

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кадуйского муниципального округа
«Кадуйская средняя школа №1 имени В.В. Судакова»

ПРИКАЗ

п. Кадуй

«03» апреля 2023 г.

№ 121.1

**Об утверждении перспективного 10-дневного меню
на 2022-2023 учебный год**

В соответствии со статьей 37 федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», во исполнение Постановлений Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 года № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"», от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», в целях совершенствования системы организации и улучшения качества питания обучающихся в МБОУ «Кадуйская СШ №1», укрепления здоровья и профилактики хронических заболеваний детей, создания равных условий получения образования обучающимися из различных социальных слоев населения

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить с 20 марта 2023 года Перспективное 10-дневное меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на 2022-2023 учебный год (осенне-зимний период) (Приложение 1).
2. Утвердить с 20 марта 2023 года Перспективное 10-дневное меню для организации питания детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на 2022-2023 учебный год (осенне-зимний период) (Приложение 2).
3. Утвердить с 20 марта 2023 года Перспективное 10-дневное меню для организации питания детей из многодетных или малообеспеченных семей на 2022-2023 учебный год (осенне-зимний период, аллергики) (Приложение 3).
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор МБОУ «Кадуйская СШ №1»



Л.М. Погова

СОГЛАСОВАНО :

Директор МБОУ «Кадуйская СШ №1»

Рогова Л.М.

« »



УТВЕРЖДАЮ:

И.П. Морозова Е.В.

Вадимовна

« 05 » 2023 г.



Примерное десятидневное меню на завтрак

Для организации питания учащихся

При муниципальном бюджетном образовательном учреждении

МБОУ «Кадуйская СШ №1»

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

(Весенне-летний период.)

2022-2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1	День 1							
Гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	150	6	4,5	36	199,5	227	18
Гор. Блюдо	Гуляш мясной (из курицы)(70/50)	120	26,016	29,052	8,088	397,836	180	50
Хлеб	Хлеб ржаной	50	1,5	0,2	15	61,8		5
Закуска	Салат капустный поджаривка	60	1,2	8	8,5	110,8	23	7
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Итого на завтрак		580	34,716	41,752	78,588	811,936		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1	День 2							
Гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	303,805	219	25
Гор. Блюдо	Котлета куриная с соусом (90\30)	120	11,3	14,25	9,28	362,89	209\265	45
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Закуска	Овощи порционно поджаривка	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	21,78	19,91	80,78	774,495		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1	День 3							
Гор. Блюдо	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,88	5,085	40,275	285,18	224	20
Гор. Блюдо	Биточки мясные с красным соусом (80\30)	110	10,842	12,821	7,312	325,595	189/265	50
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Закуска	Овощи порционно поджаривка	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		550	16,472	18,136	74,087	718,575		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1	День 4							
Гор. Блюдо	Пюре картофельное	150	3,195	6,06	23,295	280,455	241	25
Гор.блюдо	Голубцы ленивые с красным соусом (90/30)	120	9,322	14,154	11,012	312,985	178/265	43
Напиток	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5
Закуска	Салат из свеклы поджаривка	60	1,43	5,09	9,5	75,35	23	7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	15,587	25,524	89,427	853,83		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1	День 5							
Гор.блюдо	Макаронны с сыром (160/40)	200	9,4	12,3	28,7	446	124	40
Напиток	Кисель ягодный	200	1,36	0	29,02	116,5	274	9
Закуска	Фрукт свежий	100	0,4	7,05	9,8	80		24

Закуска	Овощи порционно поджариваемая	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		590	12,91	19,58	83,02	708,3		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 6								
Гор. Блюдо	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,88	5,085	40,275	285,18	224	20
Гор. Блюдо	Гуляш мясной (из курицы)(70/50)	120	26,016	29,052	8,088	397,836	180	50
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Закуска	Салат капустный поджариваемая	60	1,2	8	8,5	110,8	23	7
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Итого на завтрак		560	32,596	42,337	82,863	897,616		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 7								
Гор.блюдо	Картофель запеченный из отварного	150	2,39	9,77	20,65	250,49	238	25
Гор.блюдо	Тефтели мясные с красным соусом (80/30)	110	9,322	14,154	11,012	312,985	202/265	45
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Закуска	Овощи порционно поджариваемая	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		550	13,462	24,154	58,162	671,275		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 8								
Гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	303,805	219	25
Гор. Блюдо	Котлета куриная с соусом (90\30)	120	11,3	14,25	9,28	362,89	209\265	45
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Закуска	Овощи порционно поджариваемая	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	21,78	19,91	80,78	774,495		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 9								
Гор.блюдо	Колбаски куриные с красным соусом (90/30)	120	13	15	9	356	209/265	45
Гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	150	6	4,5	36	199,5	227	18
Напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1,12	0	55,78	227,58	283	7
Закуска	Салат из огурцов и помидоров с маслом	60	0,98	5,13	4,54	68,81	18	10
		30	1,5	0,2	15	61,8		3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2	День 10							
Гор.блюдо	Жаркое по-домашнему	250	44,54	34,66	44,26	668,16	181	64
Напиток	Кисель ягодный	200	0	0	13,79	55,55	274	9
Закуска	Салат из свеклы подгарнировка	60	1,43	5,09	9,5	75,35	23	7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		540	47,47	39,95	82,55	860,86		83

СОГЛАСОВАНО :

Директор МБОУ «Кадуйская СШ №1»

Рогова Л.М.

« »



УТВЕРЖДАЮ:

И.П. Морозова Е.В.

Морозова
Елена
Владимовна

« 04 » 2023 г.



Примерное десятидневное меню на завтрак

Для организации питания учащихся

При муниципальном бюджетном образовательном учреждении

МБОУ «Кадуйская СШ №1»

Для категории:

Детей из многодетных или малообеспеченных семей.

(Весенне-летний период.)

2022-2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 1								
Гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	150	6	4,5	36	199,5	227	18
Гор. Блюдо	Гуляш мясной (из курицы)(70/50)	120	26,016	29,052	8,088	397,836	180	51
Хлеб	Хлеб ржаной	50	1,5	0,2	15	61,8		5
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Итого на завтрак		520	33,516	33,752	70,088	701,136		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 2								
Гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	303,805	219	25
Гор. Блюдо	Котлета куриная с соусом (90\30)	120	11,3	14,25	9,28	362,89	209\265	46
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		500	21,53	19,88	80,28	770,495		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 3								
Гор. Блюдо	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,88	5,085	40,275	285,18	224	20
Гор. Блюдо	Биточки мясные с красным соусом (80\30)	110	10,842	12,821	7,312	325,595	189/265	51
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		490	16,222	18,106	73,587	714,575		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 4								
Гор. Блюдо	Пюре картофельное	150	3,195	6,06	23,295	280,455	241	25
Гор.блюдо	Голубцы ленивые с красным соусом (90/30)	120	9,322	14,154	11,012	312,985	178/265	44
Напиток	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на		500	14,157	20,434	79,927	778,48		77

Прием пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	энерг. ценность	рецептур ы	Цена
Неделя 1 День 5								
Гор.блюдо	Макароны с сыром (160/40)	200	9,4	12,3	28,7	446	124	41
Напиток	Кисель ягодный	200	1,36	0	29,02	116,5	274	9
Закуска	Фрукт свежий	100	0,4	7,05	9,8	80		24
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		530	12,66	19,55	82,52	704,3		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 6								
Гор. Блюдо	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,88	5,085	40,275	285,18	224	20
Гор. Блюдо	Гуляш мясной (из курицы)(70/50)	120	26,016	29,052	8,088	397,836	180	51
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Итого на завтрак		500	31,396	34,337	74,363	786,816		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 7								
Гор.блюдо	Картофель запечённый из отварного	150	2,39	9,77	20,65	250,49	238	25
Гор.блюдо	Тефтели мясные с красным соусом (80/30)	110	9,322	14,154	11,012	312,985	202/265	46
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		490	13,212	24,124	57,662	667,275		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 8								
Гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	303,805	219	25
Гор. Блюдо	Котлета куриная с соусом (90\30)	120	11,3	14,25	9,28	362,89	209\265	46
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		500	21,53	19,88	80,28	770,495		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 9								
Гор.блюдо	Колбаски куриные с красным соусом (90/40)	130	13	15	9	356	209/265	49
	Макаронные изделия	150	6	4,5	36	199,5	227	18

Напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1,12	0	55,78	227,58	283	7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		510	21,62	19,7	115,78	844,88		77
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2	День 10							
Гор.блюдо	Жаркое по-домашнему	250	44,54	34,66	44,26	668,16	181	65
Напиток	Кисель ягодный	200	0	0	13,79	55,55	274	9
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		480	46,04	34,86	73,05	785,51		77

СОГЛАСОВАНО :

Директор МБОУ «Кадуйская СШ №1»

Рогова Л.М.

« _____ » _____ г.



УТВЕРЖДАЮ:

И.П. Морозова Е.В.

Морозова

Елена

Вадимовна

« 03 » 04 2023 г.



Примерное десятидневное меню на завтрак

Для организации питания учащихся

При муниципальном бюджетном образовательном учреждении

МБОУ «Кадуйская СШ №1»

Для категории:

Детей с ограниченными возможностями здоровья

(ОВЗ)

(Весенне-летний период.)

2022-2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	Каша манная	200	9	12	39	298	106	31,5
	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5
	Хлеб пшеничный	50	3	1	15	73		5
ИТОГО НА ЗАВТРАК		450	12,14	13,02	84,62	494,24		41,5
Обед								
Гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	150	6	4,5	36	199,5	227	18
Гор. Блюдо	Гуляш мясной (из курицы)(70/50)	120	26,016	29,052	8,088	397,836	180	50
Хлеб	Хлеб ржаной	50	1,5	0,2	15	61,8		5
Закуска	Салат капустный подгарнировка	60	1,2	8	8,5	110,8	23	7
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Итого на завтрак		580	34,716	41,752	78,588	811,936		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1								
День 2								
Завтрак	Макаронны с сыром (150/30)	180	9,4	12,3	28,7	446	124	35,5
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	3	1	15	73		3
ИТОГО НА ЗАВТРАК		410	12,4	13,3	54,7	561		41,5
Обед								
Гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	303,805	219	25
Гор. Блюдо	Котлета куриная с соусом (90\30)	120	11,3	14,25	9,28	362,89	209\265	45
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Закуска	Овощи порционно подгарнировка	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	21,78	19,91	80,78	774,495		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1								
День 3								
Завтрак	Оладьи дрожжевые с повидлом/сгущенкой(180/30)	210	9,35	8,63	81,39	440,63	327	38,5
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3

ИТОГО НА ЗАВТРАК		410	9,35	8,63	92,39	482,63		41,5
Обед								
Гор. Блюдо	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,88	5,085	40,275	285,18	224	20
Гор. Блюдо	Биточки мясные с красным соусом (80\30)	110	10,842	12,821	7,312	325,595	189/265	50
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Закуска	Овощи порционно подгарнировка	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		550	16,472	18,136	74,087	718,575		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1								
День 4								
Завтрак	Каша пшенная	200	6,04	7,27	34,29	227,16	112	30,5
	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5
	Хлеб пшеничный	60	6	2	30	146		6
ИТОГО НА ЗАВТРАК		460	12,18	9,29	94,91	496,4		41,5
Обед								
Гор. Блюдо	Пюре картофельное	150	3,195	6,06	23,295	280,455	241	25
Гор.блюдо	Голубцы ленивые с красным соусом (90/30)	120	9,322	14,154	11,012	312,985	178/265	43
Напиток	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5
Закуска	Салат из свеклы подгарнировка	60	1,43	5,09	9,5	75,35	23	7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	15,587	25,524	89,427	853,83		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 1								
День 5								
Завтрак	Каша ячневая	220	7,23	6,67	39,54	246,87	115	33,5
	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5
	Хлеб пшеничный	30	3	1	15	73		3
ИТОГО НА ЗАВТРАК		450	10,37	7,69	85,16	443,11		41,5
Обед								
Гор.блюдо	Макароны с сыром (160/40)	200	9,4	12,3	28,7	446	124	40
Напиток	Кисель ягодный	200	1,36	0	29,02	116,5	274	9
Закуска	Фрукт свежий	100	1,2	8	8,5	110,8		24
Закуска	Овощи порционно подгарнировка	60	0,25	0,03	0,5	4		7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		590	13,71	20,53	81,72	739,1		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			

Неделя 2									
День 6									
Завтрак	Каша гречневая на молоке (200/10)	210	7,94	8,21	35,13	246,17	104	33,5	
	Хлеб пшеничный	30	3	1	15	73		3	
	Напиток "Витаминный"	200	0	0	11	87	301	5	
Итого на завтрак		440	10,94	9,21	61,13	406,17		41,5	
Обед									
Гор. Блюдо	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,88	5,085	40,275	285,18	224	20	
Гор. Блюдо	Гуляш мясной (из курицы)(70/50)	120	26,016	29,052	8,088	397,836	180	50	
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3	
Закуска	Салат капустный поджаренный	60	1,2	8	8,5	110,8	23	7	
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3	
Итого на завтрак		560	32,596	42,337	82,863	897,616		83	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена	
			Б	Ж	У				
Неделя 2									
День 7									
Завтрак	Каша кукурузная (200/10)	210	9	12	39	298	106	33,5	
	Хлеб пшеничный	30	3	1	15	73		3	
	Чай с лимоном	200	0,14	0,02	30,62	123,24	294	5	
Итого на завтрак		440	12,14	13,02	84,62	494,24		41,5	
Обед									
Гор.блюдо	Картофель запеченный из отварного	150	2,39	9,77	20,65	250,49	238	25	
Гор.блюдо	Тефтели мясные с красным соусом (80/30)	110	9,322	14,154	11,012	312,985	202/265	45	
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3	
Закуска	Овощи порционно поджаренные	60	0,25	0,03	0,5	4		7	
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3	
Итого на завтрак		550	13,462	24,154	58,162	671,275		83	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры	Цена	
			Б	Ж	У				
Неделя 2									
День 8									
Завтрак	Каша рисовая	200	6	9	50	306	114	28,5	
	Хлеб Пшеничный	60	6	2	30	146		6	
	Напиток "Витаминный"	200	0	0	11	87	301	7	
ИТОГО НА ЗАВТРАК		460	12	11	91	539		41,5	
Обед									
Гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	303,805	219	25	
Гор. Блюдо	Котлета куриная с соусом (90\30)	120	11,3	14,25	9,28	362,89	209\265	45	
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3	
Закуска	Овощи порционно поджаренные	60	0,25	0,03	0,5	4		7	

Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	21,78	19,91	80,78	774,495		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецепту	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2								
День 9								
Завтрак	Каша геркулесовая (200/10)	210	9	13	34	290	109	31,5
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,12	0	55,78	227,58	283	7
	Хлеб пшеничный	30	3	1	15	73		3
Итого на завтрак		440	13,12	14	104,78	590,58		41,5
Обед								
Гор.блюдо	Колбаски куриные с красным соусом (90/30)	120	13	15	9	356	209/265	45
Гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	150	6	4,5	36	199,5	227	18
Напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1,12	0	55,78	227,58	283	7
Закуска	Салат из огурцов и помидоров с маслом	60	0,98	5,13	4,54	68,81	18	10
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		560	22,6	24,83	120,32	913,69		83
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецепту	Цена
			Б	Ж	У			
Неделя 2								
День 10								
Завтрак	Макароны с сыром (150/30)	180	3,4	5,3	18,7	146	124	35,5
	Хлеб пшеничный	30	3	1	15	73		3
Напиток	Чай с сахаром	200	0	0	11	42	301	3
Итого на завтрак		410	6,4	6,3	44,7	261		41,5
Обед								
Гор.блюдо	Жаркое по-домашнему	250	44,54	34,66	44,26	668,16	181	64
Напиток	Кисель ягодный	200	1,36	0	29,02	116,5	274	9
Закуска	Салат из свеклы поджарнировка	60	1,43	5,09	9,5	75,35	23	7
Хлеб	Хлеб ржаной	30	1,5	0,2	15	61,8		3
Итого на завтрак		540	48,83	39,95	97,78	921,81		83