

Утверждаю

Директор ГКОУ КК школы-интерната с.Воронцовка

С.В.Моряхина

01.09.2025



**Примерное цикличное
четырнадцатидневное меню для
воспитанников 12 лет и старше
в ГКОУ КК школе-интернате
с.Воронцовка**

Возрастная категория 12 лет и старше						
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность
неделя 1 день 1			Белки	Жиры	Углеводы	
1й Завтрак						
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,60	0,90	41,00	231,00
Какао с молоком	200	16,29	3,77	3,93	23,92	153,92
Яйцо вареное	40	5,45	12,70	11,50	0,70	62,80
Масло сливочное	15	7,60	0,15	10,80	0,15	99,30
Каша пшеничная молочная	250	17,46	8,82	8,78	76,67	313,17
Итого:	605	51,47	33,04	35,91	142,44	860,19
2й Завтрак						
Яблоко свежее	200	25,50	0,20	0,40	10,40	43,00
Итого:	200	25,50	0,20	0,40	10,40	43,00
ОБЕД						
Суп с крупой рисовый	250	12,63	2,34	2,80	12,78	146,40
Птица отварная	120	86,19	31,22	31,22	8,65	416,01
Макаронные изделия	180	14,20	6,62	6,34	42,38	253,30
Овощи натуральные (сезон)	100	8,24	1,20	0,07	2,60	14,00
Кисель фруктовый	200	6,16	0,15		38,71	155,43
Хлеб ржаной	120	5,81	8,76	1,10	38,80	226,80
Итого:	970	133,23	50,29	41,53	143,92	1211,94
полдник						
Сок фруктовый	200	34,61	2,00	0,20	5,80	36,00
Йогурт	170	18,25	3	2,3	4,85	57
Кондитерское изделие	40	5,00	3	0,45	21	30
Итого:	400	57,86	5,00	2,50	10,65	123,00
УЖИН						
Гуляш из говядины	100	96,41	18,06	20,18	5,63	230,21
Картофель отварной	180	13,82	3,77	8,45	32,65	218,74
Помидор сол с луком	100	21,42	1,10			18,00
Сыр	15	21,68	2,78	3,54		42,30
Чай	200	1,63	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,60	0,90	41,00	231,00
Итого:	695	159,63	33,38	33,08	94,59	801,87
2 ужин						
Ряженка	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50
Итого:	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50
Итого:	3070	442,60	127,51	119,80	410,18	3116,50

Возрастная категория 12 лет и старше						
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность
неделя 1 день 2			Белки	Жиры	Углеводы	
1й Завтрак						
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00
Чай сладкий	200	1,56	0,12	0,2	12,04	48,64
Масло сливочное	15	22,98	0,15	10,80	0,15	99,30
Сыр	15	16,00	2,78	3,54	0,01	42,30
Каша овсяная из геркулеса молочная	250	16,36	6,17	8,67	24,87	226,73
Итого:	580	62,50	16,82	24,11	78,07	647,97
2й Завтрак						
Молоко (инд упаковка)	200	24,57	5,59	6,38	9,38	117,31
Булочка	100	16,00	4,61	4,41	35,30	199,30
Итого:	300	40,57	10,2	10,79	44,68	316,61
ОБЕД						
Рассольник ленинградский	250	6,03	6,03	13,56	38,85	179,52
Рагу из птицы	250	21,72	21,72	25,12	3,84	325,68
Огурец с луком	100	0,85	0,85	5,08	3,31	14,00
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,56	1	27,89	113,79
Хлеб ржаной	120	8,76	8,76	1,10	38,80	226,80
Итого:	920	38	38	46	113	860
ПОЛДНИК						
Запеканка из творога	200	57,66	17,96	17,49	40,36	329,40
Повидло фруктовое	50	4,45	1,50	3,30	28,80	16,55
Сок фруктовый	200	6,81	1,00	0,10	2,90	18,00
Итого:	450	68,92	20,46	20,89	72,06	363,95
УЖИН						
Котлета мясная	120	112,91	21,95	27,97	26,00	440,82
Картофельное пюре	180	23,70	3,83	7,27	27,95	192,54
Плоды свежие (яблоко)	200	20,38	0,40	0,80	20,80	86,00
Йогурт	200	22,81	3,00	2,30	4,85	87,00
Чай	200	3,62	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00
Итого:	1000	189,02	36,85	39,25	135,91	1098,98
2 ужин						
Кефир	200	14,54	5,60	6,38	8,18	76,50
Итого:	200	14,5427	5,6	6,38	8,18	76,5
Итого:	3450	413	128	146	452	3364

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 1 день 3			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Кофейный напиток с молоком	200	15,19	2,79	3,19	19,71	118,69	286
Яйцо вареное	40	8,42	12,70	11,50	0,70	62,80	139
Сыр	15	16,00	2,78	3,54		42,30	366
Суп молочный с гречкой	300	15,64	7,40	9,09	27,93	222,81	52
Итого:	655	60,85	33,27	28,22	89,34	677,6	
2й Завтрак							
Плоды свежие (яблоки)	200	20,38	0,40	0,80	20,80	86,00	89
Итого:	200	20,38	0,40	0,80	20,80	86,00	
ОБЕД							
Свекольник	250	17,08	2,31	7,60	12,06	124,99	43
Бефстроганов из отв говядины	120	93,09	21,72	25,11	3,85	325,69	241
Макаронные изделия	180	34,59	6,62	6,34	42,38	253,30	227
Огурец свежий	100	7,33	0,84	5,06	5,30	88,00	37
Компот из сухофруктов	200	5,78	0,16		14,99	60,64	284
Хлеб ржаной	120	6,89	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	970	164,76	40,41	45,21	117,38	1079,42	
полдник							
Пряники	100	19,15	5,18	6,86	52,01	86,00	
Сок фруктовый	200	6,81	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Плоды свежие	200	26,36	0,40	0,80	20,80	86,00	89
Итого:	500	52,32	7,58	7,86	78,61	208	
УЖИН							
Биточки рыбные под соусом	140	84,23	14,31	4,73	12,27	149,25	№161
Картфельное пюре	180	23,70	3,83	7,27	27,95	192,54	284
Салат из капусты	100	11,57	1,20	0,07	2,60	14,00	№4/№7
Чай	200	4,24	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	720	129,35	27,01	12,98	99,13	648,41	
2 ужин							
Йогурт	200	13,62	4,60	9,70	174,00	13,62	
Итого:	200	13,62	4,6	9,7	174	13,62	
Итого:	3245	441,28	113,27	104,77	579,26	2713,05	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 1 день 4			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	4,03	7,60	0,90	41,00	231,00	
Чай	200	1,56	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Омлет натуральный	200	45,10	17,90	27,75	4,67	340,12	132
Икра кабачковая	100	12,28	1,20	8,90	10,70	119,00	
Йогурт	200	18,25	3,00	2,30	4,85	87,00	
Итого:	800	81,22	29,77	39,86	76,53	838,74	
2й Завтрак							
Плоды свежие (яблоки)	200	16,30	0,40	0,80	20,80	86,00	
Итого:	200	16,304	0,4	0,8	20,8	86	
ОБЕД							
Борщ с капустой	250	10,29	2,28	7,99	12,97	133,33	176
Плов из птицы	250	92,31	44,28	53,95	52,85	567,95	211
Овощи натуральные (сезон)	100	12,60	1,20	0,07	3,60	14,00	
Сок фруктовый	200	6,81	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Хлеб ржаной	120	6,89	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	920	128,89	58,52	63,31	114,02	978,08	
полдник							
Лапшевник с творогом	180	49,88	14,14	6,36	36,39	257,38	149
Соус молочный сладкий	50	4,83	1,27	2,67	11,16	61,75	261
Какао с молоком	200	8,43	3,77	3,93	35,95	153,92	299
Итого:	430	63,15	19,18	12,96	83,5	473,05	
УЖИН							
Котлета мясная	120	119,71	10,67	11,71	13,73	176,75	189
Сыр	20	16,00	2,78	3,54		42,30	366
Салат из свеклы отварной	130	11,55	1,43	5,09	9,50	75,35	233
Чай сладкий	200	1,56	0,12		12,04	48,64	300
Хлеб пшеничный	130	7,28	7,60	0,90	48,37	231,00	
Итого:	600	156,09	22,6	21,24	83,64	574,04	
2 ужин							
Ряженка	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	272
Итого:	200	21,05	5,6	6,38	8,18	76,5	
Итого:	3150	466,71	136,07	144,55	386,67	3026,41	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 1 день 5			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	241,25	
Чай с молоком	200	7,85	2,13	2,13	23,07	87,25	298
Сыр	15	17,92	2,78	3,54		42,30	366
Йогурт	200	22,81	3,00	2,30	4,85	87,00	
Каша манная молочная жидкая	250	21,97	7,55	12,81	37,91	275,75	107
Итого:	765	76,15	23,06	21,68	106,83	733,55	
2й Завтрак							
Сок фруктовый	200	9,53	2,00	0,25	5,80	36,00	293
Итого:	200	9,53	2,00	0,25	5,80	36,00	
ОБЕД							
Суп картофельный с бобовыми	250	15,25	2,34	3,89	13,61	126,79	45
Рыба тушеная в том соусе	140	113,15	14,52	11,03	7,51	160,29	172
Картофель отв	180	27,33	3,77	8,45	32,65	218,74	239
Огурец с луком	100	15,62	0,85	5,08	3,31	14,00	№30/№16
Компот из сухофруктов	200	5,78	0,56		27,89	113,79	284
Хлеб ржаной	120	8,27	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	990	185,40	30,80	29,55	123,77	860,41	
полдник							
Булочка российская	100	19,65	4,25	2,90	39,20	199,80	315
Плоды свежие	200	20,38	0,40	0,80	20,80	86,00	89
Какао с молоком	200	14,73	3,77	3,93	25,95	153,92	269
Итого:	500	54,76	8,42	7,63	85,95	439,72	
УЖИН							
Голубцы ленивые мясные	120	79,23	7,87	13,65	5,90	127,45	178
Соус томатный	50	11,90	0,27	4,84	2,62	28,08	265
Каша пшенная рассыпчатая	180	12,79	7,88	7,70	46,95	127,45	222
Чай	200	1,56	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	650	111,08	23,69	27,10	111,78	575,6	
2 ужин							
Ряженка	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	3305	457,98	93,57	92,59	442,31	2721,78	

Возрастная категория 12 лет и старше							№ рецептуры
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	
неделя 1 день 6			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Кофейный напиток с молоком	200	8,05	2,79	3,19	19,71	118,69	286
Омлет с сыром	250	76,85	28,19	40,76	4,40	501,60	138
Итого:	550	90,50	38,58	44,85	65,11	851,29	
2й Завтрак							
Молоко в инд уп	200	23,07	5,59	6,38	9,38	117,31	
Итого:	200	23,07	5,59	6,38	9,38	117,31	
ОБЕД							
Щи из свежей капусты	250	12,54	2,50	7,59	15,76	129,39	63
Гуляш из говядины	120	89,42	21,68	24,21	12,74	331,53	239
Салат из моркови и яблок	100	10,07	0,90	10,16	8,24	128,12	2
Каша пшеничная рассыпчатая	180		5,16	8,28	31,76	329,40	365
Компот из сухофруктов	200	5,78	0,16		14,99	60,64	284
Хлеб ржаной	120	8,27	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	970	126,07	39,16	51,34	122,29	1205,88	
полдник							
Печенье	100	13,79	9,25	12,25	93,00	206,30	
Йогурт	200	18,25	3,00	2,30	5,85	87,00	
Какао с молоком	200	8,43	3,77	3,93	32,95	153,92	299
Итого:	500	40,47	16,02	18,48	131,80	447,22	
УЖИН							
Рагу из птицы	250	142,49	21,95	27,97	32,00	440,82	214
Чай	200	1,56	0,22	4,06	13,30	61,62	294
Масло сливочное	15	11,99	0,15	0,15	0,15	99,30	365
Хлеб пшеничный	150	7,00	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	615	163,03	29,92	33,08	86,45	832,74	
2 ужин							
Ряженка	200	12,24	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	200	12,24	5,6	6,38	8,18	76,5	
Итого:	3035	455,38	134,87	160,51	423,21	3530,94	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 1 день 7			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Чай сладкий	200	1,56	0,12		12,04	48,64	300
Сыр	15	16,00	2,78	3,54		42,30	366
Каша молочная боярская (пшено, изюм)	250	27,84	12,25	17,42	52,16	414,47	103
Итого:	565	51,00	22,75	21,86	105,2	736,41	
2й Завтрак							
Молоко в инд уп	200	40,95	5,59	6,38	9,38	117,31	
Итого:	200	40,95	5,59	6,38	9,38	117,31	
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	14,90	2,83	2,86	21,76	124,09	
Рыбные хлебцы	100	72,17	17,30	15,20	9,70	244,60	173
Картофельное пюре	180	23,68	3,83	7,27	27,95	192,54	241
Икра свекольная	100	14,26	2,25	7,56	13,61	119,58	233
Сок фруктовый	200	6,81	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Хлеб ржаной	120	8,27	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	950	140,09	36,97	34,19	117,62	943,61	
полдник							
Печенье	100	15,33	9,25	12,25	93,00	206,30	
Йогурт	200	22,81	3,00	2,30	4,85	87,00	
Какао с молоком	200	8,43	3,77	3,93	25,95	153,92	279
Итого:	500	46,56	16,02	18,48	123,8	447,22	
УЖИН							
Котлета мясная	100	107,89	10,67	11,71	5,73	176,75	189
Рагу овощное	200	30,08	3,72	14,86	22,56	238,98	92
Масло сливочное	15	14,99	0,15	0,15	0,15	99,30	365
Чай	200	1,56	0,22	4,06	13,30	61,62	294
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	615	160,11	22,36	31,68	82,735	807,65	
2 ужин							
Ряженка	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	3030	459,76	109,29	118,97	446,92	3128,70	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценно сть	№ рецептуры
неделя 2 день 8			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,6	0,9	41	231	
Кофейный напиток с молоком	200	8,05	2,79	3,19	19,71	118,69	286
Йогурт	200	18,25	3	2,3	4,85	87	
Яйцо вареное	40	8,42	12,7	11,5	0,7	62,8	139
Каша ячневая молочная вязк	250	14,49	8,81	8,1	48,21	301,05	115
Итого:	790	54,80	34,9	25,99	114,47	800,54	
2й Завтрак							
Яблоко свежее	200	16,30	0,4	0,8	20,8	86	
Итого:	200	16,30	0,4	0,8	20,8	86	
ОБЕД							
Суп-пюре из рисовой крупы	250	15,13	3,33	5,48	21,29	147,2	51
Птица отварная	120	95,80	31,22	31,22	1,65	416,01	212
Каша гречневая рассыпчатая	200	12,42	11,64	7,24	60	351,73	219
Кисель фруктовый	200	7,55	0,15		38,71	155,43	275
Хлеб ржаной	120	8,27	8,76	1,1	38,8	226,8	
Итого:	890	139,17	55,1	45,04	160,45	1297,17	
полдник							
Бутерброд с сыром	100	51,85	14,7	21	22,3	337,7	376
Сок фруктовый	250	8,51	2	0,2	5,8	36	293
Итого:	350	60,37	16,7	21,2	28,1	373,7	
УЖИН							
Картофельная запеканка с мясом и том	250	119,90	26,59	25,81	19,19	417,44	185
Огурец сол с луком	100	13,80	0,85	5,08	3,31	14	№30/№16
Масло сливочное	15	19,98	0,15	0,15	0,15	99,3	139
Чай	200	1,56	0,22	4,06	13,3	66,2	294
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,6	0,9		231	
Итого:	665	160,84	35,41	36	35,95	827,94	
2 ужин							
Ряженка	200	21,05	5,6	6,38	8,18	76,5	
Итого:	200	21,05	5,6	6,38	8,18	76,5	
Итого:	3095	452,53	148,11	135,41	367,95	3461,85	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 2 день 9			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,6	0,9	41	231	
Какао с молоком	200	11,53	3,77	3,93	25,95	153,92	299
Масло сливочное	15	7,60	0,15	0,15	0,15	99,3	365
Каша овсяная молочная	250	13,53	7,4	10,41	29,83	242,78	109
Итого:	565	37,33	18,92	15,39	96,93	727,00	
2й Завтрак							
Печенье	60	20,55	5,18	6,86	52,01	93,08	
Молоко инд уп	200	30,00	5,9	6,8	9,9	123	
Итого:	260	50,55	11,08	13,66	61,91	216,08	
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16,63	2,83	2,86	21,76	124,09	
Кнели мясные с рисом	75	111,34	13,49	17,5	11,58	257,72	217
Картофель отв	180	14,33	3,77	8,45	32,65	218,74	239
Компот из свежих фруктов	200	6,50	0,16		14,99	60,64	283
Хлеб ржаной	120	5,81	8,76	1,1	38,8	226,8	
Итого:	825	154,61	29,01	29,91	119,78	887,99	
полдник							
Лапшевник с творогом	180	30,82	14,14	6,36	36,39	257,38	149
Соус молочный сладкий	50	3,81	1,27	2,67	8,16	61,75	261
Сок фруктовый	200	28,84	1	0,1	2,9	18	293
Итого:	430	63,46	16,41	9,13	47,45	337,13	
УЖИН							
Птица тушеная	120	75,05	22,61	33,07	19,91	202,8	213
Рагу из овощей	200	25,92	3,72	14,86	22,56	238,98	92
Сыр	15	26,02	2,78	3,54		42,3	366
Чай сладкий	200	1,63	0,12		12,04	48,64	300
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,6	0,9	41	231	
Итого:	635	133,28	36,83	52,37	95,51	763,72	
2 ужин							
Ряженка	200	14,93	5,6	6,38	8,18	76,5	
Итого:	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	2915	454,16	117,85	126,84	429,76	3008,42	

Возрастная категория 12 лет и старше							№ рецептуры
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	
неделя 2 день 10			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	90	4,20	5,7	0,68	30,75	173,25	
Кофейный напиток с молоком	200	11,13	2,79	3,19	19,71	87,25	286
Масло сливочное	20	5,70	0,15	0,15	0,38	99,3	365
Сыр	20	17,34	2,32	3,45		35,3	366
Суп молочный с макаронными изд	300	13,95	8,37	9,18	32,56	234,12	53
Итого:	630	52,32	19,33	16,65	83,40	629,22	
2й Завтрак							
яблоки свежие	200	20,4	0,4	0,8	20,8	36	
Итого:	200	20,40	0,40	0,80	20,80	36,00	
ОБЕД							
Суп картофельный с бобовыми	250	13,92	2,80	4,66	22,33	118,54	45
Мясо тушеное	120	95,25	21,00	13,25	3,59	185,63	
Каша гречневая рассыпчатая	130	10,51	7,35	5,23	41,26	219,34	219
Помидор с луком	100	38,16	1,10	10,10	11,50	141,90	22
Компот из сухофруктов	200	4,57	0,56		27,89	113,79	284
Хлеб ржаной	120	4,84	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	920	167,25	41,57	34,34	145,37	1006,00	
полдник							
Сдоба обыкновенная	100	15,00	4,71	3,67	35,30	235,00	
Сок фруктовый	250	28,84	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Йогурт	200	18,60	3,00	2,30	4,85	87,00	
Итого:	550	62,44	9,71	6,17	45,95	358	
УЖИН							
Рыба тушеная в том соусе	140	85,19	14,52	13,03	7,51	160,29	172
Картофель отв	180	16,44	3,77	8,45	32,65	218,74	239
Салат витаминный	100	10,53	1,10	10,10	11,50	141,90	4
Чай	200	2,00	0,22	4,06	13,30	61,62	294
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	720	118,83	27,21	36,54	105,96	813,55	
2 ужин							
Кефир	200	15,82	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	200	15,82	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	3220	437,06	103,82	100,88	409,66	2919,27	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 2 день 11			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Чай с молоком	200	8,05	2,13	2,13	23,07	87,25	298
Омлет натуральный	200	45,10	17,90	27,75	4,67	340,12	132
Сыр	15	10,24	2,78	3,54		42,30	366
Икра кабачковая	100	11,16	1,20	8,90	7,70	119,00	192
Итого:	615	80,15	31,61	43,22	76,44	819,67	
2й Завтрак							
Флоды свежие	200	16,30	0,40	0,80	20,80	86,00	89
Итого:	200	16,30	0,40	0,80	20,80	86,00	
ОБЕД							
Борщ с капустой	250	14,14	2,28	7,99	12,97	133,33	37
Птица тушеная	120	66,25	22,61	33,07	19,91	202,80	213
Каша пшеничная рассыпчатая	180	10,76	7,88	7,70	46,95	289,38	222
Овощи натуральные (сезон)	100	13,55	1,20	0,07	2,60	14,00	
Сок фруктовый	200	7,83	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Хлеб ржаной	120	8,27	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	970	120,79	44,73	50,13	127,03	902,31	
полдник							
Пудинг творожный	180	72,03	29,11	9,97	47,70	385,20	153
Повидло фруктовое	50	4,45	1,50	3,30	28,80	16,55	
Какао с молоком	200	8,43	3,77	3,93	25,95	153,92	269
Итого:	430	84,91	34,38	17,20	102,45	555,67	
УЖИН							
Тефтели рыбные с соусом	130	76,70	8,95	5,48	9,16	121,23	174
Картофельное пюре	180	23,69	3,83	7,27	27,95	192,54	241
Салат из капусты с зеленым горошком	100	14,86	3,19	3,07	9,57	77,25	
Чай сладкий	200	1,56	0,12		12,04	48,64	300
Масло сливочное	15	19,98	0,15	0,15	99,30	99,30	365
Хлеб пшеничный	100	5,60	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	725	142,39	23,84	16,87	199,02	769,96	
2 ужин							
Ряженка	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	272
Итого:	200	21,05	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	3140	465,60	140,56	134,60	533,92	3210,11	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 2 день 12			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,06	0,9	41	231	
Какао с молоком	200	8,32	3,77	3,93	25,95	153,92	269
Сыр	15	26,02	2,78	3,54		42,3	366
Каша пшенная молочная	250	12,34	7,36	8,86	41,81	277,01	112
Итого:	565	51,34	20,97	17,23	108,76	704,23	
2й Завтрак							
Яблоки свежие	200	25,5	0,4	0,8	20,8	86	
Итого:	200	25,5	0,4	0,8	20,8	86	
ОБЕД							
Суп картофельный с зеленым горошком	250	18,52	2,28	7,99	12,97	133,33	45
Котлета рыбн тушеная в том с овощами	120	77,95	14,52	8,03	7,51	160,29	161
Картофельное пюре	180	13,97	3,83	7,27	27,95	192,54	284
Огурец с луком	100	9,50	0,85	5,08	3,31	14,00	№30/№16
Компот из свежих фруктов	200	7,41	0,16		14,99	60,64	283
Хлеб ржаной	120	5,81	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	970	133,16	30,40	29,47	105,53	787,60	
полдник							
Булочка российская	100	15,00	4,25	2,90	39,20	199,80	315
Сок фруктовый	200	28,84	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Йогурт	200	23,25	3,00	2,30	4,85	43,00	
Итого:	500	67,09	9,25	5,40	49,85	278,80	
УЖИН							
Бефстроганов из отв говядины	120	139,75	21,72	25,11	3,85	325,69	241
Макароны отвар с овощами	180	10,46	6,47	7,08	41,08	253,87	228
Чай	200	1,63	0,22	4,06	13,30	61,62	294
Масло сливочное	15	5,70	0,15	0,15	0,15	99,30	365
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	615	162,21	36,16	37,30	99,38	971,48	
2 ужин							
Ряженка	200	12,24	5,06	0,68	30,75	173,25	272
Итого:	200	12,24	5,06	0,68	30,75	173,25	
Итого:	3050	451,54	102,24	90,88	415,07	3001,36	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
неделя 2 день 13			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	90	4,20	5,7	0,68	30,75	173,25	
Чай сладкий	200	1,74	0,12		12,04	48,64	300
Яйцо вареное	40	6,45	12,7	11,5	0,7	62,8	139
Сыр	15	21,68	2,78	3,54		42,3	366
Каша рисовая молочная	250	15,02	22,37	34,68	5,83	425,15	114
Итого:	595	49,09	43,67	50,40	49,32	752,14	
2й Завтрак							
Яблоко свежее	200	25,50	0,4	0,8	20,8	86	
Йогурт	200	23,25	3	2,3	4,85	87	
Итого:	400	48,75	3,40	3,10	25,65	173,00	
ОБЕД							
Щи из свежей капусты	250	15,30	2,50	7,59	12,76	129,39	63
Фрикадельки	100	105,07	16,48	8,79	9,24	294,50	217
Рагу из овощей	200	29,38	3,72	14,86	22,56	238,98	92
Кисель фруктовый	200	6,16	0,15		38,71	155,43	275
Хлеб ржаной	120	5,81	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	870	161,71	31,61	32,34	122,07	1045,10	
полдник							
Печенье	100	23,12	9,25	12,25	93,00	206,30	
Какао с молоком	250	19,08	3,77	3,93	25,95	153,92	299
Итого:	350	42,20	13,02	16,18	118,95	360,22	
УЖИН							
Жаркое по-домашнему	250	104,57	25,60	19,68	25,14	379,63	
Свекла тушеная в сметанн соусе	100	15,53	1,20	8,90	7,70	119,00	251
Масло сливочное	15	9,50	0,15	0,15	0,15	99,30	365
Чай сладкий	200	1,63	0,12		12,04	48,64	300
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	665	135,91	34,67	29,63	86,03	877,57	
2 ужин							
Ряженка	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50	272
Итого:	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	3080	452,58	131,97	138,03	410,20	3284,53	

Возрастная категория 12 лет и старше							
Наименование блюд	масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергет.ценность	№ рецептуры
нед2 день14			Белки	Жиры	Углеводы		
1й Завтрак							
Хлеб пшеничный	90	4,20	5,7	0,68	30,75	173,25	
Какао с молоком	200	8,32	3,77	3,93	25,95	153,92	279
Сыр	15	21,68	2,78	3,54		42,3	366
Суп молочный с макаронными изд	300	14,49	8,37	9,18	29,59	234,12	53
Итого:	605	48,68	20,62	17,33	86,29	603,59	
2й Завтрак							
Плоды свежие	200	25,50	0,4	0,8	20,8	89	89
Итого:	200	25,50	0,40	0,80	20,80	89,00	
ОБЕД							
Рассольник ленинградский	250	12,89	6,03	13,56	38,85	179,52	42
Шницель мясной	100	120,86	10,67	11,71	5,73	176,75	189
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,55	11,64	7,24	60,00	351,73	219
Сок фруктовый	200	23,07	2,00	0,20	5,80	36,00	293
Хлеб ржаной	120	5,81	8,76	1,10	38,80	226,80	
Итого:	870	174,18	39,10	33,81	149,18	970,80	
полдник							
Печенье	100	25,69	9,25	12,25	93,00	206,30	
Йогурт	200	18,60	3,00	2,30	4,85	87,00	
Молоко в инд упак	200	24,00	5,59	6,38	9,38	117,31	
Итого:	500	68,29	17,84	20,93	107,23	410,61	
УЖИН							
Икра кабачковая	100	7,64	1,52	8,90	7,70	119,00	181
Рыбные хлебцы	100	84,79	17,30	15,20	9,70	244,60	173
Картофельное пюре	180	13,95	3,83	7,27	27,95	192,54	241
Масло сливочное	15	5,70	0,15	0,15	0,15	99,30	365
Чай	200	1,63	0,22	4,06	13,30	61,62	294
Хлеб пшеничный	100	4,67	7,60	0,90	41,00	231,00	
Итого:	695	118,37	30,62	36,48	99,80	948,06	
2 ужин							
Ряженка	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50	272
Итого:	200	14,93	5,60	6,38	8,18	76,50	
Итого:	3070	449,96	114,18	115,73	471,48	3098,56	