

Утверждено

Председатель Правления ПО «Эгра»

В.В. Коновалова



Согласовано:

Директор Зуринская СОШ

А.И. Фирков



Примерное циклическое меню для детей с ОВЗ

МБОУ Зуринская СОШ

01.02.2023

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витаминь С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|---------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| 120/11 | Суп молочный с вермишелью | 250 | 4,4 | 4,75 | 18 | 150 | 0,83 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон "Особый" | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Яйцо отварное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| ПР | Бананы | 150 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| | | | | | | | |
| | Итого: | | 10,43 | 11,33 | 60,46 | 501 | 10,86 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|-----------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 2,1 |
| 95/11 | Рассольник "Домашний" | 200/5 | 1,67 | 4,07 | 10,15 | 92 | 10,5 |
| 303/11 | Каша пшеничная вязкая | 180 | 3,89 | 5,08 | 24,98 | 160,8 | 0 |
| 288/11 | Птица отварная | 90/5 | 21,05 | 20,95 | 0,39 | 274,5 | 2,12 |
| 156/08 | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | 2,8 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | | | | | | | |
| | Итого обед: | | 31,57 | 30,87 | 93,63 | 761,3 | 17,91 |
| | Итого завтрак, обед: | | 42 | 42,2 | 154,09 | 1262,3 | 28,77 |

Технолог Степан /А.Н.Прозорова/

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|---------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| 120/11 | Суп молочный с вермишелью | 300 | 6,6 | 7,13 | 27 | 225 | 1,25 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон "Особый" | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Яйцо отварное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| ПР | Бананы | 200 | 2 | 0,67 | 28 | 128 | 13,3 |
| | | | | | | | |
| | Итого: | | 10,93 | 13,88 | 76,46 | 608 | 14,58 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-118 лет

| | | | | | | | |
|--------|-----------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 2,1 |
| 95/11 | Рассольник "Домашний" | 200/5 | 1,67 | 4,07 | 10,15 | 92 | 10,5 |
| 303/11 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 4,32 | 5,64 | 27,76 | 178,67 | 0 |
| 288/11 | Птица отварная | 100/5 | 23,27 | 23,16 | 0,43 | 303,4 | 2,34 |
| 156/08 | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | 2,8 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | | | | | | | |
| | Итого обед: | | 34,22 | 33,64 | 96,45 | 808,07 | 18,13 |
| | Итого завтрак, обед: | | 45,15 | 47,52 | 172,91 | 1416,07 | 32,71 |

Технолог А.Н.Прозорова /А.Н.Прозорова/

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|---|---|----------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 123/08 | Каша ячневая молочная вязкая | 180/10 | 6,13 | 7,58 | 33,67 | 216,46 | 0,78 |
| 146/08 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,02 | 60 | 2,9 |
| ПР | Батон "Особый" | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 132 | 0 |
| ПР | Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 9,8 | 14,7 | 10 |
| Итого: | | | 9,06 | 19,71 | 61,72 | 489,16 | 13,68 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (помидор) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 | 15 |
| 40/08 | Борщ с фасолью | 200/5 | 3,1 | 4,3 | 13,4 | 105 | 14,8 |
| 321/11 | Капуста тушеная | 180 | 3,6 | 6,6 | 9,5 | 139,2 | 30,72 |
| 373/18 | Котлеты "Нежные" | 90 | 17 | 11,8 | 6,5 | 201 | 1,4 |
| 291/Удм | Из яблок и черноплодной рябины | 200 | 0,38 | 0,12 | 18,89 | 78 | 5 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого обед: | | | 29,18 | 23,65 | 83,34 | 671,2 | 67,31 |
| Итого завтрак, обед: | | | 38,24 | 43,36 | 145,06 | 1160,36 | 80,99 |

Технолог А.Н.Прозорова /А.Н.Прозорова/

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С |
|---|--------------------------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет | | | | | | | |
| 123/08 | Каша ячневая молочная вязкая | 200/10 | 6,78 | 8,37 | 37,22 | 239,24 | 0,86 |
| 146/08 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,02 | 60 | 2,9 |
| ПР | Батон "Особый" | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Масло сливочное | 20 | 0,2 | 14,4 | 0,2 | 132 | 0 |
| ПР | Яблоки | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 10 |
| | Итого: | | 11,84 | 25,03 | 78,2 | 657,24 | 13,76 |
| Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет | | | | | | | |
| 148/18 | Овощи в нарезке (помидор) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 | 15 |
| 40/08 | Борщ с фасолью | 250/5 | 3,86 | 5,35 | 16,67 | 130,61 | 18,41 |
| 321/11 | Капуста тушеная | 200 | 4 | 7,33 | 10,53 | 154,67 | 34,13 |
| 373/18 | Котлеты "Нежные" | 100 | 18,89 | 13,11 | 8,67 | 268 | 1,87 |
| 291/Удм | Из яблок и черноплодной рябины | 200 | 0,38 | 0,12 | 18,89 | 78 | 5 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | Итого обед: | | 32,23 | 26,74 | 89,81 | 779,28 | 74,8 |
| | Итого завтрак, обед: | | 44,07 | 51,77 | 168,01 | 1436,52 | 88,56 |

Технолог Степан /А.Н.Прозорова/

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витаминь |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|----------------------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| 119/08 | Каша "Дружба" вязкая | 180/10 | 5,53 | 10,1 | 30,3 | 235,7 | 0,87 |
| 376/11 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| ПР | Батон особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Повидло | 20 | 0,08 | 0 | 13 | 50 | 0,1 |
| ПР | Мандарины | 150 | 1,2 | 0,3 | 11,25 | 57 | 57 |
| | Итого: | | 10,21 | 12,48 | 73,53 | 489,7 | 59,3 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|--------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| 13/08 | Салат из св.капусты с морковью | 60 | 0,72 | 2,94 | 6,3 | 51 | 0 |
| 44/08 | Агырчи шыд | 200/5 | 6,32 | 6 | 13,2 | 121 | 21,1 |
| 76/08 | Котлета "Загадка" | 90/5 | 12,51 | 13,25 | 10,65 | 206,5 | 4,1 |
| 303/11 | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,5 | 6 | 24,6 | 187,2 | 0 |
| 153/08 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 | 0,75 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | Итого обед: | | 30,09 | 28,9 | 118,92 | 823,7 | 26,34 |
| | Итого завтрак, обед: | | 40,3 | 41,38 | 192,45 | 1313,4 | 85,64 |

Технолог С.С.С. /А.Н.Прозорова/

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|----------|----------|--------------|-----------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|----------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 119/08 | Каша "Дружба" вязкая | 200/10 | 6,11 | 11,17 | 33,49 | 260,51 | 0,96 |
| 376/11 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| ПР | Батон особый | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Повидло | 20 | 0,08 | 0 | 13 | 50 | 0,1 |
| ПР | Мандарины | 200 | 0,16 | 0,4 | 15 | 76 | 76 |
| | Итого: | | 11,63 | 14,38 | 83,55 | 599,51 | 78,39 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|--------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 13/08 | Салат из св.капусты с морковью | 60 | 0,72 | 2,94 | 6,3 | 51 | 0 |
| 44/08 | Агырчи шыд | 250/5 | 7,86 | 7,46 | 16,42 | 150,51 | 26,25 |
| 76/08 | Котлета "Загадка" | 100/5 | 13,83 | 14,65 | 11,77 | 228,24 | 4,53 |
| 303/11 | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,5 | 6 | 24,6 | 187,2 | 0 |
| 153/08 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124 | 0,75 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | Итого обед: | | 32,95 | 31,76 | 123,26 | 874,95 | 31,92 |
| | Итого завтрак, обед: | | 44,58 | 46,14 | 206,81 | 1474,46 | 110,31 |

Технолог А.Н.Прозорова /А.Н.Прозорова/

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Целевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витаминь С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|----------|----------|--------------|-----------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|------------------------------|--------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| 182/11 | Каша пшенная молочная жидкая | 180/10 | 6,31 | 8,3 | 30,12 | 216,46 | 11,54 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Сыр Голландский | 15 | 3,95 | 4 | 0 | 52,5 | 0,11 |
| ПР | Груша свежая | 150 | 0,6 | 0,45 | 15,45 | 71 | 7,5 |
| Итого: | | | 12,81 | 13,5 | 63,65 | 465,96 | 19,18 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (перец болгарский) | 60 | 0,78 | 0,06 | 2,9 | 16 | 120 |
| 119/04 | Суп картофельный со взбитым яйцом | 200 | 2,64 | 2,56 | 13 | 86 | 16,1 |
| 311/11 | Макаронь отварные | 180 | 6,63 | 5,42 | 30,4 | 201,6 | 0 |
| 279/11 | Тефтели из говядины | 90/50 | 11,2 | 12,4 | 13,2 | 213 | 0,54 |
| 157/08 | Напиток апельсиновый | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96 | 13,2 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого обед: | | | 25,79 | 21,15 | 117,47 | 746,6 | 150,23 |
| Итого завтрак, обед: | | | 38,6 | 34,65 | 181,12 | 1212,56 | 169,41 |

Технолог Стрел /А.Н.Прозорова/

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Щевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|----------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|--------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 182/11 | Каша пшеничная молочная жидкая | 200/10 | 6,98 | 9,17 | 33,3 | 239,24 | 1,28 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Сыр Голландский | 15 | 3,95 | 4 | 0 | 52,5 | 0,11 |
| ПР | Груша свежая | 200 | 0,8 | 0,6 | 20,6 | 54 | 10 |
| | Итого: | | 13,68 | 14,52 | 71,98 | 471,74 | 11,42 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|------------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (перец болгарский) | 80 | 1,04 | 0,08 | 3,87 | 21,33 | 160 |
| 119/04 | Суп картофельный со взбитым яйцом | 250 | 3,3 | 3,2 | 16,25 | 107,5 | 20,13 |
| 311/11 | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,36 | 6,03 | 33,77 | 224 | 0 |
| 279/11 | Тефтели из говядины | 100/50 | 12 | 13,3 | 14,14 | 229 | 0,58 |
| 157/08 | Напиток апельсиновый | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96 | 13,2 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | Итого обед: | | 28,24 | 23,32 | 126 | 811,83 | 194,3 |
| | Итого завтрак, обед: | | 41,92 | 37,84 | 197,98 | 1283,57 | 205,72 |

Технолог Степан /А.Н.Прозорова/

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|------------------------------|--------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 182/11 | Каша рисовая молочная жидкая | 180/10 | 4,57 | 9,74 | 30,18 | 227,28 | 1,06 |
| 146/08 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,02 | 60 | 2,9 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,15 | 11 | 0,15 | 99 | 0 |
| ПР | Бананы | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| | Итого: | | 8,4 | 21,97 | 69,43 | 548,28 | 13,96 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|-------------------------------------|------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 2,1 |
| 46/08 | Суп картоф. с макаронными изделиями | 200 | 2,32 | 2 | 16,8 | 96 | 18,1 |
| 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 90/5 | 12,91 | 19,55 | 8,65 | 260,5 | 0 |
| 92/08 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 164 | 25,7 |
| ТТК | Компот из яблок,облепихи и чернопло | 200 | 0,39 | 0,89 | 18,39 | 83 | 33 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | Итого обед: | | 23,68 | 30,01 | 99,65 | 744,5 | 79,29 |
| | Итого завтрак, обед: | | 32,08 | 51,98 | 169,08 | 1292,78 | 93,25 |

Технолог Серж /А.Н.Прозорова/

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 182/11 | Каша рисовая молочная жидкая | 200/10 | 50,51 | 10,78 | 33,36 | 251,23 | 1,17 |
| 146/08 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,02 | 60 | 2,9 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,15 | 11 | 0,15 | 99 | 0 |
| ПР | Бананы | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 | 10 |
| | Итого: | | 54,34 | 23,01 | 72,61 | 572,23 | 14,07 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------|--------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 2,1 |
| 46/08 | Суп картоф. с макаронными изде | 250 | 2,9 | 2,5 | 21 | 120 | 22,63 |
| 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 100/5 | 14,27 | 21,61 | 9,56 | 287,92 | 0 |
| 92/08 | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 8,16 | 26,28 | 196,8 | 30,84 |
| ТК | Компот из яблок,облепихи и чер | 200 | 0,39 | 0,89 | 18,39 | 83 | 33 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| | Итого обед: | | 26,26 | 33,93 | 109,14 | 828,72 | 88,96 |
| | Итого завтрак, обед: | | 80,6 | 56,94 | 181,75 | 1400,95 | 103,03 |

Технолог Л.Прозорова /А.Н.Прозорова/

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

Итого за неделю

| Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витаминь |
|------------------|------------|------------|----------------|-------------|
| Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

| | | | | | |
|--|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|
| Возрастная категория с 7-12 лет (завтрак, обед) | 191,22 | 213,57 | 841,8 | 6241,4 | 458,06 |
|--|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

Итого за неделю

| Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины |
|------------------|------------|------------|----------------|-------------|
| Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

| | | | | | |
|---|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|
| Возрастная категория с 12-18 лет (завтрак, обед) | 256,32 | 240,21 | 927,46 | 7011,57 | 540,33 |
|---|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|--------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 182/11 | Каша пшеничная молочная жидкая | 180/10 | 6,31 | 8,3 | 30,12 | 216,46 | 1,06 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон Особый | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 132 | 0 |
| ПР | Мандарин | 200 | 1,6 | 0,4 | 15 | 76 | 76 |
| | Итого за завтрак: | | 11,89 | 20,98 | 66,43 | 616,46 | 77,09 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------|---------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (помидор) | 40 | 0,44 | 0,08 | 4,56 | 28 | 30 |
| 41/08 | Щи из свежей капусты | 200/5 | 1,6 | 3,44 | 8 | 70 | 28,2 |
| 347/18 | Котлеты "Школьные" (говядина, курица) | 90 | 11,8 | 8,9 | 10,2 | 168 | 0,6 |
| 309/11 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 25,33 | 168 | 0 |
| 158/08 | Напиток "Здоровье" | 200 | 0,1 | 0,1 | 23,9 | 90 | 22,68 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 65 | 0 |
| | Итого за обед: | | 23,9 | 17,75 | 104,76 | 659 | 81,87 |
| | Итого за завтрак и обед: | | 35,79 | 38,73 | 171,19 | 1275,46 | 158,96 |

Технолог С.С.С. /А.Н.Прозорова/

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|----------|----------|--------------|-----------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------------|--------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
| 182/11 | Каша пшеничная молочная жидкая | 200/10 | 6,98 | 9,17 | 33,29 | 360 | 1,17 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон Особый | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Масло сливочное(порциями) | 20 | 0,2 | 14,4 | 0,2 | 132 | 0 |
| ПР | Мандарин | 250 | 2 | 0,5 | 18,75 | 79,8 | 38 |
| Итого за завтрак: | | | 13,01 | 25,55 | 73,4 | 763,8 | 39,2 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|---------------------------------|-------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (помидор) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 | 15 |
| 41/08 | Щи из свежей капусты | 200/5 | 1,6 | 3,44 | 8 | 70 | 28,2 |
| 347/18 | Котлеты "Школьные" (говядина, кури) | 100 | 13,11 | 9,9 | 11,33 | 186,7 | 0,67 |
| 309/11 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,62 | 5,42 | 30,4 | 201,6 | 0 |
| 158/08 | Напиток "Здоровье" | 200 | 0,1 | 0,1 | 23,9 | 90 | 22,68 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого за обед: | | | 26,53 | 19,69 | 108,68 | 696,3 | 66,94 |
| Итого за завтрак и обед: | | | 39,54 | 45,24 | 182,08 | 1460,1 | 106,14 |

Технолог

Л.С.

/А.Н.Прозорова/

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|----------|----------|--------------|-----------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|-----------------------------|--------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 181/11 | Каша манная молочная жидкая | 180/10 | 5,23 | 7,58 | 26,16 | 188,8 | 1,25 |
| 146/08 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,02 | 60 | 2,9 |
| ПР | Батон Особый | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Повидло | 20 | 0,08 | 0 | 13 | 50 | 0,1 |
| ПР | Яблоки | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 20 |
| Итого за завтрак: | | | 10,17 | 9,84 | 79,94 | 524,8 | 24,25 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|----------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (огурец) | 30 | 0,21 | 0,03 | 0,57 | 3,5 | 1,05 |
| 47/08 | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,96 | 4,48 | 17,8 | 134 | 14,4 |
| 88/08 | Котлета рыбная "Нептун" (минтай) | 90 | 13,1 | 13,6 | 14 | 229 | 1,02 |
| 93/08 | Розовое пюре | 180 | 2,28 | 3,96 | 15,48 | 84 | 20,3 |
| 291/Удм | Из яблок и черноплодной рябины | 200 | 0,38 | 0,12 | 18,89 | 93,6 | 6 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого за обед: | | | 25,35 | 22,85 | 100,27 | 681,1 | 43,16 |
| Итого завтрак, обед: | | | 35,52 | 32,69 | 180,21 | 1205,9 | 67,41 |

Технолог Л.Куз

/А.Н.Прозорова/

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|-----------------------------|--------|--------------|-------------|---------------|------------|--------------|
| 181/11 | Каша манная молочная жидкая | 200/10 | 4,35 | 6,3 | 21,75 | 157 | 1,04 |
| 146/08 | Чай с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,02 | 60 | 2,9 |
| ПР | Батон Особый | 50 | 3,76 | 1,46 | 6,16 | 132 | 0 |
| ПР | Повидло | 20 | 0,08 | 0 | 13 | 50 | 0,1 |
| ПР | Яблоки | 250 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 240 | 25 |
| Итого за завтрак: | | | 12,24 | 9,01 | 108,43 | 639 | 29,04 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|----------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 2,1 |
| 47/08 | Суп картофельный с горохом | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,25 | 167,5 | 18 |
| 88/08 | Котлета рыбная "Нептун" (минтай) | 100 | 16,38 | 15,11 | 15,56 | 254,44 | 1,28 |
| 93/08 | Розовое пюре | 200 | 2,53 | 4,44 | 17,2 | 112 | 27,07 |
| 291/Удм | Из яблок и черноплодной рябины | 200 | 0,38 | 0,12 | 18,89 | 78 | 5 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого за обед: | | | 30,33 | 25,99 | 108,57 | 755,94 | 53,84 |
| Итого завтрак, обед: | | | 42,57 | 35 | 217 | 1394,94 | 82,88 |

Технолог 

/А.Н.Прозорова/

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 173/11 | Каша из хлопьев "Геркулес" молочная вязкая | 180/10 | 7,52 | 11,87 | 34,04 | 274,18 | 0,87 |
| 376/11 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Сыр Голландский | 15 | 2,63 | 2,66 | 0 | 35 | 0,07 |
| ПР | Яблоки | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 15 |
| Итого за завтрак: | | | 14,15 | 17,21 | 67,72 | 526,68 | 17,27 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (перец болгарский) | 30 | 0,4 | 0,03 | 1,47 | 8 | 60 |
| 46/08 | Суп картоф. с макаронными изделиями | 200 | 2,32 | 2 | 16,8 | 96 | 18,1 |
| 75/08 | Котлета "Детская" (говядина) | 90 | 12,9 | 9,5 | 11,8 | 178 | 0,9 |
| 303/11 | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,4 | 6,12 | 26,28 | 181,2 | 0 |
| 156/08 | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | 2,8 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| Итого за обед: | | | 25,54 | 18,31 | 114,08 | 693,2 | 82,19 |
| Итого завтрак, обед: | | | 39,69 | 35,52 | 181,8 | 1219,88 | 99,46 |

Технолог А.Н.Прозорова /А.Н.Прозорова/

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|-------------------|--|--------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 173/11 | Каша из хлопьев "Геркулес" молочная вязкая | 200/10 | 8,31 | 13,12 | 37,63 | 303,04 | 0,96 |
| 376/11 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Сыр Голландский | 15 | 2,63 | 2,66 | 0 | 35 | 0,07 |
| ПР | Яблоки | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 20 |
| Итого за завтрак: | | | 15,14 | 18,66 | 76,21 | 579,04 | 22,36 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|--------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (перец болгарский) | 60 | 0,78 | 0,06 | 2,94 | 16 | 120 |
| 46/08 | Суп картоф. с макаронными изделиями | 250 | 2,9 | 2,5 | 21 | 120 | 22,63 |
| 75/08 | Котлета "Детская" (говядина) | 100 | 14,33 | 10,56 | 13,11 | 197,78 | 1 |
| 303/11 | Каша гречневая вязкая | 200 | 6 | 6,8 | 29,2 | 201,3 | 0 |
| 156/08 | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | 2,8 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| Итого за обед: | | | 28,53 | 20,58 | 123,98 | 765,08 | 146,82 |
| Итого завтрак, обед: | | | 43,67 | 39,24 | 200,19 | 1344,12 | 169,18 |

Технолог А.Н.Прозорова /А.Н.Прозорова/

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Т.8 | Каша пшеничная молочная жидкая | 180/10 | 4,09 | 5,41 | 19,96 | 121,46 | 1,18 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Масло сливочное (порциями) | 12 | 0,12 | 8,64 | 0,12 | 79,2 | 0 |
| ПР | Бананы | 150 | 2,25 | 0,75 | 21,5 | 144 | 10 |
| Итого за завтрак: | | | 8,41 | 15,55 | 59,66 | 470,66 | 11,21 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (помидор) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 | 15 |
| 39/08 | Борщ из свежей капусты | 200/5 | 1,6 | 3,44 | 8 | 70 | 19,9 |
| 372/18 | Биточки из птицы | 90/5 | 13,95 | 12,2 | 8,05 | 248 | 0,77 |
| ТТК | Рис с овощами | 150 | 2,86 | 4,73 | 27,3 | 183 | 2,63 |
| 157/08 | Напиток апельсиновый | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96 | 13,2 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого за обед: | | | 23,59 | 21,15 | 104,36 | 748 | 51,89 |
| Итого завтрак, обед: | | | 32 | 36,7 | 164,02 | 1218,66 | 63,1 |

Технолог С.С.С. /А.Н.Прозорова/

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Т.8 | Каша пшеничная молочная жидкая | 200/10 | 4,52 | 5,98 | 22,06 | 134,24 | 1,31 |
| 376/11 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,03 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Масло сливочное | 15 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 99 | 0 |
| ПР | Бананы | 200 | 3 | 1 | 42 | 192 | 10 |
| Итого за завтрак: | | | 9,62 | 18,53 | 82,29 | 551,24 | 11,34 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| 148/18 | Овощи в нарезке (помидор) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 | 15 |
| 39/08 | Борщ из свежей капусты | 250/5 | 1,99 | 4,28 | 9,95 | 87,08 | 24,75 |
| 372/18 | Биточки из птицы | 100/5 | 15,42 | 9,51 | 8,84 | 182,37 | 0,85 |
| ТГК | Рис с овощами | 200 | 3,81 | 6,31 | 36,4 | 217,33 | 3,51 |
| 157/08 | Напиток апельсиновый | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96 | 13,2 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| Итого за обед: | | | 26,4 | 20,88 | 116,2 | 733,78 | 57,7 |
| Итого завтрак, обед: | | | 36,02 | 39,41 | 198,49 | 1285,02 | 69,04 |

Технолог Сидорова /А.Н.Прозорова/

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|-------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| 119/08 | Каша "Дружба" молочная вязкая | 180/10 | 5,53 | 10,1 | 30,3 | 235,7 | 0,87 |
| 376/11 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Повидло | 20 | 0,08 | 0 | 13 | 50 | 0,05 |
| ПР | Груша | 150 | 0,6 | 0,45 | 15,45 | 70,5 | 7,5 |
| Итого за завтрак: | | | 9,61 | 12,63 | 77,73 | 503,2 | 9,75 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| 13/04 | Салат "Сезонный" | 60 | 0,6 | 3,05 | 4,5 | 48 | 12,7 |
| 96/11 | Рассольник Ленинградский | 200/5 | 1,61 | 4,07 | 9,58 | 86 | 6,7 |
| 87/08 | Суфле "рыбка золотая" (горбуша) | 90/5 | 13,05 | 17,75 | 14,05 | 268 | 1,5 |
| 312/11 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 164 | 25,7 |
| 491/18 | Компот из черной смородины | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 44 | 16,5 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| Итого за обед: | | | 23,08 | 32,43 | 94,26 | 747 | 63,49 |
| Итого завтрак, обед: | | | 32,69 | 45,06 | 171,99 | 1250,2 | 73,24 |

Технолог Л.Прозорова /А.Н.Прозорова/

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

| № реп. | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) | Витамины |
|-----------|-------------------|-----------------|------------------|------------|------------|----------------|-------------|
| | | | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | С (мг) |

Завтрак возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|--------------------------|-------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 119/08 | Каша "Дружба" молочная вязкая | 200/10 | 6,11 | 11,17 | 33,49 | 260,51 | 0,96 |
| 376/11 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81 | 1,33 |
| ПР | Батон Особый | 25 | 1,88 | 0,73 | 3,08 | 66 | 0 |
| ПР | Повидло | 30 | 0,12 | 0 | 19,5 | 75 | 0,15 |
| ПР | Груша | 200 | 0,8 | 0,6 | 20,6 | 94 | 10 |
| Итого за завтрак: | | | 10,43 | 13,85 | 92,57 | 576,51 | 12,44 |

Обед возрастная категория ОВЗ с 12-18 лет

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| 13/04 | Салат "Сезонный" | 60 | 0,6 | 3,05 | 4,5 | 48 | 12,7 |
| 96/11 | Рассольник Ленинградский | 250/5 | 20,03 | 5,06 | 11,92 | 106,98 | 8,33 |
| 87/08 | Суфле "рыбка золотая" (горбуша) | 100/5 | 14,36 | 19,62 | 15,47 | 296,21 | 1,66 |
| 312/11 | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 8,16 | 26,28 | 196,8 | 30,84 |
| 491/18 | Компот из черной смородины | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 44 | 16,5 |
| ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 37 | 2,07 | 0,41 | 18,28 | 64 | 0 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 31 | 2,35 | 0,25 | 15,25 | 73 | 0,39 |
| Итого за обед: | | | 43,45 | 36,65 | 102,4 | 828,99 | 70,42 |
| Итого завтрак, обед: | | | 53,88 | 50,5 | 194,97 | 1405,5 | 82,86 |

Технолог Л.С.Сидорова /А.Н.Прозорова/

Неделя: первая

Итого за неделю

Сезон: осень - зима

| | | | | ЭЦ | Витамины |
|--|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| | Б | Ж | У | (ккал) | С |
| | (г) | (г) | (г) | | (мг) |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Возрастная категория с 7-11 лет (завтрак, обед) | 175,69 | 188,7 | 869,21 | 6170,1 | 462,17 |

Неделя: первая

Итого за неделю

Сезон: осень - зима

| | | | | ЭЦ (ккал) | Витамины С (мг) |
|---|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------|
| | Б (г) | Ж (г) | У (г) | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Возрастная категория с 12-18 лет (завтрак, обед) | 215,68 | 209,39 | 992,73 | 6889,68 | 510,1 |