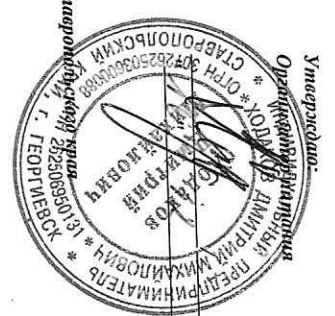


ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
 на зимне-весенний период 2024/2025 учебного года
 для обучающихся общеобразовательных организаций Георгиевского муниципального округа Ставропольского края
 в возрасте от 7 до 11 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг						Минералы, мг						№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe					
1 ДЕНЬ																			
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	200/5	3,60	3,95	15,71	138,60	0,07	0,20	0,31	0,91	158,83	23,07	137,47	0,25	Мозлиный М.П.2005-№121				
	Сыр «Российский» 50% (порциками)	25	4,64	5,90	0,00	72,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Мозлиный М.П.2005-№15				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122				
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дети приют 2005-377				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-124				
	Итого	502	13,93	10,39	54,81	387,00	0,16	0,29	0,99	3,85	322,75	50,11	274,61	2,02					
	Игра овощная	60	0,78	2,48	4,29	42,60	0,01	0,02	0,20	2,62	19,24	13,31	24,23	0,57	Мозлиный М.П.2012-№55				
	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	Мозлиный М.П.2005-№102				
	Консервы рыбные любительские	90/5	13,32	16,92	10,44	24,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Переватов А.Я. 2021-308				
	Каша рассыпчатая зрелая	150/5	7,52	6,28	40,73	229,60	0,21	0,12	2,48	0,00	14,82	135,83	203,93	4,56	Мозлиный М.П.2005-№302				
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,00	29,00	138,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Мозлиный М.П.2005-№342					
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124					
Итого	760	28,83	28,02	122,15	684,86	0,50	0,29	5,69	6,64	110,17	213,67	523,11	8,87						
Итого день	1262	42,76	38,41	176,96	1071,86	0,66	0,58	6,68	10,49	432,92	263,78	797,72	10,89						
2 ДЕНЬ																			
Прием пищи	Напиток овсяный блинд	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг						Минералы, мг						№ рецептура
	Каша из суп. бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	Мозлиный М.П.2005-№301				
	Макрорные изделия овсяные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Мозлиный М.П.2005-№203				
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Мозлиный М.П.2005-№349				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124				
	Итого	500	23,57	28,66	88,94	707,50	0,20	0,17	5,94	0,94	70,73	63,41	223,97	4,57	Мозлиный М.П.2005-№101				
	Суп картофельный с крупой пшеничной	200	1,60	2,18	16,74	93,00	0,08	0,05	0,85	6,60	18,44	20,00	50,04	0,70	Мозлиный М.П.2005-№279				
	Термиз 2-ой вариант	90	10,69	15,53	15,91	15,53	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	Мозлиный М.П.2005-№331				
	Сыр сметанный с помидом	30	0,54	1,57	2,29	25,50	0,01	0,01	0,07	0,40	8,77	4,74	8,81	0,12	Мозлиный М.П.2005-№310				
Картофель отварной	150	3,00	4,90	21,50	142,00	0,17	0,02	0,80	0,00	16,63	47,34	134,43	1,55	Мозлиный М.П.2005-№376					
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Переватов А.Я. 2012-№122					
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№124					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66						
Итого	735	19,62	24,72	94,54	677,53	0,44	0,26	5,20	8,02	114,54	116,80	395,69	5,81						
Итого день	1235	43,19	53,38	183,48	1385,63	0,64	0,43	11,14	8,96	183,27	180,21	619,66	10,38						

Присл. пицци	Наименование блюда	Выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
3 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Занекапка из творога со сгущенным молоком	150/15	31,50	12,60	49,50	435,00	0,08	0,39	0,78	0,36	220,95	33,30	315,45	1,04	Мозильный М.П.2005-№223	
	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Мозильный М.П.2005-№382	
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Мозильный М.П.2005-№338	
	Итого	515	36,06	15,80	101,44	689,80	0,22	0,64	1,35	121,95	441,17	80,63	486,01	2,12		
	Борщ с капустой и корнфелем	200/5	1,46	3,92	12,16	89,80	0,04	0,03	0,47	0,23	35,51	21,00	42,58	0,95	Мозильный М.П.2005-№82	
ОБЕД	Пюре из бобовых с маслом	90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	8,66	15,75	21,00	120,45	1,42	Мозильный М.П.2005-№295	
	Компот из лимона	150/5	13,20	7,50	43,05	292,50	0,51	0,11	1,36	18,16	7,95	27,75	86,59	4,96	Мозильный М.П.2005-№199	
	Хлеб пшеничный	200	0,08	0,09	27,08	108,6	0,02	0,01	0,08	12,9	23,52	6,5	11,5	0,24	Здобное А.И. — №864	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Итого	705	32,11	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124	
4 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Мозильный М.П.2005-№229	
	Пюре корнфелевое	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Мозильный М.П.2005-№312	
	Компот из свежих яблов	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Мозильный М.П.2005-№342	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124	
ОБЕД	Овощи отварные (морковь)	540	19,71	12,36	77,39	516,20	0,30	0,23	2,93	21,91	96,61	79,68	297,75	3,84	Здобное А.И. 2005 №700	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	60	0,43	1,14	1,18	14,58	0,04	0,02	0,24	5,25	11,15	15,90	19,73	0,18	Мозильный М.П.2005-№103	
	Пицца, тушеная в соусе сметанном 15%	200	2,12	2,22	19,38	106,00	0,09	0,05	0,94	6,60	19,68	21,60	53,32	0,86	Мозильный М.П.2005-№103	
	эсчиолости	90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Мозильный М.П.2005-№290/330	
	Каши рисовая пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237,00	0,12	0,05	0,70	0,00	24,04	34,22	158,97	2,69	Мозильный М.П.2005-№302	
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200/157	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Мозильный М.П.2005-№377	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124	
	Итого	802	33,29	31,76	105,09	831,60	0,34	0,26	5,77	9,44	123,36	95,29	390,75	6,58		
	Итого день	1342	53,00	44,12	182,48	1347,80	0,64	0,49	8,70	31,35	219,97	174,97	688,50	10,42		

Присл. пицци	Наименование блюда	Выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
4 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Мозильный М.П.2005-№229	
	Пюре корнфелевое	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Мозильный М.П.2005-№312	
	Компот из свежих яблов	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Мозильный М.П.2005-№342	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124	
ОБЕД	Овощи отварные (морковь)	540	19,71	12,36	77,39	516,20	0,30	0,23	2,93	21,91	96,61	79,68	297,75	3,84	Здобное А.И. 2005 №700	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	60	0,43	1,14	1,18	14,58	0,04	0,02	0,24	5,25	11,15	15,90	19,73	0,18	Мозильный М.П.2005-№103	
	Пицца, тушеная в соусе сметанном 15%	200	2,12	2,22	19,38	106,00	0,09	0,05	0,94	6,60	19,68	21,60	53,32	0,86	Мозильный М.П.2005-№103	
	эсчиолости	90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Мозильный М.П.2005-№290/330	
	Каши рисовая пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237,00	0,12	0,05	0,70	0,00	24,04	34,22	158,97	2,69	Мозильный М.П.2005-№302	
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200/157	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Мозильный М.П.2005-№377	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124	
	Итого	802	33,29	31,76	105,09	831,60	0,34	0,26	5,77	9,44	123,36	95,29	390,75	6,58		
	Итого день	1342	53,00	44,12	182,48	1347,80	0,64	0,49	8,70	31,35	219,97	174,97	688,50	10,42		

Присев пищи	Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг				Минераль, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	
5 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная из зреловой крупы	200/5	5,40	11,20	35,30	278,00	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	Мозгиловый М.П.2005-№183
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозгиловый М.П.2005-№376
	Нюхрт 2,5% жирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	2,05	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	прдм.
	Итого	575	12,77	17,70	86,00	649,00	2,13	0,06	1,54	0,03	16,34	33,97	100,75	1,73	
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	Мозгиловый М.П.2005-№102
	Каша из кукурузы, бройлер-курица с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	Мозгиловый М.П.2005-№301
ОБЕД	Макророльные изделия томатные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Мозгиловый М.П.2005-№203
	Кисель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,47	3,6	4,4	0,94	Мозгиловый М.П.2005-№352
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124
	Итого	695	27,75	32,94	116,12	871,50	0,34	0,23	6,78	6,91	93,60	91,65	323,55	5,71	
	Итого день	1270	40,52	50,64	202,12	1520,50	2,47	0,29	8,32	6,94	109,94	125,62	424,10	7,44	

Присев пищи	Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг				Минераль, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Ca	Mg	P	Fe	
6 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,08	0,06	0,40	0,00	16,00	9,00	46,00	2,20	Мозгиловый М.П.2005-№338
	Плюс из птицы	90/150	23,36	27,04	38,24	489,60	0,07	0,14	4,64	1,15	51,54	54,29	227,77	2,50	Мозгиловый М.П.2005-№291
	Чай с лимоном	200/157	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Мозгиловый М.П.2005-№377
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124
	Итого	612	29,45	27,98	87,14	710,00	0,23	0,24	5,69	123,98	99,46	85,03	335,91	6,32	
	Рассолиник Ленинградский (курица перловая)	200/5	1,68	4,08	16,40	109,00	0,08	0,05	0,86	6,03	21,16	20,72	57,00	0,78	Мозгиловый М.П.2005-№96
ОБЕД	Биточки рубленые из птицы	90/5	16,06	3,29	7,95	193	0,06	0,04	6,19	0	10,65	22,05	116,85	1,24	Мозгиловый М.П.2012-№306
	Каша пшеничная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	0,04	0,06	1,02	24,56	83,70	29,55	60,60	1,13	Мозгиловый М.П.2005-№321
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозгиловый М.П.2005-№376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124
	Итого	725	24,64	11,92	82,55	727,25	0,26	0,19	8,71	30,62	134,32	93,06	294,93	4,72	
	Итого день	1337	54,09	39,90	169,69	1437,25	0,49	0,43	14,40	154,60	233,78	178,09	630,84	11,04	

Присл. пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз., мг				Минералы, мг				№ рецептуры	
							В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe		
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная из мякини крупы Сыр «Российский» 50% жирности	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Мозгиловый М.П.2005-№81	
		15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Мозгиловый М.П.2005-№15	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122	
		200	3,58	2,68	28,34	151,8	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14	90	0,13	Мозгиловый М.П.2005-№379	
	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,08	0,06	0,40	120,00	16,00	9,00	46,00	2,20	Мозгиловый М.П.2005-№338	
		550	15,83	10,81	96,04	545,80	0,22	0,30	1,38	121,42	288,63	43,70	264,70	3,40		
	Итого	Овощи отварные (Свекла)	60	0,72	1,91	1,97	24,31	0,03	0,02	0,14	8,75	18,59	26,50	31,60	0,31	Здобнова А.И. 2005-№700
		Суп картофельный с крутой рисовой Голубцы ленивые	200	1,60	2,18	16,74	93,00	0,08	0,05	0,85	6,60	18,44	20,00	50,04	0,70	Мозгиловый М.П.2005-№101
	Итого	Сыр сметанный с помидом	90	3,60	5,10	20,33	141,50	0,09	0,06	0,70	6,29	50,25	34,50	97,93	1,71	Мозгиловый М.П. 2012-№298
		Сыр сметанный с зеленью	30	0,54	1,57	2,29	25,50	0,01	0,01	0,07	0,40	8,77	4,74	8,81	0,12	Мозгиловый М.П. 2012-№331
Итого	Каша рисовая с яблоком	150	7,52	6,28	40,73	279,60	0,21	0,12	2,48	0,00	14,82	135,83	203,93	4,56	Мозгиловый М.П.2005-№302	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Мозгиловый М.П.2005-№349	
Итого	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-№124	
Итого день		1270	17,03	15,67	125,01	738,60	0,47	0,29	4,85	13,69	141,80	220,37	433,81	9,60		
			32,86	26,48	221,05	1284,40	0,69	0,59	6,23	135,11	430,43	264,07	698,51	13,90		

Присл. пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз., мг				Минералы, мг				№ рецептуры	
							В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe		
ЗАВТРАК	Твердые 2-ой категории Сыр сметанный 15% жирности	90	10,69	15,53	15,91	245,63	0,1	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	Мозгиловый М.П.2005-№279	
		30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,01	0,01	0,07	0,01	8,19	1,58	8,81	0,06	Мозгиловый М.П.2012-№330	
	Макрорные изделия отварные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Мозгиловый М.П.2005-№203	
		200	0,08	0,09	27,08	108,6	0,02	0,01	0,08	12,9	23,52	6,5	11,5	0,24	Здобнова А.И. — 864	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122	
		20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124	
	Итого	Шт из свежей капусты с картофелем	525	21,18	23,96	104,45	712,86	0,27	0,22	4,38	13,90	106,16	72,48	257,11	4,54	Мозгиловый М.П.2005-№88
		Комплеты рыбные ленинградские	200/5	1,28	3,94	9,20	117,40	0,05	0,04	0,65	14,78	34,66	17,80	38,10	0,64	Перевалов А.Я. 2021-308
	Итого	Каша рассычатая пшеничная	90/5	13,32	16,92	10,44	246,60	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Мозгиловый М.П.2005-№302
		Чай с сахаром	150	6,58	5,06	41,29	237	0,12	0,05	0,7	0	24,04	34,22	158,97	2,69	Мозгиловый М.П.2005-№376
Итого	Хлеб пшеничный	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Перевалов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-№124	
Итого	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-№124	
	Итого день	715	24,97	26,46	99,03	772,40	0,32	0,19	3,62	15,08	100,46	97,06	404,25	5,56		
		1240	46,15	50,42	205,48	1485,26	0,59	0,41	8,00	28,98	206,62	169,54	661,36	10,10		

Присев пицци	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe		
9 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Яйцо варёное	1/40	5.1	4.6	0.3	63	0.19	0.18	0.61	1.45	22	32.93	94.4	1	Мозильный М.П. 2005-209	
	Чай с лимоном	200/157	2.00	0.00	16.00	65.00	0.00	0.00	0.03	2.83	14.22	2.44	4.44	0.36	Дети приют 2005-377	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.50	71.00	0.05	0.02	0.48	0.00	6.90	9.90	26.10	0.60	Переватов А.Я. 2012-122	
	Яйра свекольная	160	3.45	10.20	23.10	198.00	0.05	0.05	0.30	10.12	57.34	44.44	91.17	2.65	Мозильный М.П. 2005-75	
	Фрукты (яблоко)	1/100	0.40	0.40	9.80	44.00	0.08	0.06	0.40	120.00	16.00	9.00	46.00	2.20	Мозильный М.П. 2005-№338	
	Итого	552	9.87	5.30	40.60	243.00	0.32	0.26	1.52	124.28	59.12	54.27	170.94	4.16		
ОБЕД	Сыр-леница домашняя	200	1.77	4.05	9.54	81.8	0.04	0.01	0.33	0.4	15.76	8.36	23.44	0.47	Здобное А.И.-218 №1066	
	Птица отварная	90/5	19.26	17.1	1.26	235.8	0.03	0.12	4.32	0	35.1	18	128.7	1.62	Мозильный М.П. 2005-№288	
	Пюре из бобовых с маслом	150/5	13.20	7.50	43.05	292.50	0.51	0.11	1.36	18.16	7.95	27.75	86.59	4.96	Мозильный М.П. 2005-№199	
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.00	29.00	133.60	0.01	0.01	0.09	1.72	14.48	3.60	4.40	0.94	Мозильный М.П. 2005-№342	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.50	71.00	0.05	0.02	0.48	0.00	6.90	9.90	26.10	0.60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1.32	0.24	8.6	40.4	0.03	0.02	0.14	0	10.8	9.4	31.6	0.66	Переватов А.Я. 2012-№124	
Итого	700	38.08	29.19	105.95	855.10	0.67	0.29	6.72	20.28	90.99	77.01	300.83	9.25			
Итого день	1252	47.95	34.49	146.55	1098.10	0.99	0.55	8.24	144.56	150.11	131.28	471.77	13.41			

Присев пицци	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг						Минералы, мг			№ рецептуры
							В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe		
10 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Карпуста тушеная	150	3.11	4.01	20.10	253.85	0.04	0.06	1.02	24.56	83.70	29.55	60.60	1.13	Мозильный М.П. 2005-№321	
	Компота рубленая из брокколи-чилипат	90/5	13.68	20.34	13.32	291.60	0.09	0.12	4.23	0.66	15.75	21.00	120.45	1.42	Мозильный М.П. 2005-№295	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.08	0.00	21.82	87.60	0.00	0.01	0.13	0.40	31.82	6.00	15.40	1.25	Мозильный М.П. 2005-№349	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.50	71.00	0.05	0.02	0.48	0.00	6.90	9.90	26.10	0.60	Переватов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржанно-пшеничный	25	1.65	0.24	8.35	43.5	0.03	0.02	0.14	0	8.75	0	31.6	0.97	Переватов А.Я. 2012-124	
	Итого	500	20.89	24.89	78.09	747.55	0.21	0.23	6.00	25.62	146.92	66.45	254.15	5.37		
Среднее значение за 10 дней завтрак	537	20.33	17.79	81.49	590.87	0.43	0.26	3.17	55.79	164.79	62.97	266.59	3.81	Мозильный М.П. 2005-№108/109		
Суп картофельный с клецками	200	4.18	5.02	23.2	175.8	0.06	0.04	0.62	4.6	14.58	14.5	37.88	0.54	Мозильный М.П. 2005-№108/109		
ОБЕД	Рыба, тушеная в помидоре с овощами	90/50	12.74	6.72	6.72	238.60	0.07	0.07	0.86	2.03	27.45	29.03	149.06	0.63	Мозильный М.П. 2005-№229	
	Пюре картофельное	150	3.12	5.10	18.57	132.60	0.14	0.11	1.36	18.16	36.98	27.75	86.59	1.01	Мозильный М.П. 2005-№312	
	Чай с сахаром	200/15	0.10	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.02	0.03	1.11	1.44	2.78	0.31	Мозильный М.П. 2005-№376	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.50	71.00	0.05	0.02	0.48	0.00	6.90	9.90	26.10	0.60	Переватов А.Я. 2012-№122	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1.32	0.24	8.6	40.4	0.03	0.02	0.14	0	10.8	9.4	31.6	0.66	Переватов А.Я. 2012-№124	
	Итого	755	23.83	17.38	86.59	718.40	0.35	0.26	3.48	24.82	97.82	92.02	334.01	3.75		
Среднее значение за 10 дней обед	1255	44.72	42.27	164.68	1465.95	0.56	0.49	9.48	50.44	244.74	158.47	588.16	9.12			
Среднее значение за 10 дней	781	29.10	27.53	113.38	851.87	0.46	0.28	6.56	20.11	125.44	125.89	397.37	7.41			
Среднее значение за 10 дней	1317	49.35	45.32	194.92	1443.07	0.87	0.52	8.93	73.33	275.54	182.22	638.55	10.68			

Бюролик рецептуру бляд и круцинарных изданий дла питания детей. Дети приют Москва 2005 г. М.П.Мозильный

Бюролик рецептур бляд и круцинарных изданий дла питания детей. Дети приют Москва 2012 г. М.П.Мозильный

Бюролик рецептур бляд и круцинарных изданий дла ДОО и деп. оздоровительных учреждений Петрич 2012 г. А.Я.Переватов

Соотношение белков, жиров, углеводов 1:1:4

Безгичий интелек-технолог МКУ "Ресурсий центр"