

Утверждаю  
Директор ГКОУ «Специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа № 33  
города Ставрополя»



Егорова С.В.  
« 14 » 14 июля 2024 год

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

Оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей  
«Солнечный» лето 2024 год

*Согласовано*  
Зам. управления  
Управления  
по образовательной политике  
по Ставрополю  
355008 г. Ставрополь, пер. Фадеева, 4  
14.05.2024

Меню раскладка для пришкольных лагерей в 2024 году (1 неделя)

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Омлет с сыром 1/150/37	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/220/10	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/220/10	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/90	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/90	Пудинг из творога (запеченный) с соусом яблочным 1/200/80	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/220/10	Пудинг из творога (запеченный) с соусом яблочным 1/200/80	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/220/10	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/220/10
Икра кабачковая из свежих овощей 1/100									
Чай с сахаром и лимоном 1/200/15/7	Какао с молоком 1/200	Шницель рыбный с соусом сметанным с томатом 1/100/60	Шницель рыбный с соусом сметанным с томатом 1/100/60	Какао с молоком сгущенным 1/200	Какао с молоком сгущенным 1/200	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/5	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/5	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским 1/15/5/30	Кофейный напиток с молоком 1/200	Кофейный напиток с молоком 1/200	Кофейный напиток с молоком 1/200	Кофейный напиток с молоком 1/200
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Компот из смеси сухофруктов 1/200	Компот из смеси сухофруктов 1/200	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50
<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>
Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/90	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/90	Овощи натуральные свежие (помидоры) 1/90	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90	Овощи натуральные свежие (огурцы) 1/90
Суп картофельный с макаронными изделиями 1/250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 1/250/10	Рассольник Ленинградский 1/250	Рассольник Ленинградский 1/250	Суп картофельный с бобовыми 1/250	Суп картофельный с бобовыми 1/250	Суп картофельный с клецками 1/250	Суп картофельный с клецками 1/250	Суп картофельный с клецками 1/250	Суп картофельный с клецками 1/250
Птица, тушенная в соусе сметанном 1/100/75	Жаркое по-домашнему из говядины 1/100/300	Бефстроганов из мяса говядины 1/100/70	Бефстроганов из мяса говядины 1/100/70	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/100/10	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/100/10	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами 1/100/70	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами 1/100/70	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами 1/100/70	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами 1/100/70
Рис припущенный с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180/7	Кисель из свежих яблок 1/200	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180/7	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180/7	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180/7	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/180/7	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/5	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/5	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/5	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% 1/200/5
Компот из смеси сухофруктов 1/200	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Компот из свежих плодов 1/200	Компот из свежих плодов 1/200	Кисель из свежих яблок 1/200	Кисель из свежих яблок 1/200	Компот из смеси сухофруктов 1/200	Компот из смеси сухофруктов 1/200	Компот из смеси сухофруктов 1/200	Компот из смеси сухофруктов 1/200
Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50	Хлеб ржаной и пшеничный 1/50/50
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Крендель сахарный 1/100	Кондитерское изделие (зефир) 1/75	Булочка с повидлом обсыпанная 1/100	Булочка с повидлом обсыпанная 1/100	Кондитерское изделие (печенье) 1/75	Кондитерское изделие (печенье) 1/75	Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом 1/100	Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом 1/100	Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом 1/100	Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом 1/100
Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200	Фрукты свежие калиброванные (яблоко) 1 шт./200
Сок фруктовый (яблочный, виноградный, яблочно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200	Сок фруктовый (яблочный, виноградно-виноградный, мультифруктовый) 1/200

*Handwritten signature*



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛАГЕРЕЙ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД ЛЕТНИХ КАНИКУЛ на 2024 год

№ п/п	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	М, мг	Са, мг	Р, мг	Ес, мг	
															4
<b>1 неделя</b>															
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Омлет с сыром	1/150/37	23,9	39,2	3,40	463,30	№ 211 сб. 2017 г.	0,13	0,43	484	29,1	348,6	416,3	3,6	
2	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	2,73	7,19	14,5	133,80	№ 73 сб. 2017 г.	0,03	3,5	0	14,6	21,6	45,8	0,6	
3	Чай с сахаром и лимоном	1/200/15/7	0,07	0,02	15,0	60,00	№ 377 сб. 2017 г.	0	2,83	0	2,4	14,2	4,4	0,36	
4	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>607</b>	<b>34,9</b>	<b>46,91</b>	<b>57,05</b>	<b>902,7</b>		<b>0,26</b>	<b>6,76</b>	<b>484</b>	<b>62,6</b>	<b>395,9</b>	<b>508,5</b>	<b>5,56</b>	
<b>Обед</b>															
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/90	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 71 сб. 2017 г.	0,01	2,94	0	8,4	10,2	18	0,3	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,57	2,78	15,69	109,00	№ 103 сб. 2017 г.	0,05	0,9	0	15,2	27,3	36,7	0,7	
3	Птица, тушенная в соусе	1/100/75	10,93	10,47	2,93	150,00	№ 290 сб. 2017 г.	0,04	0,35	30,1	14,06	29,5	76,9	0,6	
	Соус сметанный		1,41	5	5,87	74,10	№ 330 сб. 2017 г.	0,02	0,03	33,8	5,2	27,3	22,7	0,2	
4	Рис припущенный с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/180/7	4,85	5,73	48,90	266,60	№ 305 сб. 2017 г.	0,03	0	0	25,3	3,2	80,8	0,6	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,02	132,80	№ 349 сб. 2017 г.	0,01	0,7	0	17,4	32,4	23,4	0,6	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>1015</b>	<b>28,47</b>	<b>26,3</b>	<b>144,73</b>	<b>969,80</b>		<b>0,36</b>	<b>6,02</b>	<b>63,9</b>	<b>104,76</b>	<b>132,1</b>	<b>325,7</b>	<b>4,9</b>	
<b>Полдник</b>															
1	Крендель сахарный	1/100	7,08	13,14	55,74	370,00	№ 415 сб. 2017	0,12	0	18	19,4	75	1,2	23	
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,00	№ 338 сб. 2017 г.	0,1	20	0	16	32	22	4	
3	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14		
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>500</b>	<b>7,98</b>	<b>14,14</b>	<b>94,94</b>	<b>547,40</b>		<b>0,22</b>	<b>24</b>	<b>18</b>	<b>43,4</b>	<b>121</b>	<b>37,2</b>	<b>29,8</b>	
	<b>ИТОГО понедельник:</b>	<b>2122</b>	<b>67,1</b>	<b>87,35</b>	<b>296,72</b>	<b>2291,2</b>		<b>0,84</b>	<b>36,78</b>	<b>565,9</b>	<b>210,76</b>	<b>649,0</b>	<b>871,4</b>	<b>40,26</b>	

наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским» 72,5%	1/220/10	7,82	12,83	44,25	325,00	№182 2017г								
2	Какао с молоком	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№382 2017 г	0,21	1,17	58,0	60,66	153,06	230,31	1,74	0,6
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" и сыром Российским	1/15/5/30	5,84	11,92	14,89	190,00	№ 3 сб.2017г.	0,03	0,5	0,01	22,0	119,3	124,6		
4	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0	0,1	0	15,2	139,2	101,5	8	
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>570</b>	<b>21,8</b>	<b>29,58</b>	<b>108,74</b>	<b>789,50</b>		<b>0,34</b>	<b>1,77</b>	<b>58,01</b>	<b>114,3</b>	<b>423,06</b>	<b>498,41</b>	<b>11,34</b>	
<b>Обед</b>															
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/90	0,55	0,1	1,90	11,00	№71 сб.2017 г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54	
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,1	7,02	11,36	125,15	№82 сб. 2017 г.	0,05	10,6	0	26,1	49,7	54,6	1,2	
3	Жаркое по-домашнему из говядины	1/100/300	61,6	120,4	38,40	1475,20	№ 259 сб.2017г.	0,2	12,2	0	81	59	400,2	5,9	
4	Кисель из свежих яблок	1/200	0,1	0,12	25,10	119,20	№352 2017 г	0,01	1,8	0	3,6	11,6	6,6	0,5	
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
6	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>940</b>	<b>72,55</b>	<b>129,79</b>	<b>122,16</b>	<b>1976,45</b>		<b>0,49</b>	<b>35,1</b>	<b>0</b>	<b>155,7</b>	<b>151,7</b>	<b>561</b>	<b>10,14</b>	
<b>Полдник</b>															
1	Кондитерское изделие (зефир)	1/75	0,6	0,1	59,85	244,50		0	0	0	10	14,5	45	1,1	
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,00	№338 2017г г72017	0,1	20,0	0	16,0	32,0	22,0	4,0	
3	Сок фруктовый в индупак.(ябл.виног..ябл. вин.,мультиф.)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8	
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>475</b>	<b>1,5</b>	<b>1,1</b>	<b>99,05</b>	<b>421,9</b>		<b>0,1</b>	<b>24,0</b>	<b>0</b>	<b>34,0</b>	<b>60,5</b>	<b>81,0</b>	<b>7,9</b>	
	<b>ИТОГО вторник:</b>	<b>1985</b>	<b>95,85</b>	<b>160,47</b>	<b>329,95</b>	<b>3187,8</b>		<b>0,93</b>	<b>60,87</b>	<b>58,01</b>	<b>304,0</b>	<b>635,26</b>	<b>1140,41</b>	<b>29,38</b>	

№ п/п	наименование блюда	Всё блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, г.ккал	№ в рецептуры	Витамины				Минеральные вещества		
		3	4	5	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Гe, мг
1	2							7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>СРЕДА</b>																
<b>Завтрак</b>																
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/90	0,55	0,1	1,90		11,00		№ 71 сб.2017 г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54
2	Шницель рыбный натуральный с соусом сметанным с томатом	1/100/60	9,1	6,9	7,7		130,0		№235,331 сб.2017г.	0,03	2,5	22,7	26,2	53,3	144,6	1,9
3	Картофельное пюре с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/200/5	4,13	12,2	24,00		230,47		№312 сб.2017г.	0,01	24,2	0	37	49,3	115,4	1,3
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01		132,80		№ 349 сб.2017г.	0,01	0,7	0	7,4	32,4	23,4	0,6
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15		116,90			0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25		129,00			0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>720</b>	<b>17,86</b>	<b>19,72</b>	<b>72,95</b>		<b>621,17</b>			<b>0,17</b>	<b>40,03</b>	<b>22,7</b>	<b>94,1</b>	<b>136,7</b>	<b>322,0</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед</b>																
1	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/90	0,4	0,05	0,85		5,00		№ 71 сб.2017 г.	0,01	2,94	0	8,4	10,2	18	0,3
2	Рассольник Ленинградский	1/250	2,02	5,09	11,98		107,25		№ 96 сб.2017г.	0,09	8,3	0	24,1	29,1	56,7	0,9
3	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/70	30,4	46,2	10,24		580,0		№ 250 сб.2017 г.	0,0	1,4	65,6	44,9	86,6	342,3	4,8
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/1807	11,46	8,12	51,52		325,00		№302 сб.2017г.	0,2	0	0	181,1	19,7	271,9	6
5	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,16	28,88		114,60		№344 сб.2017г.	0,01	0,9	0	5,14	14,1	4,4	0,9
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25		129,00			0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15		116,90			0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
	<b>Итого обед:</b>	<b>1040</b>	<b>53,3</b>	<b>61,86</b>	<b>179,88</b>		<b>151,55</b>			<b>0,52</b>	<b>14,24</b>	<b>65,6</b>	<b>314,04</b>	<b>215,1</b>	<b>800,7</b>	<b>15,5</b>
<b>Полдник</b>																
1	Сок фруктовый в инд.упак (ябл.,виног.,ябл.-вин.,мультив.)	1/200	0,1	0,2	19,60		83,40			0	4	0	8	14	14	2,8
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60		94,0		№ 338сб. 2017г.	0,1	20,0	0	16,0	32,0	22,0	4,0
3	Булочка с повидлом обынная	1/100	13,2	28,72	82,26		640,00		№426 сб.2017г.	0,16	0,04	0	28,2	21,3	76,8	1,39
	<b>Итого полдник:</b>	<b>500</b>	<b>14,4</b>	<b>29,72</b>	<b>121,46</b>		<b>817,4</b>			<b>0,26</b>	<b>24,04</b>	<b>0</b>	<b>52,2</b>	<b>67,3</b>	<b>112,8</b>	<b>8,19</b>
	<b>Итого среда:</b>	<b>2212</b>	<b>85,56</b>	<b>111,3</b>	<b>374,29</b>		<b>1519,32</b>			<b>0,95</b>	<b>78,31</b>	<b>88,3</b>	<b>460,34</b>	<b>419,1</b>	<b>1235,5</b>	<b>28,79</b>

№ п/п	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества				
			Белки, г		Жиры, г				Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	М, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг
			4	3	5	6			9	10							
2							8										
<b>ЧЕТВЕРГ</b>																	
<b>Завтрак</b>																	
1	Пудинг из творога (запеченный) с соусом яблочным	1/200/80	36,24	28,36	92,84	772,00	№ 222,337 сб.2017г.	0,1	0,8	119,1	53,9	362,8	401,6	1,6			
2	Какао с молоком стуженым	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№ 383 сб.2017г.	0,03	0,5	0,01	22	119,3	124,6	0,6			
3	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским	1/10/5/30	5,84	11,92	14,89	190,0	№ 3 сб.2017г.	0,0	0,1	0,0	15,2	139,2	101,5	8,0			
4	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1			
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1			
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>630</b>	<b>42,79</b>	<b>40,18</b>	<b>133,18</b>	<b>1119,6</b>		<b>0,13</b>	<b>1,4</b>	<b>119,11</b>	<b>91,1</b>	<b>621,3</b>	<b>627,7</b>	<b>10,2</b>			
<b>Обед</b>																	
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/90	0,55	0,1	1,90	11,00	№ 71 сб.2017г.										
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,49	5,27	16,54	148,25	№ 102 сб.2017г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54			
3	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	14,1	18,4	15,7	241,7		0,2	5,8	0	35,5	42,6	90,6	2			
4	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180/7	7,55	0,9	42,56	208,40	№ 295 сб.2017г.	0,1	1,4	0,2	28,4	9,5	145,9	2,0			
5	Кисель из свежих яблок	1/200	0,1	0,12	25,10	119,20	№ 309 сб.2017г.	0,07	0	0	28,1	6,4	49,5	1,4			
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	№ 352 сб.2017г.	0,01	1,8	0	3,6	11,6	6,6	0,5			
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1			
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>980</b>	<b>37,91</b>	<b>38,07</b>	<b>181,75</b>	<b>1248,95</b>		<b>0,62</b>	<b>19,3</b>	<b>104</b>	<b>151,94</b>	<b>182,3</b>	<b>374,2</b>	<b>8,84</b>			
<b>Полдник</b>																	
1	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,0	№ 338 2017 г	0,1	20	0,1	16	32	22	4			
2	Кондитерское изделие (печенье)	1/75	5,03	5,66	54,05	287,25		0	0	0	10	14,5	45	1,1			
3	Сок фруктовый в индупак (ябл., виног., ябл.-вин, мильетс!)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8			
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>475</b>	<b>6,69</b>	<b>6,21</b>	<b>113,82</b>	<b>549,78</b>		<b>0,1</b>	<b>24</b>	<b>0,1</b>	<b>102</b>	<b>44,5</b>	<b>115</b>	<b>5,1</b>			
	<b>ИТОГО четверг:</b>	<b>1975</b>	<b>87,39</b>	<b>84,46</b>	<b>428,75</b>	<b>2864,33</b>		<b>0,85</b>	<b>44,7</b>	<b>223,21</b>	<b>345,04</b>	<b>848,1</b>	<b>1116,9</b>	<b>24,14</b>			

№ п/п	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>ПЯТНИЦА</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	5,1	10,72	43,40	291,00	№ 183 сб.2017г.	0,06	1,17	58,0	30,12	130,39	138,14	0,5	
2	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	5,84	11,92	14,89	190,00	№ 3 сб.2017 г.	0	0,1	0	15,2	139,2	101,5	8	
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	3,1	2,4	17,2	103,0	№ 379 2017 г	0	1,3	0	18,7	62,1	53,5	0,3	
4	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>547</b>	<b>23,17</b>	<b>27,44</b>	<b>167,79</b>	<b>1025,30</b>		<b>0,4</b>	<b>2,66</b>	<b>1,7</b>	<b>141,54</b>	<b>358,6</b>	<b>448,2</b>	<b>13,3</b>	
<b>Обед</b>															
1	Овощи натуральные свежие (отуорцы)	1/90	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 71 сб.2017г.	0,01	2,94	0	8,4	10,2	18	0,3	
2	Суп картофельный с клецками	1/250	3,56	4,6	18,80	144,25	№108 сб.2017г.	0,1	5,7	21	25,3	33,4	72,2	1,1	
3	Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	1/100/70	2,05	1,9	9,01	67,60	№109 сб.2017г.	0,04	0	23,4	9,6	44,3	35,1	0,5	
4	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5	1/200/5	4,13	12,2	24,00	230,47	№312 сб.2017 г.	0,01	7,4	11,6	97,2	78	324,2	1,7	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,02	132,80	№349 2017 г		0,7	0	17,4	32,4	23,4	0,6	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>1095</b>	<b>37,94</b>	<b>30,92</b>	<b>130,76</b>	<b>1022,42</b>		<b>0,47</b>	<b>42,04</b>	<b>56</b>	<b>214,1</b>	<b>249,8</b>	<b>655,5</b>	<b>7,4</b>	
<b>Полдник</b>															
1	Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом	1/100	5,5	4,29	59,23	304,00	№ 406 сб.2017	0,08	0,22	16,1	21,17	19,8	59	6	
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,00	№338 сб.2017г.	0,1	20	0	16	32	22	4	
3	Сок фруктовый в видеупак (ябл., виног., ябл.-вин., мульт. тиф.)	1/200	0,1	0,1	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8	
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>500</b>	<b>6,4</b>	<b>5,29</b>	<b>98,43</b>	<b>481,40</b>		<b>0,18</b>	<b>24,22</b>	<b>16,1</b>	<b>45,17</b>	<b>65,8</b>	<b>95</b>	<b>7,8</b>	
	<b>ИТОГО пятница:</b>	<b>2142</b>	<b>67,51</b>	<b>63,65</b>	<b>396,98</b>	<b>2529,12</b>		<b>1,05</b>	<b>68,92</b>	<b>73,8</b>	<b>400,81</b>	<b>674,2</b>	<b>1198,7</b>	<b>28,46</b>	



**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ за 1 неделю**

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	401,2	498,1	1743,2	13256,8
Среднее значение за период	80,2	99,6	348,6	2651,4

Итого	Витамины				Минеральные вещества			
	В1,мг	С,мг	А,мг	Мg,мг	Са,мг	Р,мг	Fe,мг	
Итого за весь период	4,4	484,7	961,6	1625,9	3244,9	5511,1	143,1	
Среднее значение за период	0,87	96,93	192,32	325,17	648,97	1102,21	28,61	

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛАГЕРЕЙ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД ЛЕТНИХ КАНИКУЛ на 2024 год

Дети															
№ п/п	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Витамины					Минеральные вещества		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1 мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Рe, мг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16	
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Хлебцы рыбные (минтай) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/100/7	14,43	10,27	7,76	181,07	№238 сб.2017г.	0,08	0,66	62,88	33,17	57,61	173,7	0,8	
2	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/5	4,13	12,2	24,00	230,47	№312 сб.2017 г.	0,01	24,2	0	37	49,3	115,4	1,3	
3	Чай с сахаром с лимоном	1/200/15/7	0,07	0,02	15,00	60,00	№ 377 сб.2017г.	0	2,83	0	2,4	14,2	4,4	0,36	
4	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/90	0,55	0,1	1,90	11,0	№ 71 сб.2017 г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54	
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>687</b>	<b>23,51</b>	<b>23,18</b>	<b>89,65</b>	<b>692,7</b>		<b>0,33</b>	<b>37,84</b>	<b>49</b>	<b>117,4</b>	<b>216,2</b>	<b>353,8</b>	<b>5,36</b>	
<b>Обед</b>															
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/90	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 71 сб.2017г.	0,01	2,94	0	8,4	10,2	18	0,3	
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102 сб.2017г.	0,2	5,8	0	35,5	42,6	90,6	2	
3	Биточки из мяса говядины с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/100/10	16,5	24,2	14,30	344,0	№ 268 сб. 2017 г.	0,08	0,3	44,8	55,78	43,14	188,8	2,8	
4	Овощи в молочном соусе	1/200/50	4,35	16,7	30,20	288,0	№26,317сб. 2017 г.	5,2	26,6	33,6	41,95	43,4	118,7	1,6	
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№ 349 сб.2017 г.	0,01	0,7	0	17,4	32,4	23,4	0,6	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>990</b>	<b>50,48</b>	<b>52,38</b>	<b>165,01</b>	<b>1163,95</b>		<b>0,94</b>	<b>20,14</b>	<b>41</b>	<b>318,94</b>	<b>209,5</b>	<b>806,2</b>	<b>13,7</b>	
<b>Полдник</b>															
1	Сок фруктовый в упаковке(яблочно-яблочный мультиф.)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8	
2	Кондитерское изделие (вафли)	1/75	5,5	7,16	36,63	232,50		0	0	0	10	14,5	45	1,1	
3	Фрукты свежие калиброванное (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,00	№ 338 2017 г сб.2017г.	0,1	20	0	16	32	22	4	
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>475</b>	<b>8,6</b>	<b>8,36</b>	<b>98,23</b>	<b>409,9</b>		<b>0,1</b>	<b>24</b>	<b>0,1</b>	<b>102</b>	<b>44,5</b>	<b>115</b>	<b>5,1</b>	
	<b>ИТОГО понедельник:</b>	<b>2152</b>	<b>82,59</b>	<b>83,92</b>	<b>352,89</b>	<b>2266,55</b>		<b>1,37</b>	<b>82,03</b>	<b>90,1</b>	<b>538,34</b>	<b>470,2</b>	<b>1275</b>	<b>24,16</b>	

№ п/п	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Витамины			Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16
<b>ВТОРНИК</b>														
<b>Завтрак</b>														
1	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	1/220/10	6	10,85	52,93	334,00	№174 сб.2017 г.	0,23	0,96	0,63	36,4	130,9	157,4	0,6
2	Бутерброд с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	5,84	11,92	14,89	190,00	№3 сб.2017 г.	0	0,1	0	15,2	139,2	101,5	8
3	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
4	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
5	Какао с молоком	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№382 сб.2017 г.	0,03	0,5	0,01	22	119,3	124,6	0,6
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>525</b>	<b>20,17</b>	<b>24,94</b>	<b>128,42</b>	<b>831,90</b>		<b>0,43</b>	<b>3,89</b>	<b>0,63</b>	<b>87</b>	<b>307,3</b>	<b>347,3</b>	<b>10,96</b>
<b>Обед</b>														
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/90	0,55	0,1	1,90	11,00	№ 71 сб. 2017 г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	1/250/10	2,05	6,48	8,26	105,82	№ 88 сб.2017 г.	0,05	15,7	0	22,1	49,2	49	0,8
3	Шлов из мяса говядины	1/100/300	32,98	33,78	52,04	644,00	№ 265 сб. 2017 г.	0,22	2,56	0	78,58	28,46	400,2	5,3
4	Кисель из свежих яблок	1/200	0,1	0,12	25,10	119,20	№352 сб.2017 г.	0,01	1,8	0	3,6	11,6	6,6	0,5
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
6	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>1040</b>	<b>38,32</b>	<b>38,76</b>	<b>140,94</b>	<b>1102,02</b>		<b>0,55</b>	<b>29,8</b>	<b>0</b>	<b>295,8</b>	<b>155,5</b>	<b>735,4</b>	<b>15,94</b>
<b>Полдник</b>														
1	Булочка с повидлом обсыпанная	1/100	13,2	28,72	82,26	640,00	№426 сб.2017 г.	0,08	0,22	16,1	21,17	19,8	59	1,06
2	Сок фруктовый в упаковке (ябл., виног., ябл.-вин. Минигиф.	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8
3	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,00	№ 338 2017г.	0,1	20	0	16	32	22	4
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>500</b>	<b>14,1</b>	<b>29,72</b>	<b>121,46</b>	<b>817,40</b>		<b>0,18</b>	<b>24,22</b>	<b>16,1</b>	<b>45,17</b>	<b>65,8</b>	<b>95</b>	<b>7,86</b>
	<b>ИТОГО вторник:</b>	<b>2065</b>	<b>72,59</b>	<b>93,42</b>	<b>390,82</b>	<b>2751,32</b>		<b>1,16</b>	<b>57,91</b>	<b>16,73</b>	<b>427,97</b>	<b>528,6</b>	<b>1177,7</b>	<b>34,76</b>

№п/п	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Вит		Минеральные вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	13	14	15	16	
<b>СРЕДА</b>														
<b>Завтрак</b>														
1	Омлет с сыром	1/150,37	23,9	39,2	3,40	463,30	№ 211 2017 г.	0,13	484	29,1	348,6	416,3	3,6	
2	Икра кабачковая из свеж. овощей	1/100	2,73	7,19	14,5	133,80	№73 сб.2017 г.	0,03	3,5	0	14,6	21,6	45,8	0,6
3	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб.2017 г.	0,01	0,7	0	17,4	32,4	23,4	0,6
4	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>572</b>	<b>38,13</b>	<b>50,94</b>	<b>90,00</b>	<b>985,20</b>		<b>0,39</b>	<b>4,43</b>	<b>484,01</b>	<b>98,7</b>	<b>512,5</b>	<b>670,7</b>	<b>6,8</b>
<b>Обед</b>														
1	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/90	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 71 сб.2017 г.	0,01	2,94	0	8,4	10,2	18	0,3
2	Суп-лапша домашняя	1/250	32,99	15,26	148,09	963,50	№ 113 сб.2017г	0,05	0,5	0	10,6	28,55	38,5	0,6
3	Пшеница, тушеная в соусе	1/100,75	12,12	11,52	2,93	164,00	№290сб.2017г.	0,04	0,35	30,1	14,06	29,5	76,9	0,6
	Соус сметанный		1,05	3,75	4,40	55,60	№330 сб.2017г.	0,02	0,03	33,8	5,2	27,3	22,7	0,2
4	Капуста тушеная с маслом сливочным «Крестьянка» 72,5%	1/180/7	4,46	8,12	51,52	32,5	№302 сб.2017г.	0,2	0	0	181,1	19,7	271,9	6
5	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,16	27,88	114,6	№344 сб.2017 г.	0,01	0,9	0	5,14	14,1	4,4	1
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>1050</b>	<b>64</b>	<b>38,98</b>	<b>313,36</b>	<b>1976,40</b>		<b>0,44</b>	<b>5,42</b>	<b>63,9</b>	<b>122,6</b>	<b>185,85</b>	<b>402,5</b>	<b>7,47</b>
<b>Полдник</b>														
1	Кондитерское изделие (зефир)	1/75	0,6	0,1	59,85	244,50		0	0	0	10	14,5	45	1,1
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,0	№ 338 сб. 2017г.	0,1	20,0	0	16,0	32,0	22,0	4,0
3	Сок фруктовый в виде пакет(яб.-виноград.-виш.-мультифр.)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>475</b>	<b>3,7</b>	<b>1,3</b>	<b>121,45</b>	<b>519,90</b>		<b>0,1</b>	<b>3,24</b>	<b>0,1</b>	<b>102</b>	<b>44,5</b>	<b>115</b>	<b>5,1</b>
	<b>ИТОГО среда:</b>	<b>2052</b>	<b>105,83</b>	<b>91,22</b>	<b>524,81</b>	<b>3481,50</b>		<b>0,93</b>	<b>3,85</b>	<b>548,01</b>	<b>323,3</b>	<b>742,85</b>	<b>1188,2</b>	<b>19,37</b>
<b>3</b>														

№ п/п	наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Х рецептуры	Витамины				Минеральные вещества					
		Белки, г			Жиры, г					Углеводы, г			В1, мг	С, мг	А, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг
		3	4	5	6	7	8			9	10	11							
<b>ЧЕТВЕРТ</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Запеканка из творога с молоком ступенным	1/200/80	40,92	30,96	78,40	756,0	№223 сб. 2017 г	0,12	0,94	130,0	53,1	391,1	430,3	1,2					
2	Кофейный напиток с молоком ступенным	1/200	3,3	2,4	26,70	142,20	№379 сб. 2017 г.	0,02	0,3	10	12,8	128,7	86,5	0,07					
3	Бутород с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	5,84	11,92	14,89	190,00	№3 сб. 2017 г.	0	0,1	0	15,2	139,2	101,5	8					
4	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1					
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1					
<b>ИТОГО завтрак:</b>			<b>535</b>	<b>42,9</b>	<b>108,49</b>	<b>1008,00</b>		<b>0,12</b>	<b>3,87</b>	<b>130</b>	<b>70,7</b>	<b>544,5</b>	<b>536,2</b>	<b>9,56</b>					
<b>Обед</b>																			
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/90	0,55	0,1	1,90	11,00	№71 сб. 2017 г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54					
2	Суп крестьянский с крупой и сметаной	1/250/10	1,76	6,45	6,45	92,32	№98 сб. 2017 г.	0,04	9,8	0	14,1	35,8	33,6	0,5					
3	Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	1/100/70	19,5	9,9	7,60	210,00	№229 сб. 2017 г.	0,1	7,4	11,6	97,2	78	324,2	1,7					
4	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200/5	4,13	12,2	24,00	230,47	№312 сб. 2017 г.	0,01	24,2	0	37	49,3	115,4	1,3					
5	Кисель из свежих яблок	1/200	0,1	0,12	25,10	119,20	№352 сб. 2017 г.	0,01	1,8	0	3,6	11,6	6,6	0,5					
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1					
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1					
<b>ИТОГО обед:</b>			<b>1040</b>	<b>34,24</b>	<b>110,45</b>	<b>908,89</b>		<b>0,39</b>	<b>53,7</b>	<b>11,6</b>	<b>196,9</b>	<b>206,1</b>	<b>579,4</b>	<b>6,54</b>					
<b>Полдник</b>																			
1	Крендель сахарный	1/100	7,08	13,14	55,74	370,00	№415 сб. 2017 г.	0,12	0	18	19,4	75	1,2	2,3					
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/200	0,8	0,8	19,60	94,00	№342 2017 г	0,1	20	0	16	32	22	4					
3	Сок фруктовый в индупак (ябл., виног., ябл.-вин., мультиф.)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8					
<b>ИТОГО полдник:</b>			<b>500</b>	<b>14,14</b>	<b>94,94</b>	<b>547,40</b>		<b>0,22</b>	<b>24</b>	<b>18</b>	<b>43,4</b>	<b>121</b>	<b>37,2</b>	<b>29,8</b>					
<b>ИТОГО четверг:</b>			<b>2075</b>	<b>87,96</b>	<b>313,88</b>	<b>2464,29</b>		<b>0,73</b>	<b>81,57</b>	<b>159,6</b>	<b>311</b>	<b>871,6</b>	<b>1152,8</b>	<b>45,9</b>					

№ п/п	наименование блюда	Вес блока	Пищевые вещества			Зачисленная цена	Кв рецептуры	Витамины				Минеральные вещества			
			Блюда					В, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	P, мг	Fe, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	14	15	16	
<b>ПЯТНИЦА</b>															
<b>Завтрак</b>															
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/90	0,55	0,1	1,90	11,00	№71 сб.2017г.	0,03	10,5	0	12	8,4	15,6	0,54	
2	Макаронные изделия отварные с маслом «Крестьянским» 72,5%	1/180/7	7,55	0,9	42,56	208,40	№309 сб.2017г.	0,07	0	0	28,1	6,4	49,5	1,4	
3	Омлеты из говяжьей печени с маслом «Крестьянским» 72,5%	1/100/10	19,52	22,64	7,64	328,00	№282 2017г	0,26	15,76	79,26	18,44	24,02	273,02	14,02	
4	Какао с молоком	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№382 2017г	0,03	0,5	0,01	2,2	115,3	124,	0,6	
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>662</b>	<b>45,84</b>	<b>24,38</b>	<b>146,90</b>	<b>1004,40</b>		<b>0,48</b>	<b>20,8</b>	<b>42,01</b>	<b>147,8</b>	<b>204,8</b>	<b>408,2</b>	<b>5,94</b>	
<b>Обед</b>															
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/90	0,4	0,05	0,85	5,00	№71 сб.2017г.	0,01	2,94	0	8,4	10,2	18	0,3	
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,1	7,02	11,36	125,15	№82 сб.2017г.	0,05	10,6	0	26,1	49,7	54,6	1,2	
3	Голубцы (говядина, рис) с соусом сметанным с томатом	2/216/100	19,64	16,46	32,90	358,0	№287,331 сб.2017г.	0,12	27,1	55,4	63,78	104,88	248,64	2,24	
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб.2017г.	0,01	0,7	0	17,4	32,4	23,4	0,6	
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
6	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90		0,1	0	0	16,5	11,5	42	1	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>956</b>	<b>29,01</b>	<b>25,29</b>	<b>172,57</b>	<b>1078,90</b>		<b>0,45</b>	<b>15,83</b>	<b>82,8</b>	<b>164,04</b>	<b>231,2</b>	<b>441,8</b>	<b>8</b>	
<b>Полдник</b>															
1	Сок фруктовый в яблочном-ябл-кондитерское изделие (пряники)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40		0	4	0	8	14	14	2,8	
2	Фрукты свежие калиброванные (яблоко)	1/75	4,85	6,15	51,23	279,80		0	0	0	10	14,5	45	1,1	
3	ИТОГО полдник:	1/200	0,8	0,8	19,60	94,0	№338сб.2017г.	0,1	20,0	0	16,0	32,0	22,0	4,0	
	<b>ИТОГО пятница:</b>	<b>475</b>	<b>6,51</b>	<b>6,7</b>	<b>111,00</b>	<b>542,33</b>		<b>0,1</b>	<b>124</b>	<b>0</b>	<b>44</b>	<b>96,5</b>	<b>105</b>	<b>4,5</b>	
	<b>ИТОГО пятница:</b>	<b>2093</b>	<b>81,36</b>	<b>56,37</b>	<b>430,47</b>	<b>2625,63</b>		<b>1,03</b>	<b>160,63</b>	<b>124,81</b>	<b>355,84</b>	<b>532,5</b>	<b>955</b>	<b>18,44</b>	

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ за 2 неделю**

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	411,5	421,6	1793,7	12951,0
Среднее значение за период	82,3	84,3	358,7	2590,2

Итого	Витамины				Минеральные вещества			
	В1, мг	С, мг	А, мг	Мg, мг	Са, мг	Р, мг	Fe, мг	
Итого за весь период	9,8	448,9	8856,9	1596,4	3086,1	5456,1	147,2	
Среднее значение за период	1,95	89,77	1771,39	319,27	617,21	1091,23	29,43	