



«Согласовано» Директор общеобразовательной организации

> Директор МАОУ СОШ №49 С.А.Пархоменко

## Основное (организованное) меню

Для организации питания детей начальных классов возрастной группы 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

Mario.							in the second se
	II.	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества, грамм	за, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
Приём пищи	Данменование олюда	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Яйцо варёное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	54-60-2022
THE	Каша вязкая молочная из риса и пшена с	150	4,34	7,99	23,91	185,71	175-2017
æ	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	100,60	379-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	540	16,50	15,67	72,26	499,61	7

	489,96	76,48	17,51	15,52	560	Итого за рацион питания:	
Пром.	47,00	9,80	0,40	0,40	100	Фрукты свежие (яблоко)3	
Пром.	42,00	9,00	0,20	1,20	20	Хлеб ржаной	٠
Пром.	71,70	15,00	0,60	2,10	30	Хлеб пшеничный	
54-2rn-2022	26,80	6,50	0,00	0,20	200	Чай с сахаром	
TK Ne3/14	261,60	34,90	12,68	11,00	150	Гречка "по - Кубански" (говядина)	,
18-2017	40,86	1,28	3,63	0,62	60	Салат зеленый с огурцами	Завтрак
×	7	6	O1	4	3	2	1
	ценность, ккал	Углеводы	Жиры	Белки	грамм	A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	прием пиши
№ рецептуры	Энергетическая	а, грамм	Пищевые вещества, грамм	Пищев	Вес блюда,	Наименование блога	

Приём пищи Завтрак Запсканка воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (150/5) Сыр твёрдых сортов в парезке 50% (Российский)<sup>1</sup> Итого за рацион питания: Фрукты свежие (груша)3 Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном Наименование блюда Вес блюда, грамм 200 30 100 500 155 15 w Белки 16,44 0,40 0,30 10,16 3,48 2,10 Пищевые вещества, грамм Жиры 20,63 0,30 0,60 15,30 4,43 U Углеводы 71,18 39,18 10,30 15,00 6,70 0,00 6 Энергетическая ценность, Ккал 394,65 595,25 27,90 71,70 47,00 54,00 № рецептуры 54-3ги-2022 TK № 3/7 15-2017 Пром. Пром.

Приём пипи	Наименование блюла	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества, грамм	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
S. Joseph Company		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
71	2 .	3	4	Ċη	6	7	8
Завтрак	Кукуруза сахарная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	54-213-2022
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	225,50	54-10-2022
	Сок фруктовый (вишневый)	200	1,44	0,40	22,80	100,40	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (мандарин)³	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	560	19,44	19,60	63,70	508,90	ı

Почём пани	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества, грамм	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
Expansion manage		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	
1	2	3	4	.5	6	7	8
Завтрак .	Огурец в нарезке"	70	0,58	0,12	1,75	9,92	54-23-2022
9	Гратен из картофеля с рыбой (горбуша)	150	11,25	12,77	14,19	306,00	TK Nº 3/8
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,74	382-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежне (яблоко)3	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	550	19,21	17,27	65,56	583,36	1
			0741	200 (7	340 10	2677.00	ſ
редние показат	Средние показатели за 5 дней питания:	542	17,42	18,13	69,84	535,42	4.

Приём пити	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества,	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, Ккал	i di
1	2	3	4	υ	6	7	8
Завтрак	Яйцо варёное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	54-60-2022
	Каша вязкая молочная рисовая	150	4,29	7,75	30,66	210,00	174-2017
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	100,60	379-2017
	Хлеб пшенячный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
34	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (апслъсин) <sup>3</sup>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	540	16,45	15,43	79,01	523,90	1

)!!!!							
Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества,	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
A Description of the Control of the		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	
_	2	3	4	Οī	6	7	8
Завтрак	Салат зеленый с огурцами	70	0,72	4,24	1,49	47,67	18-2017
	Паста сливочная с курицей	180	11,99	13,58	31,92	292,20	406-2022
	Сок натуральный (яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,80	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рашион питания:	500	17,01	18,62	77,62	538,37	

Неделя: День:

w 12

Понём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пнщев	Пнщевые вещества, грамм	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
and the second s		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, кказ	F
1	2	3	4	Ŋ	6	7	8
Завтрак	Сыр твёрдых сортов в нарезке 50% (Российский)¹	15	3,48	4,43	0,00	54,00	15-2017
	Маковая неженка со сгущенным молоком (140/15)	155	10,13	7,80	28,00	325,50	TK № 3/9
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	09,0	15,00	71,70	Пром.
	Фрукты свежие (яблоко)³	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	500	20,19	16,77	70,38	616,80	1

Неделя:

День:

Поиём пиши	На именование блюла	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества,	за, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
There's served		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	To the state of th
1	2	3	4	υn	6	7	8
Завтрак	Помидор в нарезке"	75	0,88	0,13	2,88	16,00	54-33-2022
•	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	283,50	345-2004
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	6,70	27,90	54-3гн-2022
400	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
a	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (ирис)*	25	0,85	1,95	23,30	120,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	500	18,53	18,78	68,13	561,10	

Неделя: День:

Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пищев	Пищевые вещества,	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал	
1	2	3	4	Sı	9	7	8
Завтрак	Закуска из моркови	60	0,54	4,92	2,88	113,70	Пром.
3	Плов из говядины	150	11,48	11,03	28,95	261,23	54-11 <sub>M</sub> -2022
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	5,85	24,12	54-2rn-2022
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	Итого за рацион литания:	540	16,30	16,95	69,18	550,75	1
Всего за 5 дней питания:	итания:	2580	88,47	86,54	364,31	2790,92	•
Средние показат	Средние показатели за 5 дней питания:	516	17,69	17,31	72,86	558,18	T
Всего за цикл пи	всего за цикл питания (10 дней):	5290	175,58	177,21	713,49	5468,00	
Средние показат	Средние показатели за цикл питания (10 дней):	529	17,56	17,72	71,35	546,80	1

Возрастноя категория питающихся: 7-11 нет

Неделя:

Приём пищи  1 2  1 2  Обеед Огурец в нарезке* Борш "Кубанский" с фасолью Нагетсы курипые Макароны отварные с сыром (Рос Компот из вишни Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Приём пищи  1 1  Обеед Помидор в нарезке* Суп картофельный с мясными фр (25/200) Кондитерские изделия (вафли)* Кондитерские изделия (вафли)*  Кондитерские изделия (вафли)*  Кондитерские изделия (вафли)*  Кондитерские изделия (вафли)*			Пшп	Tunerus pemeetra frank	a rngMM	Энергетическая	700000
	Паименование блюда	Вес блюда, грамм				ценность, Ккал	ж рецентуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	2	3	4	5	6	7	8
		60	0,50	0,10	1,50	8,50	54-23-2022
	ий" с фасолью	200	3,12	3,44	12,80	94,40	TK № 0/11
	FIG.	90	4,92	6,80	28,64	210,45	TK № 0/1
	Макароны отварные с сыром (Российский)	150	10,15	11,94	25,58	250,80	204-2017
	ИК	200	0,30	0,10	10,30	42,80	54-6хн-2022
	ый	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
		20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	е (мандарин) <sup>3</sup>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	он питания:	860	23,79	23,58	115,32	782,55	-
	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пиш	Пищевые вещества, грамм	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	2	3	4	5	6	7	8
Суп картофельный (25/200) Котлета "Дружба" Картофель отварн Напиток "Ассорти Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кондитерские изд		60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33-2022
Котлета "Дружба" Картофель отварн Напиток "Ассорти Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Концитерские изл	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/200)	225	7,64	5,50	16,70	148,80	137-2004
Картофель отварн Напиток "Ассорти Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кондитерские изл	кба" (рыба, птица) <sup>9</sup>	90	12,48	12,08	7,16	201,33	TK № 0/16
Напиток "Ассорти Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Концитерские изл	арной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	181,50	634-2022
Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кондитерские изл	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодиый)	200	0,10	0,10	18,78	73,89	TK N-3/12
Хлеб ржаной Концитерские изл	ый	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
Кондитерские изл		20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	изделия (вафли)*	15	0,32	2,66	5,69	48,00	Пром.
итого за рацион питания:	юн питания:	800	28,29	26,38	103,77	803,92	

Приём пищи Прнём пищи Неделя: День: День: Obed Obed Салат из свежих помидоров" Итого за рацион питания: Борщ с картофелем и капустой Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Сок патуральный (яблочный) Каша гречневы рассыпчаты Птица, тушеная в сметанном соусе (50/50) Комнот из кураги<sup>5</sup> Салат из белокочанной капусты с морковью Хлеб ржаной Картофсльное торе Биточки (говядина) Итого за рацион питания: Кондитерские изделия (ирис) Хлеб пшеничный Суп гороховый Наименование блюда Наименование блюда Вес блюда, грамм Вес блюда, грамм 200 200 150 100 790 80 200 765 180 150 20 40 90 60 20 25 Белки Белки 27,36 11,58 0,88 14,31 2,80 8,30 28,28 0,85 2,80 0,90 3,20 4,24 0,78 1,20 1,00 1,60 1,20 Пищевые вещества, грамм Пищевые вещества, грамм Жиры Жиры 24,18 0,80 0,00 6,30 7,83 4,16 4,89 27,17 0,80 0,09 12,96 4,02 0,20 5,20 1,95 1,95 Углеводы Углеводы 36,00 103,17 20,00 20,20 3,84 3,65 9,00 10,48 120,43 20,00 14,13 19,80 14,40 15,92 3,88 9,00 Энергетическая ценность, Ккал Энергетическая ценность, Ккал 769,96 233,70 84,80 84,80 166,90 42,00 95,60 845,15 139,40 234,90 120,00 42,00 95,60 60,21 116,80 36,24 № рецептуры № рецептуры 54-2x11-2022 54-116-2022 54-4r-2023 594-2022 54-8c-2022 23-2017 451-2004 110-2004 45-2017 Пром. Пром. Пром. Пром. Пром. Пром. 00

Неделя:

3			CALL STATE OF THE				
Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пиш	Пищевые вещества, грамм	а, грамм	Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
200	3.2		Белки	Жиры	Углеводы		
	2	3	4	S	6	7	8
-					200	02.511	Пром
Obed	Закуска из моркови	60	0,54	4,92	2,88	113,70	Пром.
	Рассольные "Пенингралский"	200	1,61	4,07	9,58	85,80	96-2017
	I goodstand	90	12.60	9,99	10,89	208,29	347-2018
	VOUTETA THEOREM		222	4 60	20 05	27 175	302-2017
	Каша рассыпчатая пшеничная	100	2000	1,000	2030-		
	Компот из яблок и вишии	180	0,18	0,09	9,18	38,25	34-3XH-2022
	Ульб ппенкчий	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
		000	1 20	0.20	9.00	42,00	Пром.
	Хлеб ржаной	100					
	Итого за рацион питания:	740	25,25	24,57	100,38	804,89	
Всего за 5 лией питания:	31118:	3955	132,97	125,88	543,08	4006,47	1
	Comparation of S rugin nurshing:	791	26,59	25,18	108,62	801,29	

Acno.							
	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пиш	Пищевые вещества, грамм	а, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
IIpaca aama			Белки	Жиры	Углеводы		
		۰,	4	U	6	7	8
-	£						מר ייר
Ohed	Сапат из свежих помилоров	80	0,88	4,89	3,65	62,16	23-2017
		200	1.80	2.62	11,00	74,68	54-6c-2022
	Суп картофельный с клецками	200	1770	7 0 /	10 10	151 68	54-24M-2022
	Плинель из курицы	90	17,28	3,04	71,21	101500	21.
		150	3.91	7,98	32,85	211,50	1K No 0/10
	РИЗОТТО С ОВОЩАМИ	200	0.10	0,10	18,78	73,89	TK N:3/12
	Halling (secopes (second)				20.00	05.60	Пром
	Хлеб пшеничный	40	2,00	0,00	20,00	70,00	
	Y ness managed	20	1,20 -	0,20	9,00	42,00	Пром.
	voice barraise.			277	6 70	10 00	Пто
	Кондитерские изделия (вафли)*	15	0,32	2,66	5,69	48,00	.wodrr
	Time to the state of the state	795	28,29	23,09	113,09	759,51	

Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пиш	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	3,000,000	
-	2	3	4	5	6	7	8
Oốed	Салат из квашенной капусты"	80	1,37	4,00	6,78	68,56	47-2017
	Бори "Кубанский" с фасолью	200	3,12	3,44	12,80	94,40	TK № 0/11
	Биточек "Эврика"(птица рыба)°	90	8,46	9,00	17,84	200,06	TK № 3/10
	Картофельное пюре	160	3,41	5,55	21,12	148,69	54-11r-2022
₩	Компот из курагиз	200	1,00	0,10	15,70	66,90	54-2xH-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	890	22,16	23,29	110,74	754,21	
Неделя: День:	3						
Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	ПиП	Пнщевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
F			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	U).	6	7	8
Oбed	Огурси в нарезке	60	0,50	0,10	1,50	8,50	54-23-2022
	Сул гороховый	200	4,24	4,02	15,92	116,80	54-8c-2022
	Гуляш (говядина) (50/50)	100	13,36	14,08	3,27	164,00	246-2017
	Рис припущенный	150	3,50	4,80	35,00	196,90	54-7r-2022
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	38,25	54-5xH-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондигерские изделия (пряник)*	25	0,55	0,41	6,82	130,00	Пром.
	Йтого за рацион питания:	775	26,33	24,50	100,69	792,05	

Неделя:

	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	шил	Пищевые вещества, грамм	ы, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
прасм лешти	THE PROPERTY OF THE PROPERTY O	3 3 3	Белки	Жиры	Углеводы		
	3	3	4	ر.	6	7	8
Office	Сапат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,95	3,88	36,24	45-2017
. 000	Суп картофельный с мясными фрикадельками	225	7,64	5,50	16,70	148,80	137-2004
	(25/200)	90	10,30	12,87	3,75	213,73	TK № 0/6
	Parochair organică c reneutio	150	3,05	4,94	24,15	181,50	634-2022
	Сок патуральный (абрикосовый)	180	0,90	0,00	22,86	95,40	Пром.
	Х леб пленичный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (груша)³	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	865	27,07	26,56	110,64	860,27	ı
Неделя:	2						
Приём пини	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пиш	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
3			Белки	Жиры	Углеводы		
-	2	3	4	տ	6	7	8
Osad		60	1,20	0,20	6,10	31,30	54-213-2022
Doeo	Rynypysa varapinas	200	2,40	6,60	16,08	108,00	TK N2O/15
	Harrecti gynnisio	90	4,92	6,80	28,64	210,45	TK № 0/1
	Макароны отварные с сыром (Российский)	150	10,15	11,94	25,58	250,80	204-2017
	Париток "Ассорти"(вишня)7	180	0,22	0,05	16,34	67,91	TK № O/8
	Vaca maching	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Yief pacaron	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	740	22,89	26,59	121,74	806,06	
Всего за 5 дней питания:	гания:	4065	126,75	124,03	556,89	3972,10	
Сведние показател	Средние показатели за 5 дней питания:	813	25,35	24,81	111,38	794,42	1
Всего за цикл питания (10 дней):	ания (10 дней):	8020	259,72	249,91	1099,97	7978,57	1
	от при	802	25,97	24,99	110,00	797,86	1

Неделя: День:							
Приём шши	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
rapacia manaca		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	Hennocre, www.	
1	2	3	4	טו	9	7	8
		70	277	7 51	18 07	167.40	TICK IV6
Полдник	Булочка "Домашняя"	60	3,//	10,1	10,01	107,70	71012
	Кисломолочный продукт (йогурт)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	Пром.
	Фрукты свежие (груша)3	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	340	10,29	12,31	38,27	318,98	ı

				The second secon	Control of the Contro		
Thuếm numu	Наименование блюда	Вес блюдя,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, ґрамм	Энергетическая	№ рецентуры
and an arrange	THE STATE OF THE S	грамм	Белки	Жиры	Углеводы	Wenther the witness	
1	2	3	4	5	6	7	8
,			- 60	202	06.00	177 00	TKN6 177
Полдник	Булочка ванишная	60	4,60	2,02	28,70	1//,00	, ar sight
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	100,60	379-2017
				200	0.0	43 00	Thor
	Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	пром.
	Итого за папноп питания:	360	8,66	7,93	52,75	320,60	,

Неделя: День:

Acres.				-			
Поиём пиши	Папменование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамы	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		read.r	Белки	<b>Жиры</b>	Углеводы	Henrice was account	
1	3	3	4	5	9	7	æ
7 .	The part of the pa	75	4.64	5.03	27,52	174,00	406-2017
TIOHUMAN	The formation of the formation		,				202 2017
	Kakan c Mohorom	180	3,67	3,19	15,82	106,74	382-2017
	Transac o progressor.			2	1	3	Thou
	Фрукты свежие (слива)	100	0,90	0,40	7,30	41,00	ттром.
	Итого за рацион питания:	355	9,21	8,62	50,64	321,74	1

			1				
Приём пиши	Наименование блюда	Вес блюда,	Этину	Пицевые вещества, грамм	ва, грамм	ергепическан	№ рецентуры
Andrews and		грамм	Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	O1	6	7	8
<b>—</b>					2	201 52	TIV 36 17/6
Полдник	Котпета куриная, запеченная в тесте	75	7,24	7,81	24,88	204,53	C/IT SM MT
	Unit C MOGOROM	200	1,60	1,10	8,70	50,90	54-4rH-2022
	Ten o monowout			,	0.00	00 55	П
	Фрукты свежие (яблоко)3	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Lipom.
	Итого за ванион питания:	375	9,24	9,31	43,38	302,43	1

Приём пищи	Напменование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		грамм	Белки	Жиры	Углеводы	ценность, кжы	
1	2	ω	4	IJ	9	7	8
Полдник	Слоба обыкновенная	60	4,90	3,63	23,46	157,20	TK № 17/8
	Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,28	4,56	7,56	89,16	Пром.
	Фрукты свежие (апельсии)3	100	0,90	0,20	01'8	43,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	. 340	11,08	8,39	39,12	291,88	•
Всего за 5 дней питания:	итания:	1770	48,48	46,56	224,16	1555,63	
Средине показат	Средине показатели за 5 дней питания:	354	9,70	9,31	44,83	311,13	-

Приём пищи	Каименование блюда	Вес блюда,	Паще	Пницевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		грамм	Белки	Жиры	Углеводы		
_	2	3	4	5	6	7	8
Полдник	Булочка ванильная	60	4,60	5,05	28,70	177,00	TKM: 11/7
	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,50	7,20	90,00	Пром.
	Фрукты свежие (груша)³	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	340	10,22	9,85	46,20	314,00	ŧ

Неделя: Дель:

Приём лищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Эпергетическая	№ рецептуры
3	1 100	rowed r	Белки	кадиЖ	Углеводы	цениость, ккал	200
-	2	3	4	5	9	7	8
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	75	7,24	7,81	24,88	204,53	TK № IJ/5
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	6,70	27,90	54-3гн-2022
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,50	4,00	17,28	130,00	Пром.
	Итого за рацион интания:	305	10,04	11,81	48,86	362,43	•

3 4 75 4,64	+	$\vdash$	5
75 4,64			
		75 4,64 5,03 27,52	5,03 27,52
180 2,84	2,84	2,84 2,41	2,84 2,41 14,36
2,84	-	0,20	0,20
	0,20		8,10

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	. Пище	Пищевые вещества, грамм	ва, грамм	Энергетическая	№ рецептуры
		I basin	Белки	Жиры	Углеводы	цеплость, ккал	
1	2	3	4	υ,	9	7	8
Полдник	Расстегай с мясом (говядина)	75	9,43	8,04	22,48	266,64	TKM: 11/9
	Чай с молоком	180	1,44	66,0	7,83	45,81	54-4гн-2022
æ	Фрукты свежне (слива)³	100	0,90	0,40	7,30	41,00	Пром.
	Итого за рацион питапия:	355	11,77	9,43	37,61	353,45	1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда,	Пниде	Пищевые вещества, грамм	ва, грамы	Энергегическая	№ рецептуры
		I pann	Белки	Жиры	Углеводы		3
1	2	3	4	υı	6	7	8
Полдник	Булочка "Домашняя"	60	3,77	7,51	18,07	167,40	TICNE II/6
	Кисломолочный продукт (йогурт)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	Пром.
	Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	340	10,29	12,41	37,77	318,98	,
Всего за 5 диси питания:	питания:	1695	50,70	51,14	220,42	1656,40	

## примечание (допускается):

Средние показатели за цикл питания (10 дней):

3465 339

99,18 10,14

97,70 10,23

44,46 444,58 44,08

3212,02 321,20

331,28

Средние показатели за 5 дией питания: Всего за цикл питания (10 дней):

- 1-замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименованияс соблюдением порм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- <sup>3</sup> выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением порм закладки и эпергетической цеппости
- выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 5 приготовление блюда из любых сушеных плодов, е соблюдением порм закладки и энергетической ценности
- выдача сока натурального из разных плодов или ягод или папитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7- приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением порм закладки и энергетической ценности
- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением порм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности