СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе Г. Рыбинска
и РМР
_____ 2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
_____ Р.А.Брядовая
_____ 2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП ГО г. Рыбинск ТД «На Сенной»
_____ С.А. Иванченко
_____ 2014г.

Примерное цикличное меню (завтрак) для школьных столовых – договорных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

Сезон: осенний - зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 465	Рис отварной	150	3,7	5,7	38,0	226,0	0	0	40,0	0	11,0	81,0	26,0	1,1
№ 528	Соус красный основной	30	0,3	1,2	1,8	20,0	0	0	5,0	0	3,0	3,0	2,0	0
№ 627, 628	Компот из изюма с вит.»С»	200	0,4	0,2	33,2	136,0	0,04	0,6	0	0,2	16,0	26,0	8,0	0,6
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**15,5**	**27,5**	**88,7**	**570,0**	**0,04**	**0,6**	**45,0**	**12,0**	**71,0**	**259,0**	**56,0**	**3,3**
	День: вторник													

№ 297	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/30	18,8	13,4	24,7	307,0	0	0,4	82,0	0	209,0	251,0	27,0	0,6
№ 627, 628, 629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
№561-1973	Булочка «Школьная»	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	0	6,0	20,0	4,0	0,4
	Итого:		**15,1**	**9,8**	**47,1**	**346,6**	**0**	**3,2**	**54,6**	**0**	**153,0**	**197**	**27,0**	**1,6**
	День: среда													
№ 564	Биточек «Школьный»	80	15,1	17,2	3,2	231	0,07	1,6	25,0	3,2	21,0	143,0	19,0	1,8
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№ 585	Компот из свежих яблок с витамином «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**25,3**	**24,7**	**70,8**	**554,0**	**0,27**	**3,3**	**56,0**	**4,7**	**52,0**	**351,0**	**150,0**	**7,1**
	День: четверг													
табл.4 ,стр149	Каша молочная жидкая с маслом сливочным (пшенная, рисовая, пшеничная, манная, «Дружба»)	200/5	4,7	7,0	34,1	225,0	0	1,4	40,0	0	139,0	160,0	33,0	2,3
№642 -1994г	Какао с молоком	200	3,9	3,1	25,2	146,0	0,04	0	0	0,7	8,0	26,0	5,0	1,0
№561 -1973	Булочка «Школьная»	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	0	6,0	20,0	4,0	0,4
	Итого:		**10,9**	**11,0**	**74,7**	**450,0**	**0,04**	**1,4**	**40,0**	**0,7**	**153,0**	**206,0**	**42,0**	**3,7**
	День: пятница													

№ 439	Бедро отварное	80	15,2	4,4	0	106,8	0	1,4	15,1	0	26,9	88,2	12,4	1,0
№ 469	Макаронные изделия отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№ 646	Напиток Апельсиновый с вит.»С»	200	0,1	0	24,5	95,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**23,3**	**9,5**	**70,9**	**468,8**	**0**	**6,9**	**35,1**	**2,0**	**50,0**	**151,2**	**27,4**	**2,1**
	День: суббота													
№ 422	Плов с мясными продуктами (говядина/птица)	50/150	18,1	19,0	27,6	383,0	0	1,5	0	3,0	23,0	236,0	49,0	2,7
№ 627, 628, 629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**20,7**	**19,9**	**58,2**	**525,0**	**0**	**4,4**	**0**	**4,0**	**37,0**	**26,0**	**58,0**	**37**
	Итого за неделю:		**110,8**	**102,4**	**420,4**	**2913,8**	**0,31**	**19,8**	**230,7**	**12,6**	**516,0**	**1429,2**	**360,4**	**21,5**
	Итого за день:		**18,5**	**17,0**	**70,1**	**486,0**	**0,05**	**3,3**	**38,5**	**2,1**	**86,0**	**238,2**	**60,0**	**3,6**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
Г.А.Брядовая
2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП Г.о. г. Рыбинск ТД «На Сенной»
С.А.Иванченко
2014г.

Примерное циклическое меню (обед) для школьных столовых - доготовочных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

Сезон: осенний - зимний

№ рец. Сб. Рец. 1994г.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 138	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№ 564	Биточек «Школьный»	80	15,1	17,2	3,2	231,0	0,07	1,6	25,0	3,2	21,0	143,0	19,0	1,8
№ 469	Макаронные изделия отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№ 627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34	8,0	0,2
	Итого:		**28,4**	**29,0**	**82,9**	**713,0**	**0,07**	**9,1**	**47,5**	**7,9**	**74,3**	**295,0**	**67,0**	**4,6**
	День: вторник													
№ 120	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы	200/5	1,3	3,8	7,7	72,0	0	17,4	0	2,0	34,0	40,0	18,0	0
№ 64-	Бжики мясные	120/100	14,5	16,7	2,8	221,0	0	0,8	0	2,0	17,0	152,0	19,0	2,2

№ 646	Напиток апельсиновый с витамином «С»	200	0,2	0	25,8	106,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34	8,0	0,2
	Итого:		**18,9**	**24,0**	**52,0**	**513,0**	**0**	**23,5**	**2,5**	**5,7**	**64,3**	**231,0**	**48,0**	**2,6**
	День: среда													
№ 139	Суп картофельный с вермишелью с мясом птицы	200/5	1,4	4,0	19,2	113,0	0	7,0	0	2,0	20,0	53,0	19,0	0,5
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 482	Капуста тушеная	150	3,0	4,9	8,0	113,0	0	25,0	0	2,0	88,0	57,0	29,0	1,2
№ 627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**16,4**	**31,5**	**58,4**	**612,0**	**0**	**34,9**	**2,5**	**5,7**	**156,3**	**283,0**	**77,0**	**4,1**
	День: четверг													
№ 131	Суп картофельный с рыбными консервами	200/20	4,7	5,0	10,4	120,0	0	7,6	0	1,0	27,0	108,0	30,0	0,8
№ 408	Печень «по-строгоновски»	80/50	21,0	13,7	11,0	259,0	0	21,0	8404,0	5,0	31,0	365,0	24,0	8,0
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№ 627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**36,6**	**28,6**	**86,6**	**685**	**0,2**	**31,5**	**8437,5**	**8,2**	**91,3**	**701,0**	**190,0**	**13,9**
	День: пятница													
№ 110	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	200/5	1,3	3,8	8,2	83,0	0	8,0	0	2,0	36,0	43,0	20,0	0,6
№ 309	Рыба тушеная в томате с овощами	100	11,7	4,0	4,8	101,0	0,09	1,0	43,0	0,5	73,0	48,0	128,0	2,0

№ 465	Рис отварной	150	3,7	5,7	38,0	226,0	0	0	40,0	0	11,0	81,0	26,0	1,1
№ 585	Напиток из свежих яблок с витам. «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**18,9**	**17,2**	**94,6**	**639,0**	**0,09**	**10,7**	**85,5**	**4,2**	**132,3**	**210,0**	**186,0**	**4,9**
	День: суббота													
№ 129	Рассольник « Ленинградский» с мясом птицы	200/5	1,6	4,0	64,2	99,0	0	6,0	0	2,0	19,0	46,0	21,0	1,0
№146	Котлета «Аппетитная»	80	11,6	12,3	8,9	198,0	0	0	0	2,0	15,0	112,0	14,0	1,8
№ 472	Пюре картофельное	150	3,2	5,4	12,8	138,0	0	5,2	36,0	0	44,0	82,0	27,0	1,0
№ 646	Напиток апельсиновый с витамином «С»	200	0,2	0	25,8	106,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34	8,0	0,2
	Итого:		**19,5**	**25,2**	**127,4**	**655,0**	**0**	**16,5**	**38,5**	**5,7**	**91,3**	**279,0**	**73,0**	**4,2**
	Итого за неделю:		**139,6**	**155,5**	**501,9**	**3817,0**	**0,36**	**126,2**	**8614,0**	**37,4**	**609,8**	**1999,0**	**641,0**	**34,3**
	Итого за день:		**23,3**	**25,9**	**83,6**	**636,2**	**0,06**	**21,0**	**1435,6**	**6,2**	**101,6**	**333,2**	**106,8**	**5,7**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
_____ 2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
З.А.Брядовая
_____ 2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП ГО г. Рыбинск ТД «На Сенной»
_____ С.А. Иванченко
«__» _____ 2014г.

Примерное циклическое меню (завтрак) для школьных столовых, доготовочных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

Сезон: осенний - зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
Сб.р.														
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№ 702	Компот из изюма с витамином «С»	200	0,4	0,2	33,2	136,0	0,04	0,6	0	0,2	16,0	26,0	8,0	0,6
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**19.2**	**26,6**	**83,2**	**553,0**	**0,24**	**0,62**	**31,0**	**1,7**	**77,0**	**359,0**	**151,4**	**6.3**
	День: вторник													
№146	Котлета « Аппетитная»	80	11,9	12,5	8,1	198,0	0	0	14,0	2,0	16,0	112,0	14,0	1,8
№ 465	Рис отварной	150	3,7	5,7	38,0	226,0	0	0	40,0	0	11,0	81,0	26,0	1,1
№ 528	Соус красный	30	0,3	1,2	1,8	20,0	0	0	5,0	0	3,0	3,0	2,0	0

	основной													
№ 702	Компот из кураги с витамином «С»	200	1,0	0,1	30,2	126,0	0,02	0,8	0	1,1	33,0	29,0	21,0	0,7
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**19,2**	**20,4**	**85,4**	**649,0**	**0,02**	**0,8**	**59,0**	**4,1**	**69,0**	**245,0**	**67,0**	**3,8**
	День: среда													
№ 309	Рыба тушеная в томате с овощами	100	11,7	4,0	4,8	101,0	0,09	1,0	43,0	0,5	73,0	48,0	128,0	2,0
№ 470	Картофельное пюре	150	3,0	4,7	12,8	132,0	0	5,3	26,0	0	44,0	84,0	29,0	1,2
№ 627, 628, 629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**17,3**	**9,6**	**48,2**	**375**	**0,09**	**9,2**	**69**	**1,5**	**131,0**	**162,0**	**166,0**	**4,2**
	День: четверг													
№ 297	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/30	12,5	8,9	16,5	205,0	0	0,2	54,7	0	139,0	167,0	18,0	0,4
№ 585	Компот из свежих яблок с витамином «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
№561 -1973	Булочка «Школьная»	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	0	6,0	20,0	4,0	0,4
	Итого:		**15,0**	**10,0**	**59,8**	**449,0**	**0**	**1,9**	**54,7**	**0**	**152,0**	**191,0**	**26,0**	**1,8**
	День: пятница													
№71-2010г	Котлета куриная натуральная	80	20,7	17	7,6	276,1	0	1,0	56,0	4,4	27,0	123,0	23,0	1,7
№ 482	Капуста тушеная	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2

	Итого:		**29,0**	**22,1**	**69,2**	**606,0**	**0**	**3,9**	**76,0**	**6,4**	**51,0**	**191,0**	**40,0**	**3,4**
	День: суббота													
табл.4, стр149	Каша молочная жидкая с маслом сливочным (пшенная, рисовая, пшеничная, манная, «Дружба»)	200/5	4,7	7,0	34,1	225,0	0	1,4	40,0	0	139,0	160,0	33,0	2,3
№642-1994г	Какао с молоком	200	3,9	3,1	25,2	146,0	0,04	0	0	0,7	8,0	26,0	5,0	1,0
№ 109	Булочка « Домашняя »	50	4,2	5,5	27,8	192,0	0,06	0	34,0	1,1	14,0	36,0	6,0	0,5
	Итого:		**12.8**	**15.6**	**87,1**	**563,0**	**0,1**	**1,4**	**74,0**	**1,8**	**161,0**	**222**	**44,0**	**3,8**
	Итого за неделю:		**95,2**	**94,7**	**384,7**	**2820,0**	**0,36**	**8,6**	**294,7**	**14**	**510,0**	**1208**	**328,0**	**19,1**
	Итого за день:		**15,8**	**15,8**	**64,1**	**470,0**	**0,06**	**1,4**	**49,1**	**2,3**	**85,0**	**201,3**	**54,6**	**3,18**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента образования
Г.А.Брядовая
«» 2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП г.о.г. Рыбинск ТД «На Сенной»
А.Иванченко
«» 2014г.

Примерное цикличное меню (обед) для школьных столовых - доготовочных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: вторая **Возрастная категория: 7-11 лет**

Сезон: осенний - зимний

№ рец. Сб. Рец. 1994г.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 138	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	200/5	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№146	Котлета « Аппетитная »	80	11,9	12,5	8,1	198,0	0	0	14,0	2,0	16,0	112,0	14,0	1,8
№ 482	Капуста тушеная	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**25,2**	**24,3**	**87,8**	**680,0**	**0**	**7,5**	**36,5**	**6,7**	**69,3**	**264,0**	**62,0**	**4,6**
	День: вторник													
№ 129	Рассольник « Ленинградский» с мясом птицы	200/5	1,6	4,0	64,2	99,0	0	6,0	0	2,0	19,0	46,0	21,0	1,0
№439	Бедро отварное	80	15,2	4,4	0	106,8	0	1,4	15,1	0	26,9	88,2	12,4	1,0
№ 469	Макароны отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7

№ 646	Напиток апельсиновый с витамином «С»	200	0,2	0	25,8	106,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**25,6**	**16,1**	**136,8**	**613.8**	**0**	**12.7**	**37,6**	**4,7**	**68,2**	**210,2**	**53,4**	**3,9**
	День: среда													
№ 120	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы	200/5	1,3	3,8	7,7	72,0	0	17,4	0	2,0	34,0	40,0	18,0	0
№ 408	Печень «по-строгановски»	80/50	21,0	13,7	11,0	259,0	0	21,0	8404,0	5,0	31,0	365,0	24,0	8,0
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№ 646	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,5	95,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**33,0**	**27,4**	**93,2**	**669,0**	**0,2**	**43,7**	**8437,5**	**9,2**	**98,3**	**628,0**	**176,0**	**12,5**
	День: четверг													
№ 139	Суп картофельный с вермишелью с мясом птицы	200/5	1,4	4,0	19,2	113,0	0	7,0	0	2,0	20,0	53,0	19,0	0,5
№ 564	Биточек «Школьный»	80	15,1	17,2	3,2	231,0	0,07	1,6	25,0	3,2	21,0	143,0	19,0	1,8
№ 470	Картофельное пюре	150	3,0	4,7	12,8	132,0	0	5,3	26,0	0	44,0	84,0	29,0	1,2
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**22,8**	**29,4**	**66.1**	**533.0**	**0,07**	**16.8**	**53,5**	**6.9**	**98.3**	**324,0**	**80,0**	**4,5**
	День: пятница													
№ 110	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	200/5	1,3	3,8	8,2	83,0	0	8,0	0	2,0	36,0	43,0	20,0	0,6

№4-	Ежики мясные	120/100	14,5	16,7	2,8	221,0	0	0,8	0	2,0	17,0	152,0	19,0	2,2
№ 585	Напиток из свежих яблок с витамином «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**18,9**	**24,2**	**54,6**	**533,0**	**0**	**10,5**	**2,5**	**5,7**	**65,3**	**233,0**	**51,0**	**4,0**
	День: суббота													
№ 138	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№ 401	Гуляш мясной	50/50	14,5	16,7	2,8	221,0	0	0,8	0	2,0	17,0	152,0	19,0	2,2
№ 469	Макароны отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**27,7**	**28,5**	**82.5**	**703,0**	**0**	**8,3**	**22,5**	**6,7**	**70,3**	**241,0**	**67,0**	**5,0**
	Итого за неделю:		**153,2**	**149.9**	**510.0**	**3731,8**	**0,27**	**99,5**	**8590,1**	**39,9**	**469,7**	**1900,2**	**489,4**	**33,7**
	Итого за день:		**25.5**	**25.0**	**85,0**	**622,0**	**0,04**	**16,5**	**1431,6**	**6,7**	**78,3**	**316,7**	**81,6**	**5,6**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
_____ 2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
_____ Р.А.Брядовая
_____ 2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП ГО г. Рыбинск ТД «На Сенной»
_____ С.А. Иванченко
«___» _____ 2014г.

Примерное цикличное меню (завтрак) для школьных столовых – доготовочных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: третья
Возрастная категория: 7-11 лет
Сезон: осенний - зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 469	Макароны отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№702	Компот из кураги с витамином «С»	200	1,0	0,1	30,2	126,0	0,02	0,8	0	1,1	33,0	29,0	21,0	0,7
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**17,8**	**24,3**	**76,9**	**602,0**	**0,02**	**0,8**	**20,0**	**3,1**	**84,0**	**216,0**	**49,0**	**3,0**
	День: вторник													
№ 297	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/30	18,8	13,4	24,7	307,0	0	0,4	82,0	0	209,0	251,0	27,0	0,6
№ 627, 628	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
№ 109	Булочка	50	4,2	5,5	27,8	192,0	0,06	0	34,0	1,1	14,0	36,0	6,0	0,5

	« Домашняя »													
	Итого:		**17,0**	**14,4**	**59,5**	**460,0**	**0,06**	**3,1**	**88,7**	**1,1**	**153,0**	**213,0**	**29,0**	**1,7**
	День: среда													
№64-	Ежики мясные	120/100	14,5	16,7	2,8	221,0	0	0,8	0	2,0	17,0	152,0	19,0	2,2
№ 702	Компот из изюма с витамином «С»	200	0,4	0,2	33,2	136,0	0,04	0,6	0	0,2	16,0	26	8,0	0,6
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**17,2**	**17,8**	**51,4**	**436,0**	**0,04**	**1,4**	**0**	**3,2**	**39,0**	**198,0**	**31,0**	**3,0**
	День: четверг													
Сб.р.	Бифштекс из рыбы	80	11,7	4,0	4,8	101,0	0,09	1,0	43,0	0,5	73,0	48,0	128,0	2,0
№ 470	Картофельное пюре	150	3,0	4,7	12,8	132,0	0	5,3	26,0	0	44,0	84,0	29,0	1,2
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**17,3**	**9,6**	**48,2**	**375,0**	**0,1**	**12,2**	**69,0**	**1,5**	**138,0**	**175,0**	**170,2**	**4,4**
	День: пятница													
табл.4, стр149	Каша молочная жидкая с маслом сливочным (пшенная, рисовая, пшеничная, манная, «Дружба»)	200/5	4,7	7,0	34,1	225,0	0	1,4	40,0	0	139,0	160,0	33,0	2,3
№ 585	Компот из свежих яблок с витамином «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
№ 109	Булочка « Домашняя »	50	4,2	5,5	27,8	192,0	0,06	0	34,0	1,1	14,0	36,0	6,0	0,5
	Итого:		**9,1**	**12,7**	**89,8**	**532,0**	**0,06**	**3,1**	**74,0**	**1,1**	**160,0**	**200,0**	**43,0**	**3,8**
	День: суббота													

№ 439	Бедро отварное	80	15,2	4,4	0	106,8	0	1,4	15,1	0	26,9	88,2	12,4	1,0
№ 465	Рис отварной	150	3,7	5,7	38,0	226,0	0	0	40,0	0	11,0	81,0	26,0	1,1
№ 702	Компот из кураги с витамином «С»	200	1,0	0,1	30,2	126,0	0,02	0,8	0	1,1	33,0	29,0	21,0	0,7
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**22,2**	**11,1**	**83,6**	**537,0**	**0,02**	**2,2**	**55,1**	**2,1**	**76,9**	**218,2**	**63,4**	**3,0**
	Итого за неделю		**100,6**	**89,9**	**409,4**	**2945,0**	**0,3**	**22,8**	**306,8**	**12,1**	**650,0**	**1220,2**	**385,6**	**18,9**
	Итого за день:		**16,7**	**15,0**	**68,2**	**490,0**	**0,05**	**3,8**	**51,1**	**2,0**	**108,3**	**203,3**	**64,3**	**3,1**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
Р.А.Брядовая
2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП г.о.г. Рыбинск ТД «На Сенной»
С.Е.Иванченко
« » 2014г.

Примерное циклическое меню (обед) для пкольных столовых - доготовочных на 2014-2015 учебный год.
Неделя: третья
Возрастная категория: 7-11 лет
Сезон: осенний - зимний

№ рец. Сб. Рец. 1994г.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 129	Рассольник « Ленинградский» с мясом птицы	200/5	1,6	4,0	64,2	99,0	0	6,0	0	2,0	19,0	46,0	21,0	1,0
№ 422	Плов с мясными продуктами (говядина/птица)	50/150	18,1	19,0	27,6	383,0	0	1,5	0	3,0	23,0	236,0	49	2,7
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**23,0**	**26,7**	**122,7**	**659,0**	**0**	**10.4**	**2,5**	**6,7**	**55.3**	**326,0**	**83,0**	**4,7**
	День: вторник													
№ 139	Суп картофельный с вермишелью с мясом птицы	200/5	1,4	4,0	19,2	113,0	0	7,0	0	2,0	20,0	53,0	19,0	0,5
№ 146	Котлета «Аппетитная»	80	11,9	12,5	8,1	198,0	0	0	14,0	2,0	16,0	112,0	14,0	1,8

№ 482	Капуста тушеная	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№ 702	Компот из кураги с витамином «С»	200	1,0	0,1	30,2	126,0	0,02	0,8	0	1,1	33,0	29,0	21,0	0,7
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**22,9**	**24,3**	**104,2**	**739,0**	**0,02**	**7,8**	**36,5**	**7,8**	**84,3**	**266,0**	**70,0**	**3,9**
	День: среда													
№ 110	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	200/5	1,3	3,8	8,2	83,0	0	8,0	0	2,0	36,0	43,0	20,0	0,6
№ 408	Печень «по-строгоновски»	80/50	21,0	13,7	11,0	259,0	0	21,0	8404,0	5,0	31,0	365,0	24,0	8,0
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№ 646	Напиток апельсиновый с витамином «С»	200	0,2	0	25,8	106,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**33,1**	**27,4**	**95,0**	**691,0**	**0,2**	**34,3**	**8437,5**	**9,2**	**100,3**	**631,0**	**178,0**	**13,1**
	День: четверг													
№ 138	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	200/5	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№64-	Ежики мясные	120/100	14,5	16,7	2,8	221,0	0	0,8	0	2,0	17,0	152,0	19,0	2,2
№ 585	Напиток из свежих яблок с витамином «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**22,0**	**24,5**	**64,2**	**567,0**	**0**	**7,1**	**2,5**	**5,7**	**59,3**	**260,0**	**58,0**	**4,5**
	День: пятница													
№ 138	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 469	Макароны отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№ 627,	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8

628,629														
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**22,1**	**30,9**	**80,0**	**691,0**	**0**	**7,5**	**22,5**	**4,7**	**88,3**	**281,0**	**64,0**	**4,2**
	День: суббота													
№ 131	Суп картофельный с рыбными консервами	200/20	4,7	5,0	10,4	120,0	0	7,6	0	1,0	27,0	108,0	30,0	0,8
№146	Котлета «Аппетитная»	80	11,9	12,5	8,1	198,0	0	0	14,0	2,0	16,0	112,0	14,0	1,8
№ 472	Пюре картофельное	150	3,2	5,4	12,8	138,0	0	5,2	36,0	0	44,0	82,0	27,0	1,0
№ 627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**23,0**	**26,4**	**62,2**	**633,0**	**0**	**15,7**	**52,5**	**4,7**	**100,3**	**346,0**	**84,0**	**4,6**
	Итого за неделю:		**146,0**	**160,0**	**528,3**	**3980,0**	**0,22**	**82,8**	**8554,0**	**38,8**	**487,8**	**2110,0**	**538,0**	**35,0**
	Итого за день:		**24,4**	**26,7**	**88,0**	**663,3**	**0,03**	**13,8**	**1425,0**	**6,5**	**81,3**	**351,6**	**89,6**	**5,8**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
А.Брядовая
2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП ГО г. Рыбинск ТД «На Сенной»
Иванченко
«» 2014г.

Примерное циклическое меню (завтрак) для школьных столовых – доготовочных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 7-11 лет

Сезон: осенний - зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**19.1**	**26.4**	**65,2**	**480,0**	**0,2**	**2,92**	**31,0**	**1,5**	**69.0**	**343,0**	**148,0**	**6,5**
	День: вторник													
табл.4, стр149	Каша молочная жидкая с маслом сливочным (пшенная, рисовая, пшеничная, манная, «Дружба»)	200/5	4,7	7,0	34,1	225,0	0	1,4	40,0	0	139,0	160,0	33,0	2,3

№642-1994г	Какао с молоком	200	3,9	3,1	25,2	146,0	0,04	0	0	0,7	8,0	26,0	5,0	1,0
№561-1973	Булочка «Школьная»	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	0	6,0	20,0	4,0	0,4
	Итого:		**10,9**	**10,9**	**74,7**	**450,0**	**0,04**	**1,4**	**40,0**	**0,7**	**153,0**	**206,0**	**42,0**	**3,7**
	День: среда													
№ 564	Биточек «Школьный»	80	15,1	17,2	3,2	231,0	0,07	1,6	25,0	3,2	21,0	143,0	19,0	1,8
№ 465	Рис отварной	150	3,7	5,7	38,0	226,0	0	0	40,0	0	11,0	81,0	26,0	1,1
№ 528	Соус красный основной	30	0,3	1,2	1,8	20,0	0	0	5,0	0	3,0	3,0	2,0	0
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**21,7**	**25,0**	**73,6**	**619,0**	**0,07**	**4,5**	**70,0**	**4,3**	**49,0**	**257,0**	**56,0**	**3,9**
	День: четверг													
№ 297	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/30	18,8	13,4	24,7	307,0	0	0,4	82,0	0	209,0	251,0	27,0	0,6
№ 702	Компот из изюма с витамином «С»	200	0,4	0,2	33,2	136,0	0,04	0,6	0	0,2	16,0	26,0	8,0	0,6
№561-1973	Булочка «Школьная»	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	0	6,0	20,0	4,0	0,4
	Итого:		**21,5**	**14,5**	**73,3**	**522,0**	**0,04**	**1,0**	**82,0**	**0,2**	**231,0**	**297,0**	**39,0**	**1,6**
	День: пятница													
№ 71 2010г.	Котлета куриная натуральная	80	20,7	17	7,6	276,1	0	1	56,0	4,4	27,0	123,0	23,0	1,7
№ 482	Капуста тушеная	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№ 627, 628, 629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**29,0**	**22,1**	**69,2**	**606,1**	**0**	**3,9**	**76,0**	**6,4**	**51,0**	**191,0**	**40,0**	**3,4**

	День: суббота													
№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 469	Макароны отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№702	Компот из кураги с витамином «С»	200	1,0	0,1	30,2	126,0	0,02	0,8	0	1,1	33,0	29,0	21,0	0,7
Сб.р.	Хлеб ржаной или ржаной йодированный	30	2,3	0,9	15,4	79,0	0	0	0	1,0	6,0	20,0	4,0	0,2
	Итого:		**17,8**	**24,3**	**76,9**	**602,0**	**0,02**	**0,8**	**20,0**	**3,1**	**84,0**	**216,0**	**49,0**	**3,0**
	Итого за неделю:		**120.0**	**123,2**	**432,9**	**3279.1**	**0,4**	**14.5**	**319,0**	**16,1**	**637,0**	**1510,0**	**374,,0**	**22,1**
	Итого за день:		**20.0**	**20,5**	**72,15**	**546.0**	**0,06**	**2,4**	**53,2**	**2,7**	**106,2**	**252,0**	**62,3**	**3,7**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.

СОГЛАСОВАНО:
ТО Управления Роспотребнадзора
По ЯО в городском округе г. Рыбинска
и РМР
«__» ____ 2014г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор департамента
образования
Р.А.Брядовая
«__» ____ 2014г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП ГО г. Рыбинск ТД «На Сенной»
С.А.Иванченко
«__» ____ 2014г.

Примерное циклическое меню (обед) для школьных столовых - доготовочных на 2014-2015 учебный год.

Неделя: четвертая
Возрастная категория: 7-11 лет
Сезон: осенний - зимний

№ рец. Сб. Рец. 1994г.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	День: понедельник													
№ 139	Суп картофельный с вермишелью с мясом птицы	200/5	1,4	4,0	19,2	113,0	0	7,0	0	2,0	20,0	53,0	19,0	0,5
№146	Котлета « Аппетитная »	80	11,9	12,5	8,1	198,0	0	0	14,0	2,0	16,0	112,0	14,0	1,8
№ 465	Рис отварной	150	3,7	5,7	38,0	226,0	0	0	40,0	0	11,0	81,0	26,0	1,1
№ 528	Соус красный основной	30	0,3	1,2	1,8	20,0	0	0	5,0	0	3,0	3,0	2,0	0
№ 646	Компот из изюма с вит «С»	200	0,1	0	24,5	95,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**20.3**	**26.9**	**107.3**	**766.0**	**0**	**12.3**	**61.5**	**5.7**	**63,3**	**288,0**	**72,0**	**3,8**
	День: вторник													
№ 132	Суп из овощей с мясом птицы	200/5	1,4	3,8	9,7	79,0	0	8,5	0	1,8	25,0	43,0	17,0	0

№ 393	Сосиски отварные	80	8,8	19,1	0,3	209,0	0	0	0	0	35,0	129,0	16,0	1,4
№ 469	Макароны отварные	150	5,7	4,2	31,0	188,0	0	0	20,0	1,0	10,0	38,0	8,0	0,7
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**19,0**	**30,6**	**71,9**	**653,0**	**0**	**11,4**	**22,5**	**4,5**	**83,3**	**254,0**	**54,0**	**3,1**
	День: среда													
№ 138	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№64-	Ежики мясные	120/100	14,5	16,7	2,8	221,0	0	0,8	0	2,0	17,0	152,0	19,0	2,2
№ 585	Напиток из свежих яблок с витамином «С»	200	0,2	0,2	27,9	115,0	0	1,7	0	0	7,0	4,0	4,0	1,0
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**22,0**	**24,5**	**64,2**	**567,0**	**0**	**7,1**	**2,5**	**5,7**	**59,3**	**260,0**	**58,0**	**4,5**
	День: четверг													
№ 120	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы	200/5	1,3	3,8	7,7	72,0	0	17,4	0	2,0	34,0	40,0	18,0	0
№ 408	Печень «по-строгановски»	80/50	21,0	13,7	11,0	259,0	0	21,0	8404,0	5,0	31,0	365,0	24,0	8,0
№ 463	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	6,4	34,3	129,0	0,2	0	31,0	0,5	20,0	184,0	123,0	4,1
№ 528	Соус красный основной	30	0,3	1,2	1,8	20,0	0	0	5,0	0	3,0	3,0	2,0	0
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**33,5**	**28,6**	**85,7**	**657,0**	**0,2**	**41,3**	**8442,5**	**9,2**	**101,3**	**636,0**	**180,0**	**13,1**

	День: пятница													
№ 129	Рассольник «Ленинградский» с мясом птицы	200/5	1,6	4,0	64,2	99,0	0	6,0	0	2,0	19,0	46,0	21,0	1,0
Сб.р.	Бифштекс из рыбы	80	11,7	4,0	4,8	101,0	0,09	1,0	43,0	0,5	73,0	48,0	128,0	2,0
№ 470	Картофельное пюре	150	3,0	4,7	12,8	132,0	0	5,3	26,0	0	44,0	84,0	29,0	1,2
№ 646	Напиток апельсиновый с витамином «С»	200	0,2	0	25,8	106,0	0	5,3	0	0	8,0	5,0	3,0	0,2
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**19,4**	**16,2**	**123,3**	**552,0**	**0,09**	**17,6**	**71,5**	**4,2**	**149,3**	**217,0**	**189,0**	**4,6**
	День: суббота													
№ 138	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	200/5	4,4	4,1	17,8	117,0	0	4,6	0	2,0	30,0	70,0	27,0	1,1
№439	Бедро отварное	80	15,2	4,4	0	106,8	0	1,4	15,1	0	26,9	88,2	12,4	1,0
№215	Рагу из овощей	200	3,0	4,9	8,0	213,0	0	25,0	0	2,0	88,0	57,0	29,0	1,0
№627, 628,629	Чай с сахаром	200/15	0,3	0	15,2	63,0	0	2,9	0	0	8,0	10,0	5,0	0,8
Сб.р.	Булочка ржаная	30	2,9	3,5	15,7	114,0	0	0	2,5	1,7	5,3	34,0	8,0	0,2
	Итого:		**25,8**	**16,9**	**56,7**	**613,8**	**0**	**33,9**	**17,6**	**5,7**	**158,2**	**259,2**	**81,4**	**4,1**
	Итого за неделю:		**140,1**	**143,7**	**509,1**	**3808,0**	**0,29**	**123,6**	**8618,1**	**35,0**	**614,7**	**1914,2**	**364,4**	**33,2**
	Итого за день:		**23,3**	**24,0**	**84,9**	**634,8**	**0,05**	**20,6**	**1436,3**	**5,8**	**102,4**	**319,0**	**105,7**	**5,5**

Порционирование овощей допускается производить на специально отведенном участке горячего цеха.
Замена блюд допускается на равноценные по калорийности и химическому составу, согласно СанПиН 2.4.5.24009-08
Допускается включать фрукты и овощи по сезону.