



«Разработано»  
Автономная некоммерческая организация



«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

Утверждено

Директор

М.С. Шевченко

Согласовано  
директор АНХ ЮДИН А.В.  
С.А. Самарванова

# Основное (организованное)

## МЕНЮ

Для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных общеобразовательных организациях  
муниципального образования город Краснодар

Краснодар  
2023

*Горячие завтраки и обеды, обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет, 1-ой смены*



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	10,53	42,20	298,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>106</b>	<b>691,10</b>
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106,00
ТК	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
406-17	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,40
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>885</b>	<b>32,45</b>	<b>29,25</b>	<b>141,72</b>	<b>928,91</b>

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	120	1,32	0,24	4,56	26,40
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>25,09</b>	<b>21,78</b>	<b>83,02</b>	<b>649,05</b>
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,80
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	25	1,10	0,79	6,75	64,50
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>945</b>	<b>36,66</b>	<b>30,10</b>	<b>138,50</b>	<b>971,52</b>

Среды						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
015-17	Сыр порционно (Российский)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (200/5)	205	16,60	19,70	32,27	402,30
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>29,02</b>	<b>28,95</b>	<b>78,57</b>	<b>711,00</b>
<b>Среды</b>						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,00	0,50	22,50	105,00
	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>33,80</b>	<b>34,73</b>	<b>133,78</b>	<b>996,19</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40
310-16	Вок "Курица с овощами"	200	11,20	20,60	37,40	286,67
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	122,00
ТК	Кондитерское изделие (лакомка)	20	2,30	1,80	5,10	67,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>21,01</b>	<b>24,00</b>	<b>118,31</b>	<b>672,57</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
015-17	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>41,53</b>	<b>52,53</b>	<b>95,64</b>	<b>952,90</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (огурец соленый)	110	1,21	0,22	4,18	13,20
ТК	Рыба, запеченная с маслом сливочным (110/5)	115	17,81	15,80	4,83	268,40
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
389-17, ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>28,36</b>	<b>23,37</b>	<b>84,45</b>	<b>683,80</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>125,2</b>	<b>119,01</b>	<b>470,80</b>	<b>3407,51</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>25,04</b>	<b>23,80</b>	<b>94,16</b>	<b>681,50</b>
Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
138-04	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	44,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>867</b>	<b>18,62</b>	<b>13,17</b>	<b>214,03</b>	<b>928,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>163,1</b>	<b>159,78</b>	<b>723,67</b>	<b>4777,58</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>32,61</b>	<b>31,96</b>	<b>144,73</b>	<b>955,52</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40
ТК	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,89	31,11	3,54	369,54
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>31,01</b>	<b>37,85</b>	<b>59,40</b>	<b>680,54</b>
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
108-17	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144,25
268-17	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	15,04	25,63	13,09	311,67
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>32,31</b>	<b>39,00</b>	<b>132,03</b>	<b>985,72</b>



Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ТК	Салат по-сезону (салат из моркови с яблоками)	100	1,06	0,17	8,52	39,90
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226,27
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,70	4,10	13,00	102,50
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>30,60</b>	<b>18,58</b>	<b>96,24</b>	<b>658,17</b>

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	100	1,3	0,1	6,9	12
93-18	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	70,75
443-04	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117
ТК	Кондитерское изделие (ирис в пром. упак.)	30	1,6	1,8	8,54	126
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>33,26</b>	<b>29,62</b>	<b>141,16</b>	<b>950,15</b>

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			<b>Завтрак</b>			
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты (груша)	50	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>25,00</b>	<b>24,78</b>	<b>106,90</b>	<b>687,62</b>
Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			<b>Обед</b>			
ТК	Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной капусты)	100	0,75	6,02	2,35	59,60
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121,00
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,90	9,40	4,60	200,29
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,40
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>29,92</b>	<b>27,82</b>	<b>125,02</b>	<b>936,69</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			<b>Завтрак</b>			
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	180	7,20	1,26	50,40	225
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Фрукты (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>26,27</b>	<b>14,24</b>	<b>111,40</b>	<b>680,70</b>
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			<b>Обед</b>			
015-07	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,20	9,30	0,90	176,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	75,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>43,93</b>	<b>35,01</b>	<b>102,76</b>	<b>979,89</b>

№ рецептуры	Пятница		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	100	1,10	0,20	3,80	12,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-17	Сок натуральный (яблочный)	30	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>33,42</b>	<b>21,82</b>	<b>93,65</b>	<b>694,50</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>146,3</b>	<b>117,27</b>	<b>467,59</b>	<b>3401,53</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>29,26</b>	<b>23,45</b>	<b>93,52</b>	<b>680,31</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>271,5</b>	<b>236,28</b>	<b>938,38</b>	<b>6809,04</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>27,15</b>	<b>23,63</b>	<b>93,84</b>	<b>680,90</b>

№ рецептуры	Пятница		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих помидор)	100	0,75	6,02	2,35	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	0,75	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)	120	19,39	13,29	5,19	256,8
204-04	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,4	18	84
	<b>Итого</b>	<b>940</b>	<b>35,04</b>	<b>34,93</b>	<b>95,45</b>	<b>911,78</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>174,5</b>	<b>166,38</b>	<b>596,43</b>	<b>4764,22</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>34,89</b>	<b>33,28</b>	<b>119,29</b>	<b>952,24</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>337,5</b>	<b>326,16</b>	<b>1320,1</b>	<b>9541,80</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>33,75</b>	<b>32,62</b>	<b>132,01</b>	

*Горячие обеды и полдники для обучающихся детей ОВЗ и  
детей-инвалидов 12-18 лет, 2-ой смены*



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			<b>Обед</b>			
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106,00
ТК	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
406-17	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,40
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>885</b>	<b>32,45</b>	<b>29,25</b>	<b>141,72</b>	<b>928,91</b>
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			<b>Полдник</b>			
742-04	Кулебяка с капустой	150	9,05	8,75	46,85	324,29
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>12,21</b>	<b>11,45</b>	<b>62,80</b>	<b>424,89</b>

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
135-04	Суп из овощей					
ТК	Гратен из печени	250	2,20	4,40	12,40	
ТК	Ризотто с овощами	120	21,32	13,53	8,95	99,00
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	4,84	9,58	39,42	245,40
ТК	Кондитерское изделие	180	0,90	0,00	18,18	235,80
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	25	1,10	0,79	6,75	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	64,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	47,00
	<b>Итого</b>	40	2,40	0,40	18,00	119,50
		<b>945</b>	<b>36,66</b>	<b>30,10</b>	<b>138,50</b>	<b>84,00</b>
						<b>971,52</b>
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
ТК	Булочка с сыром					
ТК	Чай с сахаром и лимоном	100	19,83	27,33	69,33	305,00
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	200	0,07	0,02	20,00	42,00
	<b>Итого</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00
		<b>400</b>	<b>20,30</b>	<b>27,75</b>	<b>99,13</b>	<b>394,00</b>

№ рецептуры	Среда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,00	0,50	22,50	105,00
	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>33,80</b>	<b>34,73</b>	<b>133,78</b>	<b>996,19</b>
	<b>Среда</b>					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (ряженка)	250	7,25	6,25	10,00	125,00
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>19,55</b>	<b>13,56</b>	<b>48,90</b>	<b>394,33</b>



Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-17	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>41,53</b>	<b>52,53</b>	<b>95,64</b>	<b>952,90</b>
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	1,99	10,41	33,17	274,00
ТК	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>13,39</b>	<b>10,81</b>	<b>63,17</b>	<b>405,80</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
015-17	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00
138-04	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	44,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
ТК	<b>Итого</b>	<b>867</b>	<b>18,62</b>	<b>13,17</b>	<b>214,03</b>	<b>928,06</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>163,05</b>	<b>159,78</b>	<b>723,67</b>	<b>4777,58</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>32,61</b>	<b>31,96</b>	<b>144,73</b>	<b>955,52</b>
Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
743-04	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250,00
350-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	117,00
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>16,10</b>	<b>35,62</b>	<b>39,81</b>	<b>414,00</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>81,55</b>	<b>99,19</b>	<b>313,81</b>	<b>2033,02</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>16,31</b>	<b>19,84</b>	<b>62,76</b>	<b>406,60</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
108-17	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144,25
268-17	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	15,04	25,63	13,09	311,67
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>32,31</b>	<b>39,00</b>	<b>132,03</b>	<b>985,72</b>
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Полдник</b>						
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>8,45</b>	<b>10,89</b>	<b>60,62</b>	<b>397,00</b>

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	100	1,3	0,1	6,9	12
93-18	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	70,75
443-04	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117
ТК	Кондитерское изделие (ирис в пром. упак.)	30	1,6	1,8	8,54	126
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>33,26</b>	<b>29,62</b>	<b>141,16</b>	<b>950,15</b>
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
406-17	Пирожок печеный с картофелем	150	9,05	11,4	55,35	360,00
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>9,12</b>	<b>11,42</b>	<b>75,35</b>	<b>400,00</b>

№ рецептуры	Среда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	
	<b>Обед</b>					
ТК	Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной капусты)	100	0,75	6,02	2,35	59,60
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121,00
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,90	9,40	4,60	200,29
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,40
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>29,92</b>	<b>27,82</b>	<b>125,02</b>	<b>936,69</b>
	<b>Среда</b>					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>Полдник</b>					
ТК	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упак.)	15	0,98	4,20	9,30	56,00
	<b>Итого</b>	<b>395</b>	<b>14,27</b>	<b>15,01</b>	<b>70,45</b>	<b>404,20</b>

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обед</b>						
015-07	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,20	9,30	0,90	176,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	75,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>43,93</b>	<b>35,01</b>	<b>102,76</b>	<b>979,89</b>
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Полдник</b>						
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00
342-17, ТК	Компот из свежих плодов (черная смородина)	200	0,16	0,16	27,81	105,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>16,13</b>	<b>11,28</b>	<b>67,58</b>	<b>423,00</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Обеда</b>						
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих помидор)	100	0,75	6,02	2,33	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	0,75	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)	120	19,39	13,29	5,19	136,8
54-11г-20	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	187,38
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,93	100,2
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1	25	119,1
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,4	18	81
<b>Итого</b>		<b>940</b>	<b>35,04</b>	<b>34,93</b>	<b>95,45</b>	<b>911,38</b>
<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>174,45</b>	<b>166,38</b>	<b>596,43</b>	<b>1784,13</b>
<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>34,89</b>	<b>33,28</b>	<b>119,29</b>	<b>356,84</b>
<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>			<b>337,50</b>	<b>326,16</b>	<b>1320,09</b>	<b>934,38</b>
<b>СРЕДНЯЯ</b>			<b>33,75</b>	<b>32,62</b>	<b>132,01</b>	<b>934,38</b>

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Полдник</b>						
440-17	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого</b>		<b>380</b>	<b>14,38</b>	<b>6,46</b>	<b>66,66</b>	<b>423,32</b>
<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>62,35</b>	<b>55,06</b>	<b>340,66</b>	<b>2047,52</b>
<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>			<b>12,47</b>	<b>11,01</b>	<b>68,13</b>	<b>409,50</b>
<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>			<b>141,98</b>	<b>158,80</b>	<b>655,94</b>	<b>4066,72</b>
<b>СРЕДНЯЯ ЗА 10 ДНЕЙ</b>			<b>14,20</b>	<b>15,88</b>	<b>65,59</b>	<b>406,67</b>

Пронумеровано, прошито,  
скреплено печатью  
Количество листов 23  
Директор АНО «Школьное питание»  
М.С. Шевченко  
«    »      2023г

