

Утверждаю:

Директор Д.Г. Зубов



Примерное двухнедельное меню

ГКОУ «Енакиевская специальная школа-интернат № 30»

Возрастная группа 7-11 лет
(на осенне-зимний период)

1	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,1	6,7	23,8	184,4	54-20п2020	
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	50	
			гор.напиток	Какао с молоком	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21пн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,78	11,51	25,1	127,96		
				масло сливочное	10	0,07	5,74	0,07	52,36	стр. 3	
				сыр	10	2,3	2,93	0	35,8	стр. 3	
				хлеб ржаной	30						
			<i>итого</i>		500	24,61	35	86,97	549,28		0
1	2	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				вафли	20	2,25	2,51	23,86	126,78		
				сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
			<i>итого</i>		320	4,18	3,44	66,63	313,85		0
1	2	Обед	закуска	Свекольная икра	90	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15-3-2020	
			1 блюдо	Суп с картофелем и горохом	250	8,35	5,75	20,35	166,43	54-8с2020	
			2 блюдо	Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,4	54-22м2020	
			напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	181,86		
				хлеб пшеничный	30						
			<i>итого</i>		800	36,1	19,34	125,31	741,89		0
1	2	Полдник	булочное	сырники	100	3,66	0,38	31,98	143,68	2	
				сметана	10						
			напиток	ряженка	150	3,42	3,15	10,08	82,08		
				яблоко	85	0,43	0,43	10,37	47		
			<i>итого</i>		345	7,08	3,53	42,06	225,76		0
1	2	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	80	14	9,2	12,6	187,4	54-31м2020	
			гарнир	Каша пшенная	100	4,2	4,7	23,7	154,4	54-12г2020	
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,43	4,51	25	154,73		
				масло сливочное	6	0,07	5,74	0,07	52,36	стр. 3	
				морков отв. дольками или морковная икра	60						
				илисалат из капусты	100						
			<i>итого</i>		591	21,9	24,15	61,47	550,29		0
1	2	Итого за день:			2475,7	93,87	85,46	382,44	2381,07		0

1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный гречневый	200	5,74	5,86	15,76	158,72	54-17п2020	
			Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	50	
		гор.напиток	Кофейный н-к с молоком	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21пн2020	
		хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,78	11,51	25,1	127,96		
			масло сливочное	5						
			Сыр	10						
			хлеб ржаной	30						0
		<i>итого</i>		495	20,88	25,49	78,86	435,44		
1	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
			Ряженка	150	4,5	6	6,3	97		
			Запеканка из творога	105	25,6	16,1	25	347,8	54-1т2020	
			сметана	6						
		<i>итого</i>		361	31,03	23,03	53,87	547,07		0
1	Обед	закуска	Капуста тушенная	100	1,8	2,5	7,3	59,35	54-8г2020	
		1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	250	6,43	3,48	23,13	149,5	54-7с2020	
		2 блюдо	Шницель из курицы	75	14,4	3,3	10,1	127,1	54-24м2020	
		гарнир	Картофельное пюре	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020	
		напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
		хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86		
			Хлеб пшеничный	42						
		<i>итого</i>		847	29,63	14,22	132,09	702,01		0
1	Полдник	булочное	Булочка школьная	60	5,2	11,9	34	173,8	54-9в2020	
			яблоко	85						
		напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
		<i>итого</i>		345	6,2	11,9	54,2	258,6		0
1	Ужин	гор.блюдо	Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,59	54-3р2020	
		гарнир	Каша рассыпчатая перловая	100	2,93	3,93	20,33	128,6	54-5г2020	
		напиток	Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9	54-3пн2020	
		хлеб	Хлеб пшеничный	55	3,43	4,51	25	154,73		
			масло сливочное	5						
			винегрет	100						
		<i>итого</i>		540	20,76	11,24	60,63	426,82		0
1		Итого за день:		2588	108,5	85,88	379,65	2369,94		0

д	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушенная в томате с овощами	100	9,6	5,2	4,4	105	54-11р2020
			Каша гречневая	100	5,46	2,3	23,93	159,27	54-4г2020
		гор.напиток	Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн2020
		хлеб	Хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
			масло сливочное	5					
			сыр	10					
			Хлеб ржаной	30					
					1,27	0,07	10,3	66,8	209
		итого		465	22,41	19,08	70,43	486,93	0
д	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
			Ряженка	150	4,5	6	6,3	97	
			Вафли	20	2,25	2,51	23,86	126,78	
			пудинг творожный с яблоком	150					
			стуженное молоко	20					
		итого		440	7,68	9,44	52,73	326,05	0
д	Обед	закуска	помидор консерв	50					
		1 блюдо	Рассольник "Ленинградский"	250	5,93	7,8	17	161,73	54-3с2020
		2 блюдо	Капуста тушенная с куриным мясом	200	16,8	8,2	10,4	182,9	54-27м2020
		напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
		хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
			Хлеб пшеничный	35					
		итого		785	27,68	16,89	105,76	613,49	0
д	Полдник	булочное		40	3,66	0,38	31,98	143,68	2
		напиток	Какао со стуженным молоком	10					
				180	3,3	3,3	22	130,93	54-22г2020
		итого		230	6,96	3,68	53,98	274,61	0
д	Ужин	гор.блюдо	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	54-18м2020
		гарнир	Макаронные изделия отварные	100	3,53	3,66	21,8	134,67	54-1г2020
		напиток	Чай с лимоном	180	0,2	0	6,5	26,8	54-1гн2020
		хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13	
			масло сливочное	5					
			салат из капусты	80					
		итого		485	20,61	26,27	58,6	554,1	0
		Итого за день:		2405	85,34	75,36	341,5	2255,18	0

б	Завтрак	гор.блюдо	Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,9	54-3р2020
			Рис припущенный	100	2,26	3,6	23,26	134,73	54-7г2020
		гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	
		хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,78	11,51	25,1	127,96	
			масло сливочное	10					
			сыр	10					
			Хлеб ржаной	30					
			Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
				560	27,52	22,51	91,66	469,49	0
		итого		185	0,93	0,93	22,57	102,27	338
б	Завтрак 2	фрукты	Банан	20	2,25	2,51	23,86	126,78	
			Конфета шоколадная	200	1	0	20,2	84,8	389
			Сок фруктовый	405	4,18	3,44	66,63	313,85	0
		итого		50					
б	Обед	завуска	огурец консервированный	250	5,89	7,6	12,63	142,78	54-2с2020
		1 блюдо	Борщ из капусты и картошки на курином бульоне	100	14,3	6,3	4,4	131,3	54-25м2020
		2 блюдо	Куры тушеные с морковью	150	3,1	6	19,7	145,8	54-11г2020
		гарнир	Картофельное пюре	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
		напиток	Компот из сухофруктов	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
		хлеб черн.	Хлеб ржаной	80					
			Хлеб пшеничный	880	28,24	20,79	115,09	688,74	0
		итого		1845	59,94	46,74	273,38	1472,08	0
б	Итого за день:								

1	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с овощами	100	3,13	4,6	17,67	125,13	54-2г2020	
			Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63		
		гор.напиток	Чай с лимоном	180	0,3	0	6,7	27,9		
			икра кабачковая	60	1,27	0,07	10,3	66,8	209	
		хлеб	хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96		
			масло слив	10						
			хлеб ржаной	30						0
		итого		460	15,56	20,78	87,77	410,79		
1	Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
			Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
			Печенье	20	2,25	2,51	23,86	126,78		
		итого		320	4,18	3,44	66,63	313,85		0
		закуска	Свекольная икра	60	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15з2020	
	Обед	1 блюдо	Рассольник домашний	250	5,73	7,73	14,45	149,9	54-4с2020	
		2 блюдо	Куры тушеные с морковью	100	14,3	6,3	4,4	131,3	54-25м2020	
		гарнир	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	54-11г2020	
		напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
		хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86		
			хлеб пшеничный	40						0
		итого		830	29,88	26,62	126,01	791,06		
1	Полдник	булочное	булочка школьная	60	3,66	0,38	31,98	143,68	2	
			яблоко	85						
		напиток	Какао с молоком	180	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020	
		итого		325	7,94	3,9	41,98	229,44		0
1	Ужин	гор.блюдо	Суп молочный с рисом	200	4,9	55,4	18,24	177,85	54-18к2020	
		гарнир	или каша молочная манная	150	17,07	10,73	16,67	231,87	54-1г2020	
		напиток	Чай	180	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020	
		хлеб	хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13		
			масло слив	5						0
		итого		575	25,65	74,74	60,01	603,25		0
		Итого за день:		2510	83,21	129,48	382,4	2348,39		0

Завтрак	гор.блюдо	Суп гречневый молочный	200	5,74	5,86	15,76	138,72	54-17к2020	
		Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63		
	гор.напиток	Какао с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020	
	хлеб	хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96		
		масло сливочное	10						
		сыр	10						0
	итого		500	20,88	25,49	78,86	415,44		
Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
		Сок фруктовый	200	4,5	6	6,3	97		
		хлеб пшеничный	40	17,1	9	22,4	239,3	54-6г2020	
		повидло	15						0
	итого		355	22,53	15,93	51,27	438,57		
Обед	закуска	Огурец консервированный	50						
	1 блюдо	Свекольник	250	2,25	5,35	13,33	110,38	54-18с2020	
	2 блюдо	Куриная котлета	80	13,07	6,68	6,31	142	268	
	гарнир	Картофельное пюре	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020	
	напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
	хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86		
		хлеб пшеничный	35						0
	итого		815	22,32	16,97	111,2	618,44		
Полдник	булочное	сырники	100	3,66	0,38	31,98	143,68	2	
		стуженное молоко	20						
	напиток	ряженка	150	1	0	20,2	84,8	389	
		яблоко	85						0
	итого		355	4,66	0,38	52,18	228,48		
Ужин	гор.блюдо	Шницель рыбный натуральный	80	12,5	8,4	7,3	153,5	235	
	гарнир	Каша пшеничная	100	4,2	4,7	23,7	154,4	54-12г2020	
	напиток	Чай	180	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020	
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13		
		масло сливочное	7						
		салат из капусты	100						
	итого		507	20,38	21,71	56,1	501,43		0
	Итого за день:		2532	90,77	80,48	349,61	2202,36		0

Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушеная	100	2,4	3,33	9,67	79,13	54-8г2020
		Каша гречневая	100	5,46	8,23	23,93	159,27	54-4г2020
	гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	180	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	5,78	11,51	25,1	127,96	
		масло сливочное	10					
		сыр	10					
		Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
		хлеб ржаной	30					
	итого		510	22,3	31,03	97,8	518,08	0
	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
Завтрак 2		Запеканка из творога	105	25,6	16,1	25	347,8	54-1г2020
		Ряженка	150	4,5	6	6,3	97	
	итого		355	31,03	23,03	53,87	547,07	0
	закуска	Винегрет	100	1,6	10,13	8,08	130	67
Обед	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	250	6,43	3,48	23,13	149,5	54-7с2020
	2 блюдо	Плов с курицей	150	27,3	8,1	33,2	314,6	54-12г2020
	напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
	хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
	итого	хлеб пшеничный	40					0
Полдник	булочное	Булочка школьная	770	40,28	22,6	142,77	862,96	
	напиток	Сок фруктовый	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020
	итого	яблоко	200	1	0	20,2	84,8	389
Ужин	гор.блюдо	Оладьи из печени	85	6,2	1,9	54,2	258,6	0
	гарнир	Картофельное пюре	345	14	9,2	12,6	187,4	54-31м2020
	напиток	Чай с лимоном	80	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020
	хлеб	Хлеб пшеничный	150	0,3	0	6,7	27,9	54-3г2020
		масло сливочное	180	3,48	8,61	25	192,13	
	итого	Помидор консервированный	50					
Итого за день:			2495	119,64	100,42	406,14	2691,34	0

Завтрак	гор.блюдо	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	54-18м2020
		Рис пригущенный	100	2,26	3,6	23,26	134,73	54-7г2020
	гор.напиток	Чай сладкий	180	0,2	0	0,5	26,8	54-2гн2020
	хлеб	Хлеб пшеничный	60	3,48	8,61	25	192,13	
		масло сливочное	6					
		сыр	10					
		хлеб ржаной	30					
	итого		466	19,34	26,21	54,06	554,16	0
Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
		ряженка	150	1	0	20,2	84,8	389
		пудинг творожный с яблоком	150	2,25	2,51	23,86	126,78	
		сгущенное молоко	20					
	итого		420	4,18	3,44	66,63	313,85	0
Обед	закуска	Свекольная икра	90	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15з2020
	1 блюдо	Суп с мучными клецками	250	5,78	4,18	14,25	117,58	54-6с2020
	2 блюдо	Жаркое по-домашнему с курицей	200	24,8	6,2	17,6	225,7	54-25м2020
	напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
	хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
		Хлеб пшеничный	60					
	итого		850	37,33	16,97	119,31	707,34	0
Полдник	булочное	вафли	20	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020
	напиток	Какао со сгущенным молоком	200	3,3	3,3	22	130,93	54-22г2020
		яблоко	85					
	итого		305	8,5	5,2	56	304,73	0
Ужин	гор.блюдо	котлета рыбная	100	10,8	8,7	11,6	184,4	239
	гарнир	Каша ячневая	120	3,33	4,06	22,05	138,38	
		салат из капусты и яблока	100					
	напиток	Чай	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн2020
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,48	8,61	25	192,13	
		масло сливочное	5					
	итого		565	17,81	21,37	65,15	541,71	0
	Итого за день:		2606	87,16	73,19	361,15	2421,79	0

Завтрак	гор. блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,6	5,2	4,4	103	54-11р2020
	гор. напиток	Каша перловая	100	293	3,93	20,33	128,6	54-5г2020
	хлеб	Чай	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн2020
		Хлеб пшеничный	60	3,48	8,61	25	192,13	
		масло сливочное	10					
		сир	10					
		Мед кабанован	60					
		хлеб ржаной	30					
	<i>итого</i>		570	306,28	17,74	56,23	450,53	0
Завтрак 2	фрукты	Яблоко	185	0,93	0,93	22,57	102,27	338
		Сок фруктовый	200	2,25	2,51	23,86	126,78	
		печенье	20	6,86	9,02	50,1	309,46	
	<i>итого</i>		405	10,04	12,46	96,53	538,51	0
Обед	закуска	Отурец консервированный	50					
	1 блюдо	Суп овощной	250	2,1	5,3	11,3	106,8	99
	2 блюдо	Биточек курочкой	75	14,4	3,3	101	127,1	54-23м2020
	гарнир	Каша гречневая	100	5,46	2,3	23,93	159,27	54-4г2020
	напиток	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
	хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,45	0,89	58,56	187,86	
		Хлеб пшеничный	50					
	<i>итого</i>		755	26,91	11,79	214,59	662,03	0
	Итого за день:		1730	343,23	41,99	367,35	1651,07	0
		Среднее значение за период	23689,7	1148,01	763,21	3600,4	22030,9	#ДЕЛ/0!
	Завтрак							

В данном документе пронумеровано,
прошито и скреплено печатью

11/сертификат/листов

Директор Зубов Д.Г.



Утверждаю:

Директор Д.Г. Зубов



Примерное двухнедельное меню

ГКОУ «Енакиевская специальная школа-интернат № 30»

Возрастная группа 12 лет и старше

(на осенне-зимний период)

Школа

ГКОУ "Енакиевская специальная школа-интернат № 30"

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Зубов Д.Г.

Возрастная категория

12 лет и старше

дата

1 11 2024

день месяц год

№ по пп	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена				
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	120	5,3	5,5	32,7	202	54-1г2020					
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	50					
				гор.напиток	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн2020					
				хлеб	60	8,28	13,12	35,1	292,8						
					10	0,1	8,2	0,1	74,8	стр.3					
					15	2,3	2,93	0	35,8	стр.3					
					40										
	100	1,52	0,08	18,36	80,16	209									
1	1	Завтрак 2	итого	Икра кабачковая	585	22,78	34,43	120,76	775,36		0				
				Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338					
				Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389					
				Печенье	30	3,38	3,76	35,79	190,17						
					330	5,31	4,69	78,56	377,24						
1	1	Обед	итого	Огурец консервированный	50	0,33	0,042	0,71	4,54	70					
				Борщ из капусты и картошки на курином бульоне	300	7,05	9,15	15,15	171,33	54-2с2020					
				Куры отварные	79	28,95	2,1	1,05	139,35	54-21г2020					
				Рис припущенный	100	2,26	3,6	23,26	134,73	54-7г2020					
				напиток	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020					
				хлеб черн.	80	6,68	1,34	87,84	281,79						
					40										
					849	45,77	16,232	147,81	812,74		0				
				1	1	Полдник	итого	какао с молоком	200	6,22	0,65	54,37	244,26	2	
								булочка школьная	60						
яблоко	85														
1	1	Ужин	итого	какао с молоком	345	6,22	0,65	54,37	244,26		0				
				суп молочный гречневый	180	5,74	5,86	15,76	138,72	54-17к2020					
				кофейный н-к с молоком	200	19,9	15	17,3	283,9	54-4т2020					
				Хлеб пшеничный	50	4,83	82,57	35	239,06						
1	1	Итого за день:	итого	сливочное масло	10										
					440	30,47	103,43	68,06	661,68		0				
1	1	Итого за день:	итого	2549	110,55	159,43	469,56	2871,28		0					

1	2	Завтрак	гор.блюдо	каша манная молочная	200	7,1	6,7	23,8	184,4	54-20п2020	
				или суп молочный с макаронами	200						
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	50	
			гор.напиток	кофейный н-к с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21пн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	8,28	13,12	35,1	292,8		
				сливочное масло	10	24,74	27,94	96,9	625,96		0
				твердый сыр	15						
				хлеб ржаной	40						
1	2	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				сок	200	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020	
				печенье	30	25,65	13,5	33,6	358,95	54-6г2020	
					10						
				<i>итого</i>	398	30,16	17,79	67,27	549,94		0
1	2	Обед	закуска	Свекольная икра	90	1,8	5,7	9,1	95,2	54-15-3-2020	
			1 блюдо	Суп с картофелем и горохом	300	10,02	6,9	24,42	199,72	54-8с2020	
			2 блюдо	Рагу из курицы	250	21	7	17,5	217,4	54-22м2020	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79		
				Хлеб пшеничный	50						
				<i>итого</i>	970	40	20,94	158,66	875,11		0
1	2	Полдник	булочное	сырники	111	6,22	0,65	54,37	244,26	2	
				сметана	10						
			напиток	ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4		
				яблоко	85						
				<i>итого</i>	301	11,62	7,85	61,93	360,66		0
1	2	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из пчени	120	21	13,8	18,9	93,7	54-31м2020	
			гарнир	Каша пшенная	100	4,2	4,7	23,7	154,4	54-12г2020	
			напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1пн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	4,83	82,57	35	239,06		
				масло сливочное	8						
				Помидор консерв	50						
				или салат из капусты	100						
				<i>итого</i>	628	30,23	101,07	77,7	488,56		0
1	2	Итого за день:			2841	136,75	175,59	462,46	2900,23		0

1	3	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный гречневый	200	5,74	5,86	15,76	158,72	54-17п2020	
				Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	50	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21пн2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	8,28	13,12	35,1	292,8		
				масло сливочное	10						
				сыр	10						
				хлеб ржаной	40						
			<i>итого</i>		550	23,38	27,1	88,86	600,28		0
1	3	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
				Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4		
				Запеканка из творога	120	25,6	16,1	25	347,8	54-1т2020	
				сметана	7						
			<i>итого</i>		407	31,93	24,23	55,13	566,47		0
1	3	Обед	закуски	Капуста тушенная	100	2,4	3,33	9,73	79,13	54-8г2020	
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	300	7,72	4,18	27,76	179,4	54-7с2020	
			2 блюдо	Шницель из курицы	100	19,2	4,4	13,47	169,47	54-24м2020	
			гарнир	Картофельное пюре	150	2,05	4,05	13,2	97,2	54-11г2020	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79		
			<i>итого</i>		930	38,55	17,3	171,8	887,99		0
1	3	Полдник	булочное	Булочка школьная	60	5,2	11,9	34	173,8	54-9в2020	
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
				яблоко	85						
			<i>итого</i>		345	6,2	11,9	54,2	258,6		0
1	3	Ужин	гор.блюдо	Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,59	54-3р2020	
			гарнир	Каша рассыпчатая перловая	150	4,4	5,9	30,49	192,9	54-5г2020	
			напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн2020	
			хлеб	хлеб пшеничный	60	4,83	82,57	35	239,06		
				масло сливочное	5						
				огурец консерв или	50						
				винегрет	100						
			<i>итого</i>		665	23,63	91,27	80,79	575,45		0
1	3	Итого за день:			2897	123,69	171,8	450,78	2888,79		0

1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	150	14,4	7,8	6,6	154,5	54-11р2020
				Каша гречневая	100	5,46	2,3	23,93	159,27	54-4г2020
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн2020
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	
				сливочное масло	10					
				сыр	15					
				Икра кабачковая	100	1,52	0,08	18,36	80,16	209
				хлеб ржаной	40					
			итого		655	29,96	23,3	90,69	714,63	0
			фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
				Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4	
				Вафли	30	3,38	3,76	35,79	190,17	
			итого		310	9,71	11,89	65,92	408,84	0
			итого		50					
			закуска	Помидор консервированный	300	7,12	9,36	20,4	164,08	54-3с2020
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский"	250	21	10,25	13	228,63	54-27м2020
			2 блюдо	Капуста тушеная с куриным мясом	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
			напиток	Компот из сухофруктов	80	6,68	1,34	87,84	281,79	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40					0
				хлеб пшеничный	920	35,3	20,95	141,04	755,5	
			итого		60	6,22	0,65	54,37	244,26	2
			булочное	булочка школьная	85					
				яблоко	200	3,3	3,3	22	130,93	54-22г2020
			напиток	Какао со стухенным молоком	345	9,52	3,95	76,37	375,19	
			итого		120	20,1	21	7,95	300,75	54-18м2020
			гор.блюдо	Печень говяжья по-строгановски	100	3,53	3,66	21,8	134,67	54-1г2020
			гарнир	Макаронные изделия отварные	200	0,2	0	6,5	26,8	54-1гн2020
			напиток	Чай	40	4,83	82,57	35	239,06	
			хлеб	Хлеб пшеничный	5					
				масло сливочное	50					
				консервированный помидор	100					
				или винегрет	615	28,66	107,23	71,25	701,28	0
			итого		2845	113,15	167,32	445,27	2955,44	0
			Итого за день:							

б	Завтрак	гор.блюдо	Котлета рыбная	120	16,92	3,36	10,32	139,08	54-3р2020	
			Рис припущенный	100	2,26	3,6	23,26	134,73	54-7г2020	
		гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9		
		хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8		
			масло сливочное	10						
			сыр	10						
			Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63		
			Хлеб ржаной	40						
		<i>итого</i>		560	32,84	24,68	103,38	657,51		0
б	Завтрак 2	фрукты	Банан	185	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
			Конфета шоколадная	30	3,38	3,76	35,79	190,17		
			Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
		<i>итого</i>		415	5,31	4,69	78,56	377,24		0
б	Обед	закуска	Помидор консервированный	50						
		1 блюдо	Борщ из капусты и картошки на курином бульоне	300	7,06	9,16	15,16	171,34	54-2с2020	
		2 блюдо	Куры тушеные с морковью	120	17,16	7,56	5,98	157,56	54-25м2020	
		гарнир	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	54-1г2020	
		напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
		хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79		
			хлеб пшеничный	40						
		<i>итого</i>		940	34,5	24,06	148,48	837,49		0
б	Итого за день:			1915	72,65	53,43	330,42	1872,24		0

Завтрак	гор.блюдо	Суп гречневый молочный	200	5,74	5,86	15,76	138,72	54-17к2020	
		Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63		
	гор.напиток	Какао с молоком	200	4,28	3,52	10	85,76	54-21г2020	
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8		
		масло сливочное	10						
		сыр	15						
		хлеб ржаной	40						0
	итого		545	23,38	27,1	88,86	580,28		
Завтрак 2	фрукты	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338	
		Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4		
		Сырники	111	25,65	13,5	33,6	358,95	54-6г2020	
	итого	сметана	7	31,98	21,63	63,73	577,62		0
		салат из капусты или капуста тушеная	100 -120						
Обед	закуска	Свекольник	300	2,7	6,42	15,99	132,46	54-18с2020	
	1 блюдо	Куриная котлета	100	16,33	8,35	7,88	177,5	268	
	2 блюдо	Картофельное пюре	150	3,07	6,07	19,8	145,8	54-11г2020	
	гарнир	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020	
	напиток	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79		
	хлеб черн.	хлеб пшеничный	40						
	итого		830	29,28	22,18	151,31	818,55		0
Полдник	булочное	Хлеб пшеничный	35	6,22	0,65	54,37	244,26	2	
		повидло	15						
	напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389	
		яблоко	85						
	итого		335	7,22	0,65	74,57	329,06		0
Ужин	гор.блюдо	Шницель рыбный натуральный	100	15,6	10,5	9,13	191,88	235	
	гарнир	Каша пшенная	120	5,04	5,64	28,44	185,28	54-12г2020	
	напиток	Чай	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн2020	
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06		
		масло сливочное	10						
		Огурец консервированный	50						
	итого		520	25,67	98,71	72,67	617,62		0
	Итого за день:		2237	117,53	170,27	451,14	2923,13		0

7	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушенная	100	2,4	3,33	9,67	79,13	54-8г2020
			Каша гречневая	120	6,55	2,7	28,7	191,12	54-4г2020
		гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	3,36	11,1	88,72	54-23г2020
		хлеб	Хлеб пшеничный	40	8,28	13,12	35,1	292,8	
			масло сливочное	10					
			сыр	15					
			Яйцо отварное	40	5,08	4,6	28	63	
			хлеб ржаной	40					
		итого		565	25,89	27,11	112,57	714,77	0
8	Завтрак 2	фрукты	Яблоко	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
			Запеканка из творога	120	25,6	16,1	25	347,8	54-1г2020
			густенное молоко	30					
			Ряженка	180	5,4	7,2	7,56	116,4	
		итого		430	31,93	24,23	55,13	566,47	0
9	Обед	закуска	винегрет или свекольная икра с 15 марта по 15 октября	150	2,4	15,19	12,12	195	67
		1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	300	7,72	4,18	27,76	179,4	54-7с2020
		2 блюдо	Плов с курицей	200	36,4	10,8	44,27	419,47	54-12г2020
		гарнир							
		напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
		хлеб черн.	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79	
			Хлеб пшеничный	50					
		итого		980	53,7	31,51	191,79	1156,66	0
10	Полдник	булочное	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020
		напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
		итого		260	6,2	1,9	54,2	258,6	0
11	Ужин	гор.блюдо	Оладьи из пчени	100	17,5	11,5	15,75	234,25	54-31м2020
		гарнир	Картофельное пюре	150	3,08	6,08	19,8	145,8	54-11г2020
		напиток	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3г2020
		хлеб	Хлеб пшеничный	40	4,83	82,57	35	239,06	
			масло сливочное	7					
			Помидор консервированный	50					
		итого		547	25,71	100,15	77,25	647,01	0
		Итого за день:		2782	143,43	184,9	490,94	3343,51	0

Завтрак	Печень говяжья по-строгановски	100	16,75	17,5	6,63	250,63	54-18м2020
	Рис припущенный	100	2,26	3,6	23,26	134,73	54-7г2020
	Чай сладкий	200	0,2	0	0,5	26,8	54-2гн2020
	хлеб пшеничный	50	8,28	13,12	35,1	292,8	
	сливочное масло	10					
	сыр	15					
	салат из капусты	100					
		575	27,49	34,22	65,49	704,96	0
	Банан	100	0,93	0,93	22,57	102,27	338
	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	389
	Вафли	30	3,38	3,76	35,79	190,17	
		330	5,31	4,69	78,56	377,24	
	Свекольная икра	90	2,25	7,13	11,37	119	54-15з2020
	суп с мучными клецками	300	6,94	5,02	17,1	141,09	54-6с2020
	Жаркое по-домашнему с курицей	250	31	7,75	22	282,13	54-25м2020
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
	Хлеб ржаной	80	6,68	1,34	87,84	281,79	
	хлеб пшеничный	50					
		970	47,37	21,24	158,11	905,01	0
	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	54-9в2020
	Какао со стуженым молоком	200	3,3	3,3	22	130,93	54-22г2020
	яблоко	85					
		345	8,5	5,2	56	304,73	0
	котлета рыбная	120	13,5	10,88	14,5	230,5	239
	Каша ячневая	120	3,33	4,06	22,05	138,38	
	Чай сладкий	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн2020
	Хлеб пшеничный	50	4,83	82,57	35	239,06	
	сливочное масло	8					
	Огурец консервированный	50					
		548	21,86	97,51	78,05	634,74	0
	Итого за день:	2768	110,53	162,86	436,21	2926,68	0

З	Завтрак	гор. блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	150	14,4	7,8	6,6	154,5	54-11р2020
			Каша перловая	100	293	3,93	20,33	128,6	54-5г2020
		гор напиток	Чай сладкий	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн2020
		слад	Хлеб пшеничный	95	8,28	13,12	35,1	292,8	
			сливочное масло	10					
			сыр	15					
			Икра кабачковая	100	1,52	0,08	18,36	80,16	
		итого		670	317,4	24,93	86,89	682,86	0
З	Завтрак	фрукты	Яблоко	185	0,93	0,93	22,57	102,27	338
			Сок фруктовый	200	2,25	2,51	23,86	126,78	
			Хлеб пшеничный с маслом сливочным	110	6,86	9,02	50,1	309,46	
		итого		495	10,04	12,46	96,53	538,51	0
З	Обед	закуска	Огурец консервированный	50					
		1 блюдо	Суп овощной	300	2,52	6,36	13,56	128,16	99
		2 блюдо	Выпечка куриная	100	19,2	4,4	13,47	169,47	54-23м2020
		гарнир	Каша гречневая	150	7,28	3,07	31,91	212,36	54-4г2020
		напиток	Компот из сушеных фруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн2020
		слад черн.	Хлеб ржаной	120	6,68	1,34	87,84	281,79	
		итого		920	36,18	15,17	166,58	872,78	0
З	Итого за день			2085	363,62	52,56	350	2094,15	0
З	Завтрак		Среднее значение за период:	25584	1369,46	1498,1	4319,4	27316,1	#ДЕЛ/0!

В данном документе пронумеровано,
прошито и скреплено печатью
"Сервисаудит" листов

Директор Зубов Д.Г.

