	55,8	65,4	31,8	1,4
№220	Чахобили из птицы	80	198,0	12,4	13,6	4,4	0,1	11,1	0,1	2,4	31,2	129,9	21,7	1,4
№302	Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	0,1	0,0	0,0	13,5	12,9	142,0	94,8	4,3
№646	Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>835,9</b>	<b>27,7</b>	<b>28,4</b>	<b>113,0</b>	<b>0,5</b>	<b>53,1</b>	<b>2,8</b>	<b>18,4</b>	<b>160,6</b>	<b>418,4</b>	<b>180,1</b>	<b>8,5</b>
<b>Полдник</b>														
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	кулинарное													
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
			<b>1169,9</b>	<b>32,2</b>	<b>32,9</b>	<b>171,1</b>	<b>0,6</b>	<b>63,7</b>	<b>8,0</b>	<b>22,0</b>	<b>328,9</b>	<b>584,4</b>	<b>234,4</b>	<b>12,5</b>
<b>День 15 Обед</b>														
№239	Суп картофельный с бобовыми	250	167,0	4,5	5,9	15,8	0,2	14,2	1,0	3,3	34,0	97,1	36,1	2,2
№163	Котлета «Здоровье»	80	196,0	15,9	13,9	8,9	0,1	0,0	0,0	1,5	10,9	89,7	18,1	0,9
№309	Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	1,0	0,0	0,0	24,3	27,3	47,0	21,4	1,1
№348	Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>824,6</b>	<b>29,7</b>	<b>26,2</b>	<b>118,6</b>	<b>1,4</b>	<b>14,7</b>	<b>3,7</b>	<b>29,1</b>	<b>132,9</b>	<b>314,9</b>	<b>107,4</b>	<b>5,6</b>
<b>Полдник</b>														
№342 №349 №376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	кулинарное													
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
			<b>1158,6</b>	<b>34,2</b>	<b>30,7</b>	<b>176,7</b>	<b>1,5</b>	<b>25,3</b>	<b>8,9</b>	<b>32,7</b>	<b>301,2</b>	<b>480,9</b>	<b>161,7</b>	<b>9,6</b>



		<b>День 16 Обед</b>																			
№129	Рассольник со сметаной	250	140,0	3,1	5,4	14,8	0,2	29,0	0,0	5,7	34,6	69,7	29,8	1,3							
№332	Тедрегли рыбные	125	126,4	18,4	14,9	9,2	0,1	2,8	0,0	1,4	29,4	97,5	19,5	0,8							
№312	Картофельное пюре	180	180,2	4,0	6,7	26,5	0,2	25,6	0,0	0,3	62,5	86,5	38,3	1,1							
№591	Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	8,6	5,0	0,6	0,0	15,0	10,5	7,5	2,2							
№2	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8							
<b>Итого</b>	<b>Подник</b>		<b>659,6</b>	<b>28,7</b>	<b>27,4</b>	<b>100,4</b>	<b>9,2</b>	<b>62,5</b>	<b>3,1</b>	<b>7,4</b>	<b>177,0</b>	<b>305,7</b>	<b>107,5</b>	<b>6,2</b>							
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6							
№349	№376	№311	Издение кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	25,2							
	Кулинарное																				
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4							
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>							
	<b>День 17 Обед</b>		<b>993,6</b>	<b>33,2</b>	<b>31,9</b>	<b>158,5</b>	<b>9,3</b>	<b>73,1</b>	<b>8,3</b>	<b>11,0</b>	<b>345,3</b>	<b>471,7</b>	<b>161,8</b>	<b>10,2</b>							
№103	№162	Суп картофельный с макаронными или крупляными изделиями	250	187,0	8,4	9,8	21,5	0,3	14,9	1,5	3,9	36,0	100,1	39,1	2,9						
№295/1	№304	Котлета куриная	80	249,0	37,4	18,1	0,1	0,2	0,1	3,8	15,6	137,7	15,5	1,2							
	Рис отварной рассыпчатый или припущенный (с овощами или томатом)	180	273,6	4,8	6,5	38,6	0,2	0,0	0,0	2,1	21,8	54,8	19,1	0,5							
№585	№2	Компот или напиток из брусники (клюквы)	200	97,0	0,0	24,8	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6							
	Хлеб пшенич и ржано-пшенич	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8							
<b>Итого</b>	<b>Подник</b>		<b>855,0</b>	<b>53,8</b>	<b>34,8</b>	<b>122,9</b>	<b>0,7</b>	<b>15,6</b>	<b>4,3</b>	<b>9,8</b>	<b>134,1</b>	<b>373,7</b>	<b>105,5</b>	<b>6,0</b>							
№342	№349	№376	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6					
№311	Издение кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0							
	Кулинарное																				
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4							
<b>Итого</b>	<b>Всего</b>		<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>							
	<b>Всего</b>		<b>1189,0</b>	<b>58,3</b>	<b>39,3</b>	<b>181,0</b>	<b>0,8</b>	<b>26,2</b>	<b>9,5</b>	<b>13,4</b>	<b>302,4</b>	<b>539,7</b>	<b>159,8</b>	<b>10,0</b>							

		<b>День 18 Обед</b>												
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	135,0	3,0	5,8	17,6	0,3	38,8	0,0	3,8	40,5	52,8	24,5	1,2
№403	Плов с птицей	250	387,0	22,3	23,6	55,7	0,1	5,2	0,0	4,8	6,5	266,9	109,9	2,2
№646	Компот из лимона	200	96,0	0,1	0,0	25,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшенич и ржано-пшенич	40	94,0	3,2	0,4	19,3	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
<b>Итого</b>			<b>712,0</b>	<b>28,6</b>	<b>29,8</b>	<b>117,8</b>	<b>0,5</b>	<b>44,5</b>	<b>2,7</b>	<b>8,6</b>	<b>107,7</b>	<b>400,8</b>	<b>166,2</b>	<b>4,8</b>
		<b>Полдник</b>												
№342	Фруктовый или ягодный нектар или напиток, компот из свежих или сухих ягод (фруктов), или чай с сахаром	200	116,0	0,3	0,0	19,2	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№349	№376													
№311	Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	0,1	0,0	5,0	3,0	126,0	126,0	25,2	1,0
	Фрукт	1 шт	47,0	0,2	0,3	9,8	0,0	10,2	0,0	0,6	17,1	0,4	9,7	2,4
<b>Итого</b>			<b>334,0</b>	<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>58,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,6</b>	<b>5,2</b>	<b>3,6</b>	<b>168,3</b>	<b>166,0</b>	<b>54,3</b>	<b>4,0</b>
	<b>Всего</b>		<b>1046,0</b>	<b>33,1</b>	<b>34,3</b>	<b>175,9</b>	<b>0,6</b>	<b>55,1</b>	<b>7,9</b>	<b>12,2</b>	<b>276,0</b>	<b>566,8</b>	<b>220,5</b>	<b>8,8</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 2241331179433258965477892812032749152869128149

Владелец Ястребов Андрей Юрьевич

Действителен с 18.10.2022 по 18.10.2023