



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы			
<b>1 неделя, 1 день - понедельник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшеничная молочная	205	6,08	7,3	34,3	227,2	0	96
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>9,34</b>	<b>16,7</b>	<b>67,6</b>	<b>455,2</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Суп гороховый б/м	250	8,8	5,9	28	208,4	5,8	139
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Биточек по-школьному	90	14,6	20	12,9	316,4	1,5	тгк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Макароны отварные	150	5,3	6,2	35,3	220,5	0	332
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>815</b>	<b>34,2</b>	<b>34,4</b>	<b>126,6</b>	<b>986,5</b>	<b>8,3</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1285</b>	<b>43,54</b>	<b>51,1</b>	<b>194,2</b>	<b>1441,7</b>	<b>8,6</b>	
<b>1 неделя, 2 день - вторник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша манная молочная	205	7,3	7,3	40,7	257	0	88
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10</b>	<b>8,26</b>	<b>70,78</b>	<b>394,8</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Щи из св. капусты с картофелем б/м	250/10	5	9,2	10,7	147,13	18,5	124
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Грудка кури в соусе с томатом	100	28,01	34	4,4	435,5	4	тгк
Греча отварная (каша гречневая рассыпчатая)	150	8,7	7,8	42,6	279	0	508
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>805</b>	<b>46,91</b>	<b>52</b>	<b>105,7</b>	<b>1080,43</b>	<b>22,8</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1265</b>	<b>56,91</b>	<b>60,26</b>	<b>176,48</b>	<b>1475,23</b>	<b>23,17</b>	
<b>1 неделя, 3 день - среда</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша Дружба	205	6,6	8,3	35,05	241,1	0	84
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>9,86</b>	<b>17,7</b>	<b>68,35</b>	<b>469,1</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с крупой б/м	250	8,6	8,1	18,6	193,2	8,3	138
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Запеканка из творога со сгущ.молоком	150/20	29,3	12,1	29,1	342,3	0,4	366
Печенье, пряники (весовые)	55	9,6	4,8	70,4	420		
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
<b>Итого за обед</b>	<b>730</b>	<b>50,2</b>	<b>25,5</b>	<b>149,6</b>	<b>1093,9</b>	<b>9</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1200</b>	<b>60,06</b>	<b>43,2</b>	<b>217,95</b>	<b>1563</b>	<b>9,3</b>	
<b>1 неделя, 4 день - четверг</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшеничная молочная	205	7,4	8,07	35,3	244	0	91
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>10,66</b>	<b>17,47</b>	<b>68,6</b>	<b>472</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Борщ из св. капусты с картофелем б/м	250/10	4,64	8,13	13,5	144,53	10,53	110
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Котлета куриная	90	20	17,6	9	278,1	1,08	498
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Рис отварной	150	3,75	6,15	38,55	228	0	511

Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>825</b>	<b>33,89</b>	<b>34,18</b>	<b>111,45</b>	<b>891,83</b>	<b>12,61</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1295</b>	<b>44,55</b>	<b>51,65</b>	<b>180,05</b>	<b>1363,83</b>	<b>12,91</b>	
<b>1 неделя, 5 день-пятница</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,3	2,8	10,8	90	0,5	120
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
Печенье, пряники (весовые)	20	3,5	1,8	25,6	152,7		
<b>Итого за завтрак</b>	<b>425</b>	<b>9,5</b>	<b>5,56</b>	<b>66,48</b>	<b>380,5</b>	<b>0,87</b>	
<b>Обед</b>							
Суп крестьянский с крупой б/м	250/10	5,1	10,3	6,6	141	10	134
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Голубцы ленивые	100	8,06	23,5	11,05	293	40,9	ттк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,9	163,5	18,16	520
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>835</b>	<b>21,81</b>	<b>42,85</b>	<b>89,95</b>	<b>838,7</b>	<b>70,06</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1260</b>	<b>31,31</b>	<b>48,41</b>	<b>156,43</b>	<b>1219,2</b>	<b>70,93</b>	
<b>2 неделя, 1 день –понедельник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша кукурузная молочная	205	7,4	10,8	49,5	326	0,9	91
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>10,66</b>	<b>20,2</b>	<b>82,8</b>	<b>554</b>	<b>1,2</b>	
<b>Обед</b>							
Суп гороховый б/м	250	8,8	5,9	28	208,4	5,8	139
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Биточек по-школьному	90	14,6	20	12,9	316,4	1,5	ттк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Макароны отварные	150	5,3	6,2	35,3	220,5	0	332
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>815</b>	<b>34,2</b>	<b>34,4</b>	<b>126,6</b>	<b>986,5</b>	<b>8,3</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1285</b>	<b>44,86</b>	<b>54,6</b>	<b>209,4</b>	<b>1540,5</b>	<b>9,5</b>	
<b>2 неделя, 2 день- вторник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша манная молочная	205	7,3	7,3	40,7	257	0	88
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10</b>	<b>8,26</b>	<b>70,78</b>	<b>394,8</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Щи из св. капусты с картофелем б/м	250/10	5	9,2	10,7	147,13	18,5	124
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Тефтели мясные в соусе	100	14,3	23,9	15,6	332,2	6	461
Рис отварной	150	3,75	6,15	38,55	228	0	511
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Печенье, пряники (весовые)	30	5,3	2,7	38,4	229		
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>835</b>	<b>33,55</b>	<b>42,95</b>	<b>151,25</b>	<b>1155,13</b>	<b>24,8</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1295</b>	<b>43,55</b>	<b>51,21</b>	<b>222,03</b>	<b>1549,93</b>	<b>25,17</b>	
<b>2 неделя, 3 день- среда</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша Дружба	205	6,6	8,3	35,05	241,1	0	84
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>9,86</b>	<b>17,7</b>	<b>68,35</b>	<b>469,1</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Рассольник «Ленинградский» б/м	250/10	6,6	9,8	20,4	198,7	7,54	132
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		

Шницель мясной	90	14,5	18,01	13	281,4	1,6	451
Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,9	163,5	18,16	520
Сдоба	50	3,9	2,4	26,15	141		421
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
<b>Итого за обед</b>	<b>845</b>	<b>33,35</b>	<b>37,96</b>	<b>129,45</b>	<b>1003,4</b>	<b>27,6</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1315</b>	<b>43,21</b>	<b>55,66</b>	<b>197,8</b>	<b>1472,5</b>	<b>27,9</b>	
<b>2 неделя, 4 день-четверг</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшеничная молочная	205	7,4	8,07	35,3	244	0	91
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10,1</b>	<b>9,03</b>	<b>65,38</b>	<b>381,8</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Борщ из св. капусты с картофелем б/м	250/10	4,64	8,13	13,5	144,53	10,53	110
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Котлета рыбная	90	22,2	7,8	14,4	226,8	2,2	388
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Макаронны отварные	150	5,3	6,2	35,3	220,5	0	332
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>825</b>	<b>37,64</b>	<b>24,43</b>	<b>113,6</b>	<b>833,03</b>	<b>13,73</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1285</b>	<b>47,74</b>	<b>33,46</b>	<b>178,98</b>	<b>1214,83</b>	<b>14,1</b>	
<b>2 неделя, 5 день-пятница</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,3	2,8	10,8	90	0,5	120
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
Печенье, пряники (весовые)	30	5,3	2,7	38,4	229		
<b>Итого за завтрак</b>	<b>435</b>	<b>11,3</b>	<b>6,46</b>	<b>79,28</b>	<b>456,8</b>	<b>0,87</b>	
<b>Обед</b>							
Суп крестьянский с крупой б/м	250/10	5,1	10,3	6,6	141	10	134
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Голубцы ленивые	100	8,06	23,5	11,05	293	40,9	тгк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,9	163,5	18,16	520
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>835</b>	<b>21,81</b>	<b>42,85</b>	<b>89,95</b>	<b>838,7</b>	<b>70,06</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1270</b>	<b>33,11</b>	<b>49,31</b>	<b>169,23</b>	<b>1295,5</b>	<b>70,93</b>	

<b>Всего в среднем за 10 дней</b>		<b>44,88</b>	<b>49,89</b>	<b>190,26</b>	<b>1413,62</b>	<b>27,25</b>	
завтрак		10,13	12,73	70,84	442,81	0,53	
обед		34,8	37,2	119,4	970,8	26,7	