

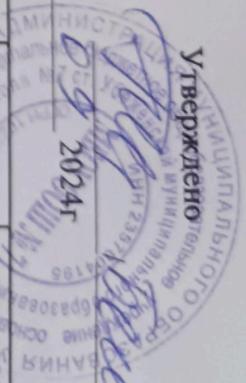




Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

" 2 " 09 2024г



Иванченко С.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углевода	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1 День 1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	14(2017)
	Сыр Российский(порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15(2017)
	Горошек консервир. со сливочным маслом	60,0	1,70	0,10	3,50	22,10	131(2017)
	Омлет натуральный со сливочным маслом	150	12,70	18,00	3,30	225,50	210(2017)
	Какао с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
Завтрак	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>515,00</b>	<b>20,42</b>	<b>30,06</b>	<b>75,84</b>	<b>645,64</b>	
	Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71(2017)
	Суп крестьянский с крупой	200	1,19	3,93	4,87	61,00	98(2017)
	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	50 150	18,84	21,01	17,72	270,52	258(2017)
Обед	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,10	0,22	9,00	38,00	ПК
	Печенье топленное молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	ПК
	<b>Итого за обед</b>	<b>735</b>	<b>24,49</b>	<b>30,87</b>	<b>98,05</b>	<b>698,95</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1250,00</b>	<b>44,91</b>	<b>60,93</b>	<b>173,89</b>	<b>1344,59</b>		



Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

" 2 "

Утверждено  
 09.2024г. ОШ № 7  
 Директор

Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1	блюда	блюда					
День 2							
Завтрак	Нарезка из свежих помидор Котлеты рубленные из птицы с соусом сметанным Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржаной Печенье топленное молочко	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
		90	16,22	5,34	13,88	173,91	294(2017) 330(2017)
		20					
		150	4,00	4,24	24,56	152,41	303,174(2017)
		5,0					
		200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК
		20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
		25	0,83	5,22	19,44	135,60	ПК
		590,00	25,13	16,67	97,06	642,14	
Итого за завтрак	Нарезка из свежего огурца Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной Гуляш из говядины Каша гречневая рассыпчатая со сливочн. маслом Сок яблочный промышленный Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржаной	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
		200	1,41	3,96	6,31	71,80	88(2017)
		10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
		50					
		50	14,55	16,79	2,89	221,00	260(2017)
		150	8,59	6,09	38,64	243,77	302(2017)
		5,4					
		200	1,00	0,00	20,20	84,80	389(2017)
		20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Итого за обед		765,4	28,195	28,3	90,35	725,84	
		1355,40	53,33	44,97	187,41	1367,98	
Итого за день							



Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

" 2 " 09 2024г



Прием пищи	Наименование	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1	блюда						
День 3	Нарезка из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	0,05	36,24	45(2017)
		100	22,52	11,18	45,57	229,96	291(2017)
		150					
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	13,76	55,13	375,376 (2017)
		15					
		20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
		40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
Итого за завтрак	Нарезка из свежих помидор	605,00	25,71	13,53	112,38	536,37	
		60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
		200	4,39	4,22	13,23	118,60	102(2017)
		150					
		5,0	3,35	3,63	22,00	132,39	303(2017)
Обед	Печень по-строгановски со сметанным соусом	100	19,89	16,85	5,28	277,50	255 (2017)
		50					352 (2017)
		200	0,11	0,12	25,09	119,20	352(2017)
		40	2,20	0,36	24,00	96,04	ПК
		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Итого за обед		825,00	31,60	25,52	100,88	794,93	
		1430,00	57,31	39,05	213,26	1331,30	
Итого за день							

Итого за день



Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

Утверждено:

" 2 " 2024г



В.И.Корова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Кукуруза отварная Рыба запеченная под молочным соусом(скупмбрия) Картофельное пюре со слив. маслом Чай с лимоном Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржаной Яблоко свежее	60,0	1,20	0,20	6,10	31,30	133(2017)
		70	7,03	10,44	8,70	156,60	233(2017)
		20					328(2017)
		150	3,08	2,33	19,13	109,73	128(2017)
		7,5					
		200	0,11	0,00	13,96	56,23	377(2017)
		7					
		20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
		150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
<b>Итого за завтрак</b>		<b>704,50</b>	<b>14,12</b>	<b>13,97</b>	<b>83,59</b>	<b>510,38</b>	
Обед	Икра кабачковая промышленная Борщ с картофелем со сметаной Шницель натуральный рубленый с соусом сметанным с томатом Макаронные изделия отварные со сливочным маслом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный йодированный Хлеб ржаной	60	0,00	4,20	4,20	54,00	ПК
		200	1,62	4,01	10,75	93,60	83(2017)
		10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
		100					268(2017)
		30	13,62	16,28	14,89	263,25	331(2017)
		150					203(2017)
		7,5	5,40	4,90	32,80	196,80	203(2017)
		200	0,66	0,09	32,01	132,80	349(2017)
		20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
<b>Итого за обед</b>		<b>797,50</b>	<b>23,53</b>	<b>30,88</b>	<b>115,82</b>	<b>837,72</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1502,00</b>	<b>37,65</b>	<b>44,85</b>	<b>199,41</b>	<b>1348,10</b>	



Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

Утверждено

" 09 " 2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1 День 5	Икра свекольная	60	1,32	4,20	9,04	71,40	75(2017)
	Бефстроганов	50	13,68	20,79	4,61	261,00	250(2017)
		40					
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203(2017)
	Чай с сахаром	7,5	0,10	0,00	13,76	55,13	375,376 (2017)
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	200	0,10	0,00			
	Хлеб ржаной	15	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
Итого за завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
		562,50	22,60	30,29	81,21	670,35	
	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80	96(2017)
	Птица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	288(2017)
	Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	143(2017)
	Груши свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
	Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	
Итого за обед		870,00	37,17	13,91	112,11	697,87	
Итого за день		1432,50	59,77	44,20	193,32	1368,22	



Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

Утверждено  
 2 " 09 2024г  
 [Подпись]

Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Блюда	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	14(2017)	
		Сыр Российский (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15(2017)	
		Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	209(2017)	
		Каша жид. молоч. манная со слив. маслом	150	3,98	4,28	18,98	130,73	181(2017)	
			15						
		Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК	
		Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	2,10	18,00	72,00	ПК	
		Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)	
		<b>Итого за завтрак</b>		<b>605,00</b>	<b>14,75</b>	<b>22,54</b>	<b>68,02</b>	<b>512,83</b>	
		Обед	Блюда	Икра кабачковая промышленная	60	0,00	4,20	4,20	54,00
Суп из овощей со сметаной	200			1,27	3,99	7,32	76,20	99(2017)	
Суфле из кур или бройлеров-цыплят с маслом сливочным	90			0,13	1,00	0,17	11,25	ПК	
	9			14,06	21,15	2,59	257,40	299(2017)	
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	150			5,40	4,90	32,80	196,80	203(2017)	
Компот из свежих яблок	7,5								
	200			0,16	0,16	27,88	114,60	342(2017)	
Хлеб пшеничный йодированный	20			1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
Хлеб ржаной	20			1,00	0,22	9,00	38,00	ПК	
Яблоко свежее	150			0,60	0,60	14,70	70,50		
<b>Итого за обед</b>		<b>916,5</b>	<b>23,715</b>	<b>36,4</b>	<b>110,66</b>	<b>866,77</b>			
<b>Итого за день</b>		<b>1521,50</b>	<b>38,47</b>	<b>58,94</b>	<b>178,68</b>	<b>1379,60</b>			



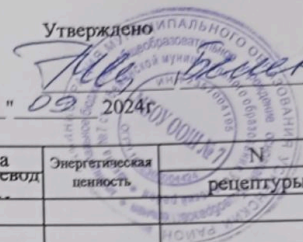
Сезон: лето-осень

Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

Утверждено

" 2 " 09 2024г



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 7</b>							
Завтрак	Нарезка из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	0,05	36,24	45(2017)
	Тефтеля из говядины с соусом сметанным с томатом	90	8,13	9,01	10,72	157,00	278(2017)
		20					331(2017)
	Картофельное пюре со слив. маслом	150	3,08	2,33	19,13	109,73	128(2017)
	Чай с лимоном	200	0,11	0,00	13,96	56,23	377(2017)
		7					
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>614,50</b>	<b>14,41</b>	<b>13,69</b>	<b>96,86</b>	<b>574,24</b>	
Обед	Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200	1,44	3,94	8,75	83,00	82 (2017)
		10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
	Плов из курицы	100	22,52	11,18	45,57	229,96	291(2017)
		150					
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	388(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	ПК	
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)	
<b>Итого за обед</b>		<b>970,00</b>	<b>29,59</b>	<b>19,16</b>	<b>150,99</b>	<b>761,53</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1584,50</b>	<b>44,00</b>	<b>32,85</b>	<b>247,85</b>	<b>1335,77</b>	

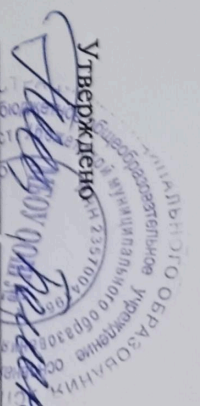


Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

" 8 " 09 2024г

Утверждено



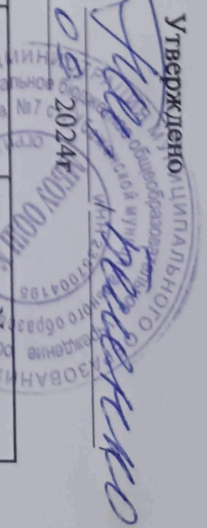
Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	рецептуры		
			Белки	Жиры				
Завтрак	Блюда	Блюда						
		Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
	Мясо тушеное(говядина)		50	13,68	15,64	2,30	202,50	256(2017)
			40					
	Каша ячневая вязкая со сливочным маслом		150	3,35	3,63	22,00	132,39	303(2017)
			5,0					
	Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК	
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>585,00</b>	<b>21,31</b>	<b>21,14</b>	<b>95,48</b>	<b>644,13</b>		
Обед	Нарезка из свежего огурца		60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
		Суп картофельный макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60	103(2017)
	Шницель рыбный натуральный	105	13,21	14,64	8,72	219,54	235(2017)	
	Картофельное пюре со слив. маслом		150	3,00	0,60	23,70	112,20	128(2017)
			7,5					
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	349(2017)	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК	
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)	
	<b>Итого за обед</b>		<b>912,50</b>	<b>22,14</b>	<b>18,66</b>	<b>115,23</b>	<b>722,86</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1497,50</b>	<b>43,45</b>	<b>39,80</b>	<b>210,71</b>	<b>1366,99</b>		



Сезон: лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

" 2 " 2024г



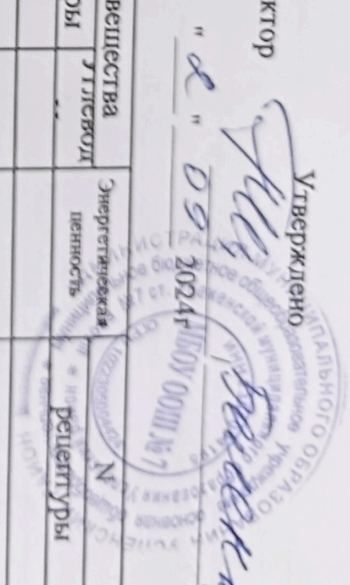
Прием пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевода	Энергетическая ценность	рецептуры	
Неделя 2	блюда	блюда						
		День 9						
		Птица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	288(2017)
		Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	143(2017)
		Чай с лимоном	200	0,11	0,00	13,96	56,23	377(2017)
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	ПК	
	Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	ПК	
	Итого за завтрак	537,00	35,42	10,81	85,49	555,39		
Обед	Икра свекольная	60	1,32	4,20	9,04	71,40	75(2017)	
	Суп картофельный с бобовыми(фасолью)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102(2017)	
	Котлеты особые (из говядины) с соусом сметанным с томатом	90	12,41	16,08	12,93	247,50	269(2017)	
		30					331(2017)	
	Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150	3,48	3,53	20,64	128,11	303(2017)	
		5,0						
	Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389(2017)	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК	
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)	
Итого за обед	925,00	25,30	29,03	111,74	806,93			
Итого за день	1462,00	60,72	39,84	197,23	1362,32			



Сезон: Лето-осень  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Директор

Утверждено



Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2	Блюда	блюда						
		День 10						
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,00	14(2017)	
	Сыр Российский(порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15(2017)	
	Пудинг из творога (запечённый) со стущеным молоком	150	22,27	15,40	0,66	392,44	222(2017)	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	13,76	55,13	375,376 (2017)	
	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
	Яблоко свежее	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)	
	Итого за завтрак		570,00	26,43	22,76	41,19	635,09	
	Обед	Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71(2017)
		Борщ с фасолью картофелем со сметаной	200	2,85	4,09	11,33	102,20	84(2017)
со сметаной		10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК	
Гуляш из говядины		50	14,55	16,79	2,89	221,00	260(2017)	
Гуляш из говядины		50	14,55	16,79	2,89	221,00	260(2017)	
Каша гречневая рассыпчатая со сливочн. маслом		150	8,59	6,09	38,64	243,77	302(2017)	
Каша гречневая рассыпчатая со сливочн. маслом		5,4	8,59	6,09	38,64	243,77	302(2017)	
Компот из свежих яблок		200	0,16	0,16	27,88	114,60	342(2017)	
Хлеб пшеничный йодированный		20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК	
Хлеб ржаной		20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК	
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК		
Итого за обед		805,40	29,24	28,65	136,19	921,06		
Итого за день		1375,40	55,67	51,41	177,38	1556,15		
Среднее значение за период:		1441,08	49,53	45,68	197,91	1376,10		



Норма по СанПин	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Завтрак	500	77,00	79,00	335,00	2350,00
Итого за день по СанПин		19,25	19,75	83,75	587,50
завтрак 25 %					
<b>Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)</b>	<b>534,35</b>	<b>22,03</b>	<b>19,55</b>	<b>83,71</b>	<b>592,66</b>
Обед:					
Итого за день по СанПин	700	77,00	79,00	335,00	2350
обед 35 %		26,95	27,65	117,25	822,50
<b>Фактически обед (СРЕДНЕЕ)</b>	<b>852,23</b>	<b>27,50</b>	<b>26,14</b>	<b>114,20</b>	<b>783,45</b>
Всего за 10 дней ( по СанПин)	1200	46,20	47,40	201,00	1410,00
<b>Фактически завтрак и обед (СРЕДНЕЕ)</b>	<b>1386,58</b>	<b>49,53</b>	<b>45,68</b>	<b>197,91</b>	<b>1376,10</b>