Согласовано:

школа № 20»

Директор МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 20»

А В Щеголькова

Утверждаю директор ООО «Азбука Питания Е.А. Широканова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
Г КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2024-2025 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание
(завтрак и обед)
1-4 КЛАСС

Меню приготавливаемых блюд

			Пиц	цевые веще	ства	Энерге-	No	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	№ рецептуры	Цена
автрак								
	Сыр (порциями)	15	4,04	4		54,5	97	5,99
	Батон	25	1,88	1	12,85	65,5	693	2
	Каша пшенная молочная вязкая с	220	47,43	42	274,36	394,9	302	12,71
	маслом сливочным Какао с молоком	200	7,87	4	20,08	190	919	12,35
	Хлеб пшеничный	20	2.14	1	10,7	54,8	897	1,16
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8	1 148	1,16
Ітого за Завт		500	65,06	53	329,69	811,5		35,37
Обед								
	Суп-пюре овощной	210	2,12	4	13,26	123,9	1 016	7,13
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	0,93
	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1	437,06	20,88
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	43,85	240,8	998	5,16
	Компот из яблок и ягод	200	0,31 1,62		30,8 9,76	128,3 48,4	633,02 894,01	3,44 1,16
	Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной.	20	1,02	1	8,5	51,8	1 147	1,16
1того за Обе		700	24,68	37	117,45	849,3	1 147	39,86
1того за обе 1того за ден		1 200	89.74	90	447,14	1660.8		75,23
пого за ден	<u> </u>	1200	55,14	50	1 11/17	.000,0		(лист
ацион: ЕКБ	Каменск 1-4 кл комплекс (21.10.2	Неделя:	1			День:	вторник	,,,,,,,,,
Прием пищи		Вес блюда		цевые веще	ства	Энерге-		
	Наименование блюда		тищевые вещес		1	тическая	Nº	Цена
приот пищи	талмонованно олюда	Вос олгода	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	40.10
Вавтрак					0.70	10.0		
	Котлета из мяса кур Школьная	90	1,13	1	0,76	18,9	1 057	28,65
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	6,64	5	30,02	188,3	822	4,47
	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9	686	2,54
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8	1 148	1,16
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8	897	1,16
	Маффин в ассортименте ®	40	4,14	4	29,44	173	450,05	
Итого за Зав	трак	520	15,81	12	97,78	546,7		37,98
Обед	Салат из свеклы	60	0,89	3	5,19	48	820	5,02
	Суп картофельный с горохом	200	3,86	4	17,15	112,4	139,04	4,78
	**Жаркое по-домашнему из	200	12,15	28	24,8	398,3	1 025,01	65,56
	говядины	200	12,10	20	21,0	000,0	1 020,01	00,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6	705	8,09
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01	1,16
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8	1 147	1,16
Итого за Обе	**	700	20,9	36	91,03	779,5		85,77
Итого за ден	Ь	1 220	36,71	48	188,81	1326,2		123,75 (лист
Рацион: ЕКБ	Каменск 1-4 кл комплекс (21.10.2	. Неделя:	1			День:	среда	ONIT)
				WORLIO BOULO	OTDO	Энерге-		
	Ноименевание блива	Das 5-10-0	Пищевые веще		Ства	тическая	Nº	Цена
Прием пиши	Наименование блюда					ценность	рецептуры	цопа
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	цепность		
			9.11.11.11.11				1 000	
	Батон	30	2,25	Жиры	15,42	78,6	693	2
			9.11.11.11.11				693 1 142 958	2,2
Прием пищи	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром	30 20 150	2,25 0,02	1	15,42 3,28 2,63	78,6 13,5 268,9	1 142 958	2,2 29,98
	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром	30 20 150	2,25 0,02 19,48	1 24	15,42 3,28 2,63	78,6 13,5 268,9 63,8	1 142 958 1 188	2,2 29,98 1,8
	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный	30 20 150 200 200	2,25 0,02 19,48 2,14	1 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8	1 142 958 1 188 897	2,2 29,98 1,8 1,16
	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30 20 150 200 200 20	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7	1 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8	1 142 958 1 188 897 1 148	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины	30 20 150 200 20 20 20 100	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8	1 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38	1 142 958 1 188 897	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины	30 20 150 200 200 20	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7	1 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8	1 142 958 1 188 897 1 148	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины	30 20 150 200 20 20 20 100 540	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39	1 24 1 1 27	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4	1 142 958 1 188 897 1 148 975	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины Втрак Маринад овощной	30 20 150 200 200 20 20 100 540	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39	1 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4	1 142 958 1 188 897 1 148	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины зтрак Маринад овощной Щи из свежей капусты с	30 20 150 200 20 20 20 100 540	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39	1 24 1 1 1 27 6	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4	1 142 958 1 188 897 1 148 975	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2
	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины втрак Маринад овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	30 20 150 200 200 20 20 100 540	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39 0,57 1,52	1 24 1 1 1 27 6	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4	1 142 958 1 188 897 1 148 975	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2 5,06 5,19
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины зтрак Маринад овощной Щи из свежей капусты с	30 20 150 200 20 20 20 100 540	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39	1 24 1 1 1 27 6 5	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23 4,97 7,36	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4 76,8	1 142 958 1 188 897 1 148 975 817 124	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2 5,06 5,19
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины трак Маринад овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной **Фиш- филе минтай	30 20 150 200 20 20 20 100 540 60 200	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39 0,57 1,52	1 24 1 1 1 27 6 5 5 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23 4,97 7,36	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4 76,8 109,7	1 142 958 1 188 897 1 148 975 817 124 1 699,06	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2 5,06 5,19 0,02
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины зтрак Маринад овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Картофель отварной	30 20 150 200 20 20 20 540 60 200 90 150	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39 0,57 1,52 16,47 3,02	1 24 1 1 1 27 6 5 5 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23 4,97 7,36 8,13 24,29	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4 76,8 109,7	1 142 958 1 188 897 1 148 975 817 124 1 699,06 518	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2 5,06 5,19 0,02 11,06 4,95
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины втрак Маринад овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной **Фиш- филе минтай, Картофель отварной Компот из смеси сухофруктов	30 20 150 200 20 20 20 100 540 60 200 90 150 200	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39 0,57 1,52 16,47 3,02 0,46	1 24 1 1 1 27 6 5 5 24	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23 4,97 7,36 8,13 24,29 27,49	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4 76,8 109,7	1 142 958 1 188 897 1 148 975 817 124 1 699,06 518 928	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16 19,9 58,2 5,06 5,19 0,02 11,06 4,95
Завтрак	Батон Повидло Омлет запеченый или паровой с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Мандарины зтрак Маринад овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной **Фиш- филе минтай, Картофель отварной Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной.	30 20 150 200 20 20 20 100 540 60 200 90 150 200 20	2,25 0,02 19,48 2,14 1,7 0,8 26,39 0,57 1,52 16,47 3,02 0,46 1,62	1 24 1 1 1 27 6 5 5 24 5 5	15,42 3,28 2,63 16 10,7 11,7 7,5 67,23 4,97 7,36 8,13 24,29 27,49 9,76	78,6 13,5 268,9 63,8 54,8 51,8 38 569,4 76,8 109,7 314 165 115,7 48,4	1 142 958 1 188 897 1 148 975 817 124 1 699,06 518 928 894,01	2,2 29,98 1,8 1,16 1,16

			Пиц	цевые вещест	Энерге-	Nº	
оием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
втрак					44.00	240.4	007
	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39 37,17	219,1	827 995
	Пюре картофельное	150	3,31	10	11,18	44.7	854,01
	Чай с шиповником	200	2.14	1	10,7	54,8	897
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,7	51,8	1 148
	Хлеб ржаной	20	1,7	4	20,93	162,8	1 141
	Печенье детское (конд изд)	520 520	24.15	28	106,07	763,2	1 171
ого за Завт ед	рак						1 045 07
	Суп "Салонники"	200	4,44	4	12,6	126,4	1 015,07 14 560,01
	**Пенне с курицей в соусе	200	23,96	17	38,44 24.43	269,8	699
	Напиток лимонный	200	0,14			101,2	894,01
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	1 147
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5 9,8	51,8 73,3	976
	Яблоки свежие	100 740	0,4 32,26	22	103,53	670,9	570
ого за Обед ого за день		1 260	56,41	50	209,6	1434,1	
		Неделя:	1		День:	пятница	(лист 5)
ацион: ЕКБ	Каменск 1-4 кл комплекс	педеля.		щевые вещес	Энерге-	Nº	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
			DCJIKVI	7 AMPE	311102342	цоллость	
втрак	**Сырники	50	4,17	5	8,29	113	1 066,01
	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2	902
	Каша овсяная Геркулес вязкая	190	5,75	8	27,09	209,3	846
	молочная с маслом сливочным			0			
	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9	686
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8	897
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8	1 148
гого за Зав	трак	500	15,4	17	83,82	553	
бед					40.04	140.0	115.00
	Суп картофельный с вермишелью	200	1,9	4	16,01	110,3 193,1	115,03 1 087
	Кнели куриные паровые	90	16,01	16	5,5	128	999
	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24		930
	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1 48,4	894.01
	Хлеб пшеничный.	20	1,62	-	9,76		1 148
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8	1 141
	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93 92,99	162,8 755,5	1 141
того за Обе		720					
		720	27,94	32		_	
		1 220	43,34	49	176,81	1308,5	(лист (
того за ден	Ь	1 220	43,34		176,81	_	(лист (
того за ден			43,34	49	176,81 День	1308,5	
того за ден ацион: ЕКБ	ь Каменск 1-4 кл комплекс	1 220	43,34		176,81 День	1308,5 : понедельник	(лист (№ рецептуры
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи	ь Каменск 1-4 кл комплекс	1 220 Неделя:	43,34 2	49 ищевые веще	176,81 День ства	1308,5 понедельник Энерге- тическая	Nº
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда	1 220 Неделя:	43,34 2	49 ищевые веще	176,81 День ства	1308,5 понедельник Энерге- тическая	№ рецептуры
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный	1 220 Неделя: Вес блюда	43,34 2 П Белки	49 ищевые веще Жиры	176,81 День ства Углеводы	1308,5 : понедельник Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с	1 220 Неделя: Вес блюда	43,34 2 П Белки	49 ищевые веще Жиры	776,81 День Туглеводы 2,03 34,51	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1	№ рецептуры 972 1 003
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром	1 220 Неделя: Вес блюда	43,34 2 П Белки	49 ищевые веще Жиры	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9	№ рецептуры 972 1 003
того за ден ацион: ЕКБ]рием пищи	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном*	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150	43,34 2 Белки 11,06 8,35	49 ищевые веще Жиры	776,81 День Туглеводы 2,03 34,51	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1	№ рецептуры 972 1 003 686 897
того за ден ацион: ЕКБ]рием пищи	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сырос изрос имоном* Хлеб пшеничный	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200	43,34 2 П Белки 11,06 8,35 0,06	49 ищевые веще Жиры 14 7	776,81 День Углеводы 2,03 34,51 15,16 10,7 11,7	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8	№ рецептуры 972 1 003
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14	49 ищевые веще Жиры 14 7	776,81 День Тринь Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31	жиры 14 7 1 1 1 23	76,81 День Тринь Тр	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31	жиры 14 7 1 1 23	776,81 День Трина Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 220 90	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27	жиры 14 7 1 1 23 18 25	776,81 День Тринь Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной втрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 220 90 150	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69	жиры 14 7 1 1 23	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 220 90 150 200	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 - 0,46	жиры 14 7 1 1 23 18 25	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный.	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 220 90 150 200 200 20	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62	жиры 14 7 1 1 1 23 18 25 5	776,81 День Трина Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак 1того за Зав Обед	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сырам отварные с сырам отварные с хлеб ржаной Зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Бупгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной.	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 20 90 150 200 200 20 200 200 200 200 200	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7	жиры 14 7 1 1 23 18 25 5	776,81 День Трина Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Итого за Зав Обед	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный.	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 220 90 150 200 20 20 700	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 - 0,46 1,62 1,7 32,5	жиры 14 7 11 123 18 25 5 11 49	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Ттого за Зав Обед	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный.	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 20 90 150 200 200 20 200 200 200 200 200	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7	жиры 14 7 1 1 23 18 25 5	776,81 День Трина Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147
того за ден гацион: ЕКБ Прием пищи гавтрак Итого за Зав Обед Итого за Об	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный. Хлеб пшеничный.	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 220 90 150 200 20 20 700	43,34 2 ПБелки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81	жиры 14 7 11 123 18 25 5 149 72	776,81 День Трине Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147
того за ден Рацион: ЕКБ Прием пищи Вавтрак Итого за Зав Обед Итого за де	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Сул-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. вед нь Б Каменск 1-4 кл комплекс	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 150 200 20	43,34 2 ПБелки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81	жиры 14 7 11 123 18 25 5 11 49	776,81 День Трине Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист
того за ден гацион: ЕКБ Прием пищи гавтрак Итого за Зав Обед Итого за Об	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Сул-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. вед нь Б Каменск 1-4 кл комплекс	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 150 200 20 00 150 200 150 200 150 200 100 100	43,34 2 ПБелки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81	жиры 14 7 11 123 18 25 5 149 72	776,81 День Трине Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4	972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист
того за ден Гацион: ЕКБ Прием пищи Гавтрак Птого за Зав Обед Итого за Де	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. вед нь Б Каменск 1-4 кл комплекс и Наименование блюда	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81	жиры 14 7 14 7 1 1 23 18 25 5 1 49 72	76,81 День Трань Тр	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 s: вторник Энергетическая ценность	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Ттого за Зав Обед Итого за де Рацион: ЕК	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. бед нь Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 20 500 150 200 20 700 1 200 Неделя Вес блюда	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Г	миры 49 ищевые веще Жиры 14 7 1 1 23 18 25 5 1 49 72 Пищевые вещ Жиры 8	776,81 День Трина (Ства) Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Ттого за Зав Обед Итого за де Рацион: ЕК	Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Сул-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. бед Нь Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 150 200 20 700 1 200 Неделя Вес блюда	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Белки 4,23 0,28	49	776,81 День Трина Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 5: вторник Энергетическая ценность	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 № рецептуры
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Ттого за Зав Обед Итого за де Рацион: ЕК	Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Зтрак Сул-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. бед нь Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 150 200 150 200 150 400 Hеделя Вес блюда	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Г	миры 49 ищевые веще Жиры 14 7 1 1 23 18 25 5 1 49 72 Пищевые вещ Жиры 8	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 5: вторник Энергетическая ценность	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Итого за Зав Обед Итого за де Рацион: ЕК	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. йед нь Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром*	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Белки 4,23 0,28 7,55	мицевые веще жиры 14 7 1 1 1 23 18 25 5 1 49 72 Пищевые вещ жиры 8 1 1 7	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Итого за Зав Обед Итого за де Рацион: ЕК	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. вед нь Б Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 20,28 4,23 0,28 7,55 2,14	жиры 14 7 14 7 11 123 18 25 5 149 72 Пищевые вещ жиры 8 1 7 11	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 Вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Итого за Зав Обед Рацион: ЕК Прием пищ	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Тоуг-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб ржаной Хлеб ржаной	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 500 20 500 150 20 700 1 200 Hеделя Вес блюда	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Г Белки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7	миры 14 7 14 7 11 23 18 25 5 149 72 Пищевые веще жиры жиры 11 17 11 11	76,81 День Трень Тр	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Тоуг-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Суп-крем сырный "Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб ржаной Хлеб ржаной	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 20,28 4,23 0,28 7,55 2,14	жиры 14 7 14 7 11 123 18 25 5 149 72 Пищевые вещ жиры 8 1 7 11	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 Вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав бед Прием пищ Завтрак	Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной т*Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. бед Нь Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Втрак	1 220	43,34 2 ПБелки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Белки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9	49	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав бед Прием пищ Завтрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Сул-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Умеб ржаной Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Втрак Солянка со сметаной	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Белки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9	жиры 14 7 11 123 18 25 5 149 72 Пищевые вещ жиры жиры 11 17 11 18 18	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 э: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Котлета из свинины Детская Суус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб ржаной втрак Солянка со сметаной Тефтели из мяса птицы с рисом	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 20 Белки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9	49 ищевые веще Жиры 14 7 1 1 23 18 25 5 5 1 49 72 72	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 э: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	Nº peцептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной "*Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Втрак Солянка со сметаной Тефтели из мяса птицы с рисом Пюре картофельное	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 Г Белки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9 4,22 15,26 3,31	жиры 14 7 11 123 18 25 5 149 72 Пищевые вещ жиры жиры 11 17 11 18 18	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	Nº peцептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 Nº peцептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Котлета из свинины Детская Суус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб ржаной втрак Солянка со сметаной Тефтели из мяса птицы с рисом	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 150 200 1 200 20 700 1 200 1 200 1 200 20 700 1 200 20 20 700 1 200 20 20 20 150 20 20 20 20 150 200 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 2	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,62 55,81 5елки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9 4,22 15,26 3,31 0,09	49 ищевые веще Жиры 14 7 1 1 23 18 25 5 5 1 49 72 72	7,76 176,81 День Ства Углеводы 2,03 34,51 15,16 10,7 11,7 74,1 67,8 3,66 33,48 27,49 , 9,76 8,5 150,69 224,79 День ества Углеводы 11,26 1,35 43,85 14,97 10,7 11,7 93,83	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148 1 148 1 1 020 1 085,01 995 483
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной "*Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Втрак Солянка со сметаной Тефтели из мяса птицы с рисом Пюре картофельное	1 220	43,34 2 ПБелки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 ПБелки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9 4,22 15,26 3,31 0,09 1,62	49	7,76 11,7 11,26 1,35 43,85 14,97 10,7 11,7 93,83 7,76 12,35 3,7,17 20,26 9,76	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3-180,6 3-180,6 3-1	Nº peцептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148 1 020 1 085,01 995 483 894,01
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Птого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. бед Нь Каменск 1-4 кл комплекс И Наименование блюда Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной втрак Солянка со сметаной Тефтели из мяса птицы с рисом Пюре картофельное Чай с лимоном	1 220 Неделя: Вес блюда 110 150 200 20 20 500 150 200 1 200 20 700 1 200 1 200 1 200 20 700 1 200 20 20 700 1 200 20 20 20 150 20 20 20 20 150 200 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 2	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,62 55,81 5елки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9 4,22 15,26 3,31 0,09	49	Темва (Ства) Углеводы (Ства)	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист 1 081 600,01 998 828 897 1 148 1 020 1 085,01 995 483 894,01 1 148
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак Итого за Зав Обед Прием пищ Завтрак	Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном Теден и Стором Виделия отварные образования в пределения в	1 220	43,34 2 ПБелки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 ПБелки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9 4,22 15,26 3,31 0,09 1,62	49 49 ищевые веще Жиры 14 7 1 1 23 18 25 5 5 1 49 72 72 1 1 18 18 5 13 10 1 9 9	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист № рецептуры 1 081 600,01 998 828 897 1 148 1 020 1 085,01 995 483 894,01
того за ден ацион: ЕКБ Прием пищи автрак 1того за Зав Обед Итого за де Рацион: ЕК	Б Каменск 1-4 кл комплекс Наименование блюда Омлет натуральный Макаронные изделия отварные с сыром Чай с лимоном* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной зтрак Суп-крем сырный **Свинина по-мексикански Булгур рассыпчатый Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной Б Каменск 1-4 кл комплекс Котлета из свинины Детская Соус сметанный с томатом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной ВТЕТРАК Солянка со сметаной Тефтели из мяса птицы с рисом Пюре картофельное Чай с лимоном Хлеб пженной Хлеб ржаной Маффин ванильный®	1 220	43,34 2 Белки 11,06 8,35 0,06 2,14 1,7 23,31 13,76 10,27 4,69 0,46 1,62 1,7 32,5 55,81 2 1 Белки 4,23 0,28 7,55 2,14 1,7 15,9 4,22 15,26 3,31 0,09 1,62 1,7	49	776,81 День Трань Т	1308,5 понедельник Энергетическая ценность 176,2 233,1 59,9 54,8 51,8 575,8 514,5 279,3 199,9 115,7 48,4 51,8 1209,6 1785,4 3: вторник Энергетическая ценность 134,3 15,8 240,8 59,9 54,8 51,8 557,4	№ рецептуры 972 1 003 686 897 1 148 169,01 437,12 1 000,02 928 894,01 1 147 (лист 1 081 600,01 998 828 897 1 148 1 020 1 085,01 995 483 894,01 1 148

ANOII. EN	5 Каменск 1-4 кл комплекс	Неделя:	2		День	: среда	
Прием пищи	1 Наименование блюда	5 5	П	ищевые веще	ства	Энерге-	4
Завтрак	таименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	№ рецептур
Завтрак	200000000000000000000000000000000000000						
	Запеканка творожная (сырники) Молоко сгущенное	140	23,62	15	31,78	369,5	365
	Чай ягодный	20	1,58	2	10,88	64,2	902
	Хлеб пшеничный	200	0,1		16	59,9	971
	Хлеб ржаной	20	2,14	1	10,7	54,8	897
	Яблоки свежие	20	1,7	1	11,7	51,8	1 148
Итого за Зав		100	0,4		9,8	73,3	976
Обед		500	29,54	19	90,86	673,5	
	Кукуруза консервированная	60	1.00				
	Суп из разных овощей	200	1,23	4	7,45	69,5	812
	Биточек из мяса Акварелька	90	1,58	5	8,52	96,5	1 181
	Капуста тушеная	150	14,98	11	12,43	211,3	5 817
	Напиток лимонный		3,59	7	14,24	128	999
	Хлеб пшеничный.	200	0,14		24,43	101,2	699
	Хлеб ржаной	20	1,62		9,76	48,4	894,01
Итого за Обе		20	1,7	1	11,7	51,8	1 148
Итого за ден		740	24,84	28	88,53	706,7	
итого за ден	В	1 240	54,38	47	179,39	1380,2	
Рацион: ЕКБ	Каменск 1-4 кл комплекс		_				(лис
тацион. Екв	паменск 1-4 кл комплекс	Неделя:				: четверг	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые вещес	тва	Энерге- тическая	Nº
Завтрак			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептур
-us.pun	Горошек зеленый консервированный	1 00 1					
	**Фиш- филе минтай	20	0,62		1,3	8	811
	Картофель запеченный	90	16,47	24	8,13	314	1 699,06
	Чай с лимоном*	150	3,3	6	26,9	171,6	1 317
		200	0,06		15,16	59,9	686
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8	897
Итого за Зав	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8	1 148
обед	Грак	500	24,29	32	73,89	660,1	
обед	Family						
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118	1 021
	**Плов с говядиной	200	12,76	24	46,91	400.7	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	24	25,63	469,7	438
	Хлеб пшеничный.	20	1,62			120,6	705
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,76	48,4	894,01
	Мандарины	100	0,8		11,7	51,8	1 148
Ітого за Обе,	ц	740	20,59	24	7,5	38	975
1того за день		1 240		31	115,37	846,5	
		1240	44,88	63	189,26	1506,6	
ацион: ЕКБ	Каменск 1-4 кл комплекс	' Неделя: 2			День:	пятница	(лист
Прием пиши	Наименование блюда		Пищевые вещес			Энерге-	Mi
	тайменование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	№ рецептуры
Вавтрак	I.C.					455010	
	Каша рисовая молочная вязкая с	200	3,14	4	38,89	207,2	074
	маслом сливочным				55,66	201,2	874
}	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8	1 148
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8	897
	Йогурт порционный	125	2,8	3	19,6	112	
того за Завт	рак	565	9,78	9	95,86	485,7	935
бед					55,50	400,7	
	Огурцы свежие порционно	60	0,48		6	33	000
	Рассольник ленинградский со сметаной	220	3,33	6	22,2	121,4	836 1 030
	Запеканка картофельная с мясом.	200	15,89	22	29,11	403,2	4.400
	Морс ягодный	200	2,98		21,29		1 100
	Хлеб пшеничный.	20	1,62			99,3	1 242
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,76	48,4	894,01
		720	26		11,7	51,8	1 148
				29	100,06	757,1	
того за Обед того за день		1 285	35 70	20	405 00		
того за день того за пери	од	1 285	35,78	38	195,92	1242,8	(4.2)
того за день того за пери	од ение за период	1 285 12 385 1 238,5	35,78 · 540,99 54,1	38 588 58,8	195,92 2172,79 217,3	1242,8 14679,6 1468	