

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



Ежедневное меню

1 день

7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА №175	200	11,40	10,20	34,70	226,20
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН) 40/10	50	2,36	7,49	14,89	146,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20
ТК№338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60
Итого за прием пищи:		530	14,34	18,09	72,82	470,00
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	80	7,50	4,00	59,00	300,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50
Итого за прием пищи:		280	9,80	5,30	84,90	423,50
Всего:		810	24,14	23,39	157,72	893,50

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА №175	250	14,25	12,75	43,40	275,70
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН) 40/10	50	2,36	7,49	14,89	146,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТК№338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60
Итого за прием пищи:		600	17,21	20,64	83,02	525,30
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	250	2,87	1,60	32,30	154,40
Итого за прием пищи:		350	10,37	5,60	91,30	454,40
Всего:		950	27,58	26,24	174,32	979,70

**Ежедневное меню
2 день
7-11 лет**

льготное питание



№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	90/30	11,30	10,60	14,10	190,20
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	4,59	5,00	20,43	145,31
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,90	0,50	24,10	116,80
	Итого за весь прием пищи:	560	20,57	16,20	73,88	517,71
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	Итого за прием пищи:	300	7,60	11,00	92,20	490,30
	Всего:	860	28,17	27,20	166,08	1 008,01

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	180	5,50	5,49	24,60	175,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,90	0,50	24,10	116,80
	Итого за прием пищи:	620	23,30	18,95	82,10	599,10
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	Итого за прием пищи:	350	7,60	11,00	99,25	517,90
	Всего:	970	30,90	29,95	181,35	1 117,00

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



**Ежедневное меню
3 день
7-11 лет**

льготное питание

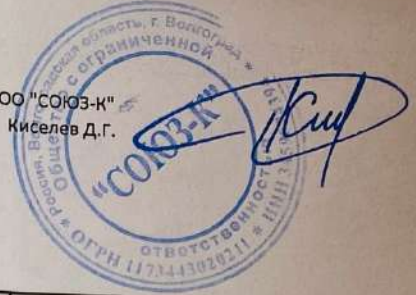
№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	200	5,80	6,50	21,80	205,00
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
9	ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	35,60	187,00
	Итого за прием пищи:	500	15,60	19,70	87,23	587,00
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	Итого за прием пищи:	300	7,60	4,00	87,20	410,30
	Всего:	800	23,20	23,70	174,43	997,30

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	250	7,30	8,12	27,25	256,25
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
9	ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	35,60	187,00
	Итого за прием пищи:	550	17,10	21,32	92,68	638,25
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	Итого за прием пищи:	350	7,60	4,00	94,25	437,90
	Всего:	900	24,70	25,32	186,93	1 076,15
	Итого за прием пищи:	1250	32,30	29,32	281,18	1 514,05
	Всего:	1350	39,80	33,32	340,18	1 814,05

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



Ежедневное меню
5 день
7-11 лет
льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
168	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	250	16,90	15,80	46,50	364,20
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
	Итого за прием пищи:	600	17,7	16,4	75,8	490,6
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50
	Итого за прием пищи:	300	9,80	5,30	84,90	423,50
	Всего:	900	27,50	21,70	160,70	914,10

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
168	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	250	16,90	15,80	46,50	364,20
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
	Итого за прием пищи:	600	17,7	16,4	75,8	490,6
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	250	2,87	1,60	32,30	154,40
	Итого за прием пищи:	350	10,37	5,60	91,30	454,40
	Всего:	950	28,07	22,00	167,10	945,00

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



Ежедневное меню
6 день
7-11 лет

льготное питание

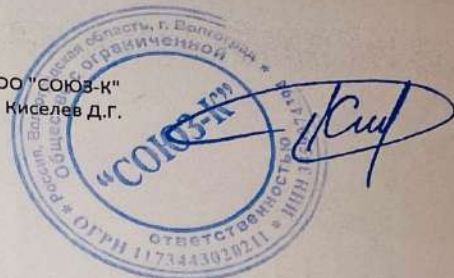
№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	200	5,80	6,50	21,80	227,00
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	210	0,20	0,00	15,00	58,00
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40
337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60
	Итого за прием пищи:	650	17,90	20,40	66,23	559,00
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	Итого за прием пищи:	300	7,60	11,00	92,20	490,30
	Всего:	950	25,50	31,40	158,43	1 049,30

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	250	7,30	8,12	27,25	256,25
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	210	0,20	0,00	15,00	58,00
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40
337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60
	Итого за прием пищи:	700	19,40	22,02	71,68	588,25
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	Итого за прием пищи:	350	7,60	11,00	99,25	517,90
	Всего:	1050	27,00	33,02	170,93	1 106,15

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294	90/30	12,10	14,60	14,60	252,60
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	4,59	5,00	20,43	145,31
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор	60	0,60	0,10	1,75	13,20
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50
ТТК №	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
Итого за прием пищи:		540	19,45	20,06	60,54	517,91
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ИЮМОМ	100	8,38	14,00	53,13	372,13
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60
Итого за прием пищи:		300	8,88	14,10	80,53	484,73
Всего:		840	28,33	34,16	141,07	1 002,64

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294	100/30	13,40	16,20	16,20	280,60
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	180	5,50	5,49	24,60	175,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор	100	1,00	0,16	2,90	22,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТТК №	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
Итого за прием пищи:		660	23,40	22,45	75,80	626,10
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ИЮМОМ	100	8,38	14,00	53,13	372,13
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	250	0,62	0,10	34,25	140,75
Итого за прием пищи:		350	9,00	14,10	87,38	512,88
Всего:		1010	32,40	36,55	163,18	1 138,98

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



Ежедневное меню

8 день

7-11 лет

льготное питание

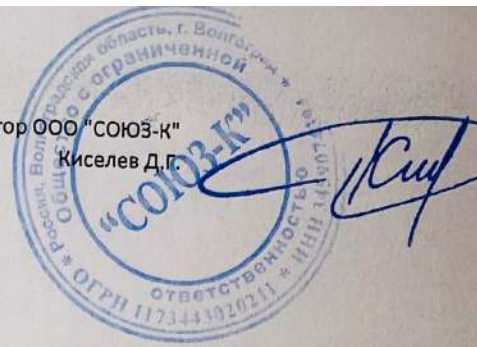
№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углевод	
ЗАВТРАК						
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ	90/30	11,30	10,60	14,10	190,20
203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30
ТТК №	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
Итого за прием пищи:		500	18,78	20,11	78,96	573,30
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50
Итого за прием пищи:		300	9,80	12,30	89,90	503,50
Всего:		800	28,58	32,41	168,86	1 076,80

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углевод	
ЗАВТРАК						
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	130	12,50	11,77	15,60	211,30
203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	180	6,12	10,98	41,04	293,40
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30
ТТК №	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
Итого за прием пищи:		560	22,32	23,35	94,14	679,50
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	250	2,87	1,60	32,30	154,40
Итого за прием пищи:		350	10,37	12,60	96,30	534,40
Всего:		910	32,69	35,95	190,44	1 213,90

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



Ежедневное меню
9 день
7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	200	10,53	15,50	34,40	298,20
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)30/20	50	3,30	0,20	22,20	117,40
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50
ТК№338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60
Итого за прием пищи:		530	14,41	16,10	79,83	513,70
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА С МАКОМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
Итого за прием пищи:		300	7,21	5,50	75,50	377,90
Всего:		830	21,62	21,60	155,33	891,60

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	250	13,16	19,37	43,00	372,70
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)30/20	50	3,30	0,20	27,20	117,40
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТК№338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60
Итого за прием пищи:		600	17,06	19,97	94,93	593,70
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА С МАКОМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
Итого за прием пищи:		350	7,21	5,50	82,55	405,50
Всего:		950	24,27	25,47	177,48	999,20

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.



**Ежедневное меню
10 день
7-11 лет**

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	90	11,60	8,30	5,90	119,00
304	РИС ОТВАРНОЙ №304	150	3,80	6,80	38,90	219,30
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св. капуста квашеная огурец сол. помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20
ТТК№68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	530	19,48	15,80	77,15	494,20
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60
	Итого за прием пищи:	300	8,00	11,10	91,40	492,60
	Всего:	830	27,48	26,90	168,55	986,80

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. 373,00
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ №304	180	4,56	8,16	46,70	263,16
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св. капуста квашеная огурец сол. помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТТК№68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	630	21,96	18,12	88,20	565,86
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	250	0,62	0,10	34,25	140,75
	Итого за прием пищи:	350	8,12	11,10	98,25	520,75
	Всего:	980	30,08	29,22	186,45	1 086,61