Приложение №2

к контракту на оказание услуг

по организации горячего питания №20210414-01

от «26» апреля 2021 г.

**Четырехнедельное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 64,29 руб. (завтрак)**

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных образовательных организациях, не относящие к отдельным категориям;

- Отдельные категории обучающихся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных образовательных организациях **-** дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья (за исключением муниципальных образовательных организациях для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ рец.*** | ***Прием пищи, наименование блюда*** | ***Масса порции*** | ***Пищевые вещества, г.*** | | | ***Энергет. ценность (ккал)*** | ***Витамины (мп)*** | | | | ***Минеральные вещества (мп)*** | | | |
| ***Б*** | ***Ж*** | **У** | ***В1*** | **С** | ***А*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Р*** | ***Мд*** | ***Fе*** |
| **1** | *2* | 3 | *4* | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **ДЕНЬ 1.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,55** | **13,95** | **56,57** | **414,03** | **0,30** | **16,50** | **60,00** | **0,60** | **411,44** | **184,86** | **67,78** | **4,79** |
| 311/04 | Каша молочная 5 злаков (жидкая) | 200 | 3,49 | 6,97 | 18,57 | 150,97 | 0,18 | 1,30 | 20,00 | 0,54 | 141,24 | 2,86 | 39,78 | 1,27 |
| 386/17 | Кисломолочный напиток (снежок или йогурт или ряженка или бифидок или кефир) | 200 | 10,00 | 6,40 | 14,00 | 153,60 | 0,06 | 1,20 | 40,00 | 0,06 | 244,00 | 182,00 | 28,00 | 0,20 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,8 |  |  | 0,24 |
|  | Яблоко или бананы | 1шт/180 | 0,56 |  | 13,72 | 57,12 | 0,04 | 14 |  |  | 22,4 |  |  | 3,08 |
| **ДЕНЬ 2.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,55** | **14,73** | **60** | **434,79** | **0,14** | **6,26** | **0** | **2,5** | **125,97** | **86,51** | **32,64** | **1,8** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 10 | 2,6 | 2,65 | 0,35 | 35,65 |  | 0,28 |  |  | 100,5 |  |  | 0,09 |
| 291/17 | Плов из птицы (филе цыпл-бр) | 200 | 11,43 | 11,92 | 36,81 | 300,24 | 0,12 | 5,98 |  | 2,5 | 21,02 | 86,51 | 32,64 | 1,45 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 3.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **14,93** | **16,34** | **39,14** | **363,34** | **0,12** | **1,38** | **20,00** | **0,05** | **270,33** | **1,75** | **0,05** | **2,77** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12 | 3,12 | 3,18 | 0,42 | 42,78 |  | 0,34 |  |  | 120,6 |  |  | 0,11 |
| 210/17 | Омлет натуральный с маслом | 160/5 | 8,3 | 11,3 | 9 | 170,9 | 0,07 | 0,39 | 20 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 379/17 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,99 | 1,70 | 19,88 | 102,78 | 0,03 | 0,65 |  |  | 64,28 |  |  | 0,39 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 4.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **12,97** | **16,21** | **51,63** | **404,08** | **0,21** | **29,27** | **16,70** | **4,20** | **65,32** | **102,13** | **39,46** | **3,02** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (огурцы) | 60 | 0,36 |  | 0,77 | 4,5 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| 279/17 | Тефтели мясные (фарш "Новый") | 60/50 | 8,28 | 12,45 | 7,41 | 174,81 | 0,05 | 2,62 |  | 4,04 | 12,76 | 26,49 | 7,72 | 1,45 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 150 | 2,75 | 3,6 | 18,4 | 116,8 | 0,13 | 21,6 | 16,7 | 0,15 | 34,9 | 63,3 | 24,6 | 0,99 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 5.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **14,48** | **15,37** | **51,34** | **402,43** | **0,20** | **21,08** | **86,00** | **7,22** | **60,42** | **238,69** | **71,87** | **2,23** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (помидоры) | 90 | 0,36 | 0,12 | 2,52 | 12,6 | 0,04 | 15 |  |  | 8,4 |  |  | 0,54 |
| 229/17 | Рыба, тушеная с овощами (филе минтая) | 50/50 | 8,91 | 8,53 | 1,98 | 121,13 | 0,07 | 2,08 | 66 | 4,66 | 29,64 | 147,32 | 38,35 | 0,64 |
| ТТК 135 | Рис с овощами | 150 | 3,69 | 6,56 | 24 | 169,8 | 0,07 | 4 | 20 | 2,56 | 17,93 | 91,37 | 33,52 | 0,79 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 6.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **16,00** | **12,00** | **60,00** | **412,00** | **0,28** | **16,46** | **60,00** | **0,28** | **400,31** | **275,67** | **59,97** | **4,58** |
| 93/17 | Каша "Дружба" | 200 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 386/17 | Кисломолочный напиток (снежок или йогурт или ряженка или бифидок или кефир) | 200 | 10,00 | 6,40 | 14,00 | 153,60 | 0,06 | 1,20 | 40,00 | 0,06 | 244,00 | 182,00 | 28,00 | 0,20 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,8 |  |  | 0,24 |
|  | Яблоко или банан | 1 шт/180 | 0,56 |  | 13,72 | 57,12 | 0,04 | 14 |  |  | 22,4 |  |  | 3,08 |
| **ДЕНЬ 7.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **16,9** | **16,35** | **66,17** | **479,42** | **0,1** | **3,68** | **60,4** | **0,28** | **295,79** | **13,64** | **2,43** | **1,21** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 223/17 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 120/30 | 14,3 | 8,59 | 34,32 | 271,79 | 0,07 | 0,88 | 16 | 0,16 | 283,18 | 8,2 | 1,48 | 0,71 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Батон нарезной | 40 | 2,4 | 0,93 | 16,45 | 83,74 | 0,03 |  |  |  | 6,08 |  |  | 0,38 |
| **ДЕНЬ 8.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **13,51** | **12,66** | **49,93** | **388,07** | **0,18** | **37,01** | **0,00** | **4,27** | **107,97** | **79,17** | **35,98** | **4,56** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (огурцы) | 60 | 0,36 |  | 0,77 | 4,5 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| 271/17 | Котлеты домашние с соусом (фарш "Новый") | 60/30 | 8,45 | 7,32 | 7,31 | 128,85 | 0,04 | 0,69 |  | 1,49 | 10,6 | 9,38 | 2,49 | 1,3 |
| 143/17 | Рагу овощное | 150 | 2,03 | 5,18 | 12 | 123,24 | 0,08 | 32,44 |  | 2,78 | 35,17 | 58,99 | 27,19 | 0,98 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,15 |  | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 |  |  | 47,85 |  |  | 1,79 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 9.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **17,14** | **16,12** | **65,56** | **475,9** | **0,51** | **1,7** | **16,7** | **2,13** | **131,3** | **44,76** | **8,3** | **1,79** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 10 | 2,6 | 2,65 | 0,35 | 35,65 |  | 0,28 |  |  | 100,5 |  |  | 0,09 |
| 260/17 | Гуляш (свинина) | 40/40 | 6,75 | 8,46 | 3,29 | 116,3 | 0,37 | 1,42 |  | 1,43 | 8,45 | 6,76 | 1,5 | 0,96 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,18 | 2,7 | 26 | 145,02 | 0,08 |  | 16,7 | 0,7 | 9,3 | 38 | 6,8 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 | 0,04 |  |  |  | 7 |  |  | 0,39 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 20 | 0,95 | 2,03 | 5,7 | 44,87 | 0,02 |  |  |  | 5,6 |  |  | 0,28 |
| **ДЕНЬ 10.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **16,77** | **12,21** | **84,66** | **515,44** | **0,34** | **25,58** | **77,9** | **2,5** | **141,81** | **258,35** | **77,85** | **4,67** |
| 57/16 | Икра кабачковая | 60 | 0,9 |  | 0,77 | 6,68 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| 234/17 | Котлеты или биточки рыбные(минтай) | 90 | 8,76 | 8,02 | 10,7 | 150,02 | 0,09 | 0,25 | 61,2 | 2,35 | 25,16 | 132,25 | 30,15 | 0,73 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 150 | 2,75 | 3,6 | 18,4 | 116,8 | 0,13 | 21,6 | 16,7 | 0,15 | 34,9 | 63,3 | 24,6 | 0,99 |
| 348/17 | Компот из кураги | 200 | 1,92 | 0,11 | 38,83 | 164,02 | 0,04 | 1,48 |  |  | 59,8 |  |  | 1,24 |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 2,44 | 0,48 | 15,96 | 77,92 | 0,07 |  |  |  | 11,6 | 52 | 16,8 | 1,44 |
| **ДЕНЬ 11.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,70** | **11,94** | **59,88** | **412,04** | **0,22** | **19,89** | **40,00** | **0,84** | **423,00** | **265,60** | **111,40** | **1,86** |
| 182/17 | Каша молочная рисовая (жидкая) | 200 | 4,10 | 4,70 | 16,90 | 126,30 | 0,07 | 1,69 |  | 0,10 | 161,60 | 36,00 | 12,00 | 0,40 |
| 386/17 | Кисломолочный напиток (снежок или йогурт или ряженка или бифидок или кефир) | 200 | 10,00 | 6,40 | 14,00 | 153,60 | 0,06 | 1,20 | 40,00 | 0,06 | 244,00 | 182,00 | 28,00 | 0,20 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,2 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,8 |  |  | 0,24 |
|  | Банан или мандарин | 1шт/200 или 1 шт | 0,4 | 0,38 | 18,7 | 79,8 | 0,07 | 17 |  | 0,68 | 13,6 | 47,6 | 71,4 | 1,02 |
| **ДЕНЬ 12.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **15,94** | **16,00** | **54,18** | **424,42** | **0,28** | **30,13** | **0,00** | **2,80** | **52,34** | **90,78** | **37,86** | **3,27** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (огурцы) | 60 | 0,36 |  | 0,77 | 4,5 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| ТТК 212 | Жаркое из птицы "Петушок" (грудка) | 200 | 12,63 | 12,79 | 22,02 | 253,71 | 0,22 | 27,88 |  | 2,8 | 29,14 | 79,98 | 31,56 | 2,32 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 30 | 1,43 | 3,05 | 8,55 | 67,31 | 0,03 |  |  |  | 8,4 |  |  | 0,42 |
| **ДЕНЬ 13.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **14,93** | **16,34** | **39,14** | **363,34** | **0,12** | **1,38** | **20,00** | **0,05** | **270,33** | **1,75** | **0,05** | **2,77** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12 | 3,12 | 3,18 | 0,42 | 42,78 |  | 0,34 |  |  | 120,6 |  |  | 0,11 |
| 210/17 | Омлет натуральный с маслом | 160/5 | 8,3 | 11,3 | 9 | 170,9 | 0,07 | 0,39 | 20 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 379/17 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,99 | 1,70 | 19,88 | 102,78 | 0,03 | 0,65 |  |  | 64,28 |  |  | 0,39 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 14.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **13,27** | **11,32** | **49,9** | **354,52** | **0,49** | **4,32** | **16,7** | **2,13** | **51,3** | **55,56** | **14,6** | **2,2** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (огурцы) | 60 | 0,36 |  | 0,77 | 4,5 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| 260/17 | Гуляш (свинина) | 40/40 | 6,75 | 8,46 | 3,29 | 116,3 | 0,37 | 1,42 |  | 1,43 | 8,45 | 6,76 | 1,5 | 0,96 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,18 | 2,7 | 26 | 145,02 | 0,08 |  | 16,7 | 0,7 | 9,3 | 38 | 6,8 | 0,03 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,46 |  | 10 | 41,82 | 0,01 | 0,65 |  |  | 19,2 |  |  | 0,72 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 15.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **13,61** | **14,70** | **67,52** | **477,29** | **0,24** | **47,69** | **0,00** | **4,70** | **102,93** | **134,67** | **50,82** | **3,57** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (помидоры) | 60 | 0,36 | 0,12 | 2,52 | 12,6 | 0,04 | 15 |  |  | 8,4 |  |  | 0,54 |
| 295/17 | Биточек куриный (фарш куриный) | 90 | 9,26 | 9 | 4 | 134,04 | 0,03 | 0,25 |  | 1,76 | 27,36 | 8,4 | 1,79 | 0,31 |
| 143/17 | Рагу овощное | 150 | 2,03 | 5,18 | 12 | 123,24 | 0,08 | 32,44 |  | 2,78 | 35,17 | 58,99 | 27,19 | 0,98 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушенных (изюм) | 200 | 0,74 | 0,16 | 41,02 | 168,45 | 0,05 |  |  | 0,16 | 26,20 | 41,28 | 13,44 | 1,02 |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,22 | 0,24 | 7,98 | 38,96 | 0,035 |  |  |  | 5,8 | 26 | 8,4 | 0,72 |
| **ДЕНЬ 16.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **12,07** | **16,91** | **58,76** | **435,47** | **0,24** | **16,04** | **86,60** | **0,39** | **233,50** | **99,52** | **32,14** | **4,52** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 15 | 0,21 | 10,25 | 0,29 | 94,2 |  |  | 66,6 | 0,17 | 4,83 | 5,85 | 0,17 | 0,05 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 200/10 | 8,16 | 4,44 | 23,32 | 165,88 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 378/17 | Чай с сахаром и молоком | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,83 | 71,57 | 0,02 | 0,78 |  |  | 72,36 |  |  | 0,09 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,4 | 0,3 | 9,6 | 46,7 | 0,02 |  |  |  | 3,8 |  |  | 0,24 |
|  | Яблоко или мандарин | 1 шт/170 или 1 шт | 0,56 |  | 13,72 | 57,12 | 0,04 | 14 |  |  | 22,4 |  |  | 3,08 |
| **ДЕНЬ 17.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **16,05** | **17,16** | **57,82** | **449,86** | **0,27** | **6,53** | **21,00** | **4,38** | **42,79** | **148,02** | **86,91** | **4,93** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (огурцы) | 60 | 0,36 |  | 0,77 | 4,5 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| 278/17 | Тефтели мясные (фарш "Новый") без риса | 60/50 | 8,28 | 12,45 | 7,41 | 174,81 | 0,05 | 2,62 |  | 4,04 | 12,76 | 26,49 | 7,72 | 1,45 |
| 302/17 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,64 | 4,43 | 20,82 | 141,68 | 0,16 |  | 21 | 0,34 | 8,78 | 110,01 | 72,65 | 2,45 |
| 247/06 | Кисель из концентрата плодового или ягодного, вит С | 200 | 0,11 |  | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 |  |  | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
|  | Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 | 0,035 |  |  |  | 7 |  |  | 0,39 |
| **ДЕНЬ 18.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **16,9** | **16,35** | **66,17** | **479,42** | **0,1** | **3,68** | **60,4** | **0,28** | **295,79** | **13,64** | **2,43** | **1,21** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 223/17 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 120/30 | 14,3 | 8,59 | 34,32 | 271,79 | 0,07 | 0,88 | 16 | 0,16 | 283,18 | 8,2 | 1,48 | 0,71 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Батон нарезной | 40 | 2,4 | 0,93 | 16,45 | 83,74 | 0,03 |  |  |  | 6,08 |  |  | 0,38 |
| **ДЕНЬ 19.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,55** | **14,73** | **60** | **434,79** | **0,14** | **6,26** | **0** | **2,5** | **125,97** | **86,51** | **32,64** | **1,8** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 10 | 2,6 | 2,65 | 0,35 | 35,65 |  | 0,28 |  |  | 100,5 |  |  | 0,09 |
| 291/17 | Плов из птицы (филе цыпл-бр) | 200 | 11,43 | 11,92 | 36,81 | 300,24 | 0,12 | 5,98 |  | 2,5 | 21,02 | 86,51 | 32,64 | 1,45 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 20.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **14,98** | **12,07** | **67,26** | **437,25** | **0,24** | **33,99** | **106,30** | **1,15** | **94,35** | **220,77** | **66,50** | **2,43** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (огурцы) | 60 | 0,36 |  | 0,77 | 4,5 | 0,01 | 2,25 |  |  | 10,35 | 10,8 | 6,3 | 0,27 |
| 47/05 | Суфле "Золотая рыбка" (минтай) | 100 | 10,21 | 8,31 | 13,08 | 167,86 | 0,07 | 1,14 | 89,60 | 1,00 | 39,28 | 146,67 | 35,60 | 0,83 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 150 | 2,75 | 3,6 | 18,4 | 116,8 | 0,13 | 21,6 | 16,7 | 0,15 | 34,9 | 63,3 | 24,6 | 0,99 |
| 1008/13 | Напиток "Лимонад" | 200 | 0,14 |  | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 |  |  | 5,82 |  |  | 0,12 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **302,8** | **293,46** | **1166** | **8557,9** | **4,71** | **328,83** | **748,7** | **43,25** | **3702,96** | **2402,4** | **831,68** | **60** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **15,14** | **14,673** | **58,28** | **427,895** | **0,2355** | **16,442** | **37,435** | **2,163** | **185,148** | **120,12** | **41,584** | **3** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности** | | | **1** | **1** | **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Список использованной литературы:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М. П. Могилльного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2017.-544с.

2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/Составители: Л. С. Коровка, И.И. Добросердова.-Пермь.:Уральский региональный центр питания, 2006.-234с.

3. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2016.-640с.

4. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/Под ред. В. Т. Лапшиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

5. Технико-технологические карты, разработанные организацией общественного питания.

**Четырехнедельное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 19,71 руб. (дополнительный прием пищи)**

Категории:

- Отдельные категории обучающихся по образовательным программам начального общего образования в муниципальных образовательных организациях **-** дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья (за исключением муниципальных образовательных организациях для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***рец.*** | ***Прием пищи,***  ***наименование блюда*** | ***Масса***  ***порции*** | ***Пищевые вещества,г.*** | | | ***Энергет. ценность (ккал)*** | ***Витамины (мп)*** | | | | ***Минеральные вещества (мп)*** | | | |
| ***Б*** | ***Ж*** | **У** | ***В1*** | **С** | ***А*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Р*** | ***Мд*** | ***Fе*** |
| **1** | *2* | 3 | *4* | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **ДЕНЬ 1.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,87** | **9,69** | **48,35** | **304,11** | **0,17** | **15,09** | **0,00** | **1,63** | **41,50** | **55,22** | **19,24** | **2,02** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 96/17 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 200/5 | 2,04 | 4,86 | 13,80 | 107,20 | 0,09 | 13,43 |  | 1,63 | 20,72 | 54,50 | 19,00 | 0,79 |
| 247/06 | Кисель из концентрата на плодовых или ягодного | 200 | 0,11 |  | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 |  |  | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 46 | 2,2 | 4,67 | 13,11 | 103,2 | 0,05 |  |  |  | 12,88 |  |  | 0,64 |
| **ДЕНЬ 2.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **9,43** | **13,36** | **69,71** | **436,61** | **0,24** | **18,70** | **0,00** | **1,60** | **102,39** | **41,23** | **17,26** | **3,96** |
| 99/17 | Суп из овощей со сметаной | 200/5 | 1,71 | 4,78 | 9,18 | 86,50 | 0,08 | 17,07 |  | 1,60 | 24,64 | 41,23 | 17,26 | 0,64 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,15 |  | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 |  |  | 47,85 |  |  | 1,79 |
|  | Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 | 0,04 |  |  |  | 7,00 |  |  | 0,39 |
|  | Кондитерские изделия (вафли) | 32 | 3,91 | 8,3 | 23,3 | 183,47 | 0,09 |  |  |  | 22,9 |  |  | 1,14 |
| **ДЕНЬ 3.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **3,51** | **4,88** | **47,05** | **246,13** | **0,09** | **24,46** | **0,00** | **1,56** | **43,60** | **25,41** | **10,78** | **1,25** |
| 82/17 | Борщ с капустой и картофелем с курицей отварной | 200/10 | 1,85 | 4,72 | 12,04 | 98,04 | 0,06 | 15,46 |  | 1,56 | 33,78 | 25,41 | 10,78 | 0,91 |
| 1008/13 | Напиток "Лимонад" | 200 | 0,14 |  | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 |  |  | 5,82 |  |  | 0,12 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 4.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **11,09** | **17,47** | **95,29** | **582,62** | **0,20** | **2,86** | **0,00** | **7,04** | **34,17** | **87,87** | **18,47** | **1,92** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 113/17 | Суп-лапша домашняя с курицей отварной | 200/15 | 2,28 | 4,02 | 11,81 | 92,54 | 0,04 | 1,20 |  | 1,53 | 11,00 | 21,97 | 6,55 | 0,41 |
| 247/06 | Кисель из концентрата на плодовых или ягодного | 200 | 0,11 |  | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 |  |  | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| 424/17 | Булочка домашняя | 100 | 7,18 | 13,29 | 62,04 | 396,37 | 0,13 |  |  | 5,51 | 15,27 | 65,18 | 11,68 | 0,92 |
| **ДЕНЬ 5.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **7,30** | **9,64** | **69,16** | **392,70** | **0,17** | **25,72** | **0,00** | **1,59** | **110,12** | **35,42** | **16,10** | **2,71** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 88/17 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,66 | 4,70 | 7,38 | 78,60 | 0,06 | 24,24 |  | 1,59 | 33,44 | 35,42 | 16,10 | 0,61 |
| 348/17 | Компот из кураги | 200 | 1,92 | 0,11 | 38,83 | 164,02 | 0,04 | 1,48 |  |  | 59,8 |  |  | 1,24 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 46 | 2,2 | 4,67 | 13,11 | 103,2 | 0,05 |  |  |  | 12,88 |  |  | 0,64 |
| **ДЕНЬ 6.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **7,18** | **8,57** | **49,90** | **305,44** | **0,16** | **13,20** | **0,00** | **1,17** | **35,53** | **77,90** | **24,96** | **1,72** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 63/06 | Суп картофельный с крупой,с сайрой | 200 | 3,46 | 3,74 | 13,95 | 103,34 | 0,09 | 13,20 |  | 1,17 | 18,20 | 77,90 | 24,96 | 0,82 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (вафли) | 18 | 2,2 | 4,67 | 13,11 | 103,2 | 0,05 |  |  |  | 12,88 |  |  | 0,64 |
| **ДЕНЬ 7.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **3,34** | **4,94** | **30,62** | **180,21** | **0,11** | **18,73** | **0,00** | **1,60** | **32,54** | **41,95** | **17,50** | **1,23** |
| 99/17 | Суп из овощей со сметаной с курицей отварной | 200/5/15 | 1,71 | 4,78 | 9,18 | 86,50 | 0,08 | 17,07 |  | 1,60 | 24,64 | 41,23 | 17,26 | 0,64 |
| 247/06 | Кисель из концентрата на плодовых или ягодного | 200 | 0,11 |  | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 |  |  | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 8.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **10,80** | **17,11** | **99,73** | **596,05** | **0,23** | **16,00** | **8,08** | **6,69** | **34,74** | **115,18** | **31,27** | **1,86** |
| 103/17 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,30 | 2,37 | 16,63 | 96,99 | 0,10 | 13,20 |  | 1,11 | 12,16 | 50,76 | 19,24 | 0,66 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| 425/17 | Булочка дорожная | 100 | 6,92 | 14,58 | 58,05 | 391,09 | 0,11 |  | 8,08 | 5,57 | 15,27 | 62,88 | 11,19 | 0,89 |
| **ДЕНЬ 9.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,02** | **8,62** | **56,63** | **324,10** | **0,12** | **22,58** | **0,00** | **1,84** | **52,78** | **29,54** | **12,18** | **1,96** |
| 35/06 | Свекольник | 200 | 1,93 | 5,41 | 13,07 | 108,71 | 0,06 | 13,58 |  | 1,84 | 34,56 | 29,54 | 12,18 | 1,20 |
| 1008/13 | Напиток "Лимонад" | 200 | 0,14 |  | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 |  |  | 5,82 |  |  | 0,12 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 30 | 1,43 | 3,05 | 8,55 | 67,3 | 0,03 |  |  |  | 8,4 |  |  | 0,42 |
| **ДЕНЬ 10.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **9,87** | **12,32** | **63,60** | **404,68** | **0,25** | **12,00** | **0,00** | **1,58** | **62,85** | **33,84** | **14,20** | **2,87** |
| 102/17 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,38 | 3,86 | 15,25 | 113,24 | 0,14 | 9,20 |  | 1,57 | 32,64 | 32,30 | 13,36 | 1,42 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (вафли) | 48 | 3,91 | 8,3 | 23,3 | 183,47 | 0,09 |  |  |  | 22,9 |  |  | 1,14 |
| **ДЕНЬ 11.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **10,41** | **18,23** | **94,06** | **581,77** | **0,23** | **17,07** | **0,00** | **7,11** | **44,36** | **106,41** | **28,94** | **1,82** |
| 99/17 | Суп из овощей со сметаной | 200/5 | 1,71 | 4,78 | 9,18 | 86,50 | 0,08 | 17,07 |  | 1,60 | 24,64 | 41,23 | 17,26 | 0,64 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| 424/17 | Булочка домашняя | 100 | 7,18 | 13,29 | 62,04 | 396,37 | 0,13 |  |  | 5,51 | 15,27 | 65,18 | 11,68 | 0,92 |
| **ДЕНЬ 12.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **5,04** | **6,21** | **43,79** | **251,01** | **0,16** | **14,88** | **0,00** | **1,00** | **31,54** | **53,92** | **21,52** | **1,79** |
| 101/17 | Суп картофельный с крупой с курицей отварной | 200/15 | 1,98 | 3,00 | 13,80 | 90,00 | 0,10 | 13,22 |  | 1,00 | 15,24 | 53,20 | 21,28 | 0,78 |
| 247/06 | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 0,11 |  | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 |  |  | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 20 | 1,43 | 3,05 | 8,55 | 67,3 | 0,03 |  |  |  | 8,4 |  |  | 0,42 |
| **ДЕНЬ 13.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **7,85** | **12,48** | **70,12** | **424,10** | **0,16** | **10,20** | **0,00** | **1,53** | **43,72** | **21,97** | **6,55** | **1,89** |
| 113/17 | Суп-лапша домашняя с курицей отварной | 200/10 | 2,28 | 4,02 | 11,81 | 92,54 | 0,04 | 1,20 |  | 1,53 | 11,00 | 21,97 | 6,55 | 0,41 |
| 1008/13 | Напиток "Лимонад" | 200 | 0,14 |  | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 |  |  | 5,82 |  |  | 0,12 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (вафли) | 32 | 3,91 | 8,3 | 23,3 | 183,47 | 0,09 |  |  |  | 22,9 |  |  | 1,14 |
| **ДЕНЬ 14.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **4,09** | **6,21** | **40,35** | **233,58** | **0,14** | **29,09** | **0,00** | **2,02** | **42,46** | **62,62** | **26,49** | **1,37** |
| 95/17 | Рассольник домашний с курицей отварной | 200/10 | 2,51 | 6,05 | 15,30 | 125,61 | 0,12 | 26,29 |  | 2,01 | 35,15 | 61,08 | 25,65 | 1,06 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 15.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **11,13** | **20,23** | **98,88** | **622,14** | **0,20** | **13,58** | **8,08** | **7,41** | **56,28** | **92,42** | **23,37** | **2,46** |
| 35/06 | Свекольник | 200 | 1,93 | 5,41 | 13,07 | 108,71 | 0,06 | 13,58 |  | 1,84 | 34,56 | 29,54 | 12,18 | 1,20 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 |  |  |  | 6 |  |  | 0,33 |
| 425/17 | Булочка дорожная | 100 | 6,92 | 14,58 | 58,05 | 391,09 | 0,11 |  | 8,08 | 5,57 | 15,27 | 62,88 | 11,19 | 0,89 |
| **ДЕНЬ 16.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,66** | **9,17** | **60,46** | **347,03** | **0,17** | **22,43** | **0,00** | **1,63** | **41,99** | **54,50** | **19,00** | **1,70** |
| 96/17 | Рассольник "Ленинградский" | 200 | 2,04 | 4,86 | 13,80 | 107,20 | 0,09 | 13,43 |  | 1,63 | 20,72 | 54,50 | 19,00 | 0,79 |
| 1008/13 | Напиток "Лимонад" | 200 | 0,14 |  | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 |  |  | 5,82 |  |  | 0,12 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (вафли) | 16 | 1,96 | 4,15 | 11,65 | 91,74 | 0,045 |  |  |  | 11,45 |  |  | 0,57 |
| **ДЕНЬ 17.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **7,48** | **16,04** | **65,15** | **435,27** | **0,14** | **24,24** | **0,00** | **1,59** | **50,47** | **35,42** | **16,10** | **1,42** |
| 88/17 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,66 | 4,70 | 7,38 | 78,60 | 0,06 | 24,24 |  | 1,59 | 33,44 | 35,42 | 16,10 | 0,61 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 13 | 52,02 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 |  |  |  | 6 |  |  | 0,33 |
| ТТК 109 | Язычок слоёный | 50 | 3,54 | 11,1 | 30,01 | 234,33 | 0,05 |  |  |  | 10,58 |  |  | 0,44 |
| **ДЕНЬ 18.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,75** | **17,47** | **116,98** | **687,97** | **0,34** | **10,83** | **0,00** | **7,08** | **103,76** | **97,48** | **25,04** | **4,57** |
| 102/17 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,38 | 3,86 | 15,25 | 113,24 | 0,14 | 9,20 |  | 1,57 | 32,64 | 32,30 | 13,36 | 1,42 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,15 |  | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 |  |  | 47,85 |  |  | 1,79 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 |  |  |  | 8 |  |  | 0,44 |
| 424/17 | Булочка домашняя | 100 | 7,18 | 13,29 | 62,04 | 396,37 | 0,13 |  |  | 5,51 | 15,27 | 65,18 | 11,68 | 0,92 |
| **ДЕНЬ 19.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,51** | **8,18** | **71,88** | **382,97** | **0,19** | **17,07** | **0,00** | **1,79** | **67,24** | **88,96** | **32,80** | **2,45** |
| 99/17 | Суп из овощей со сметаной | 200/5 | 1,71 | 4,78 | 9,18 | 86,50 | 0,08 | 17,07 |  | 1,60 | 24,64 | 41,23 | 17,26 | 0,64 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушенных (изюм) | 200 | 0,85 | 0,19 | 44,31 | 182,29 | 0,06 |  |  | 0,19 | 30,20 | 47,73 | 15,54 | 1,17 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 24 | 1,43 | 3,05 | 8,55 | 67,3 | 0,03 |  |  |  | 8,4 |  |  | 0,42 |
| **ДЕНЬ 20.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,55** | **10,91** | **69,90** | **411,87** | **0,22** | **16,00** | **0,00** | **1,12** | **44,37** | **52,30** | **20,08** | **2,22** |
| 103/17 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,30 | 2,37 | 16,63 | 96,99 | 0,10 | 13,20 |  | 1,11 | 12,16 | 50,76 | 19,24 | 0,66 |
| 377/17 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,06 |  | 15,21 | 61,09 |  | 2,80 |  | 0,01 | 3,31 | 1,54 | 0,84 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 |  |  |  | 6 |  |  | 0,33 |
|  | Кондитерские изделия (вафли) | 32 | 3,91 | 8,3 | 23,3 | 183,47 | 0,09 |  |  |  | 22,9 |  |  | 1,14 |
| **ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **154,88** | **231,73** | **1361,61** | **8150,36** | **3,685** | **344,73** | **16,16** | **58,58** | **1076,41** | **1209,56** | **401,85** | **43,19** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **7,744** | **11,5865** | **68,0805** | **407,518** | **0,18425** | **17,2365** | **0,808** | **2,929** | **53,8205** | **60,478** | **20,093** | **2,1595** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности** | | | **1** | **1** | **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Список использованной литературы:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М. П. Могилльного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2017.-544с.

2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/Составители: Л. С. Коровка, И.И. Добросердова.-Пермь.:Уральский региональный центр питания, 2006.-234с.

3. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2016.-640с.

4. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/Под ред. В. Т. Лапшиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

5. Технико-технологические карты, разработанные организацией общественного питания.

**Четырехнедельное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 20,00 руб. (завтрак)**

Категории:

- Дети из малообеспеченных семей и дети с нарушением здоровья;

- Дети из многодетных семей;

- Дети из семей участников боевых действий;

- Дети из малообеспеченных, неблагополучных семей, а также семей оказавшихся в трудной жизненной ситуации, учащиеся с нарушением здоровья.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***рец.*** | ***Прием пищи,***  ***наименование блюда*** | ***Масса***  ***порции*** | ***Пищевые вещества, г.*** | | | ***Энергет. ценность (ккал)*** | ***Витамины (мп)*** | | | | ***Минеральные вещества (мп)*** | | | |
| ***Б*** | ***Ж*** | **У** | ***В1*** | **С** | ***А*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Р*** | ***Мд*** | ***Fe*** |
| 1 | *2* | 3 | 4 | 5 | 6 | *7* | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **ДЕНЬ 1.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **9,8** | **6,55** | **61,24** | **343,04** | **0,11** | **0,28** | **20** | **0,82** | **116,15** | **45,61** | **8,21** | **0,39** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 10 | 2,6 | 2,65 | 0,35 | 35,65 |  | 0,28 |  |  | 100,5 |  |  | 0,09 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные с соусом молочным | 150/20 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 2.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,02** | **15,61** | **58,03** | **404,73** | **0,10** | **1,38** | **76,40** | **0,66** | **146,57** | **33,05** | **5,77** | **0,78** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 181/17 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 150/5 | 6,36 | 8,62 | 33,00 | 235,05 | 0,08 | 1,38 | 32,00 | 0,55 | 138,84 | 29,15 | 5,66 | 0,48 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 3.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,71** | **4,98** | **57,78** | **310,87** | **0,26** | **0,33** | **16,8** | **0,67** | **17,71** | **168,54** | **111,67** | **4,03** |
| 302/17 | Каша гречневая рассыпчатая с соусом | 160/50 | 7,19 | 4,82 | 32,94 | 203,99 | 0,24 | 0,33 | 16,80 | 0,67 | 13,20 | 168,54 | 111,67 | 3,76 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 4.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **4,41** | **10,59** | **43,43** | **286,48** | **0,15** | **21,60** | **61,10** | **0,26** | **42,63** | **67,20** | **24,71** | **1,29** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,75 | 3,6 | 18,4 | 116,8 | 0,13 | 21,6 | 16,7 | 0,15 | 34,9 | 63,3 | 24,6 | 0,99 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 5.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННССТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,21** | **6,72** | **48,84** | **276,68** | **0,09** | **4** | **20** | **2,56** | **22,44** | **91,37** | **33,52** | **1,06** |
| ТТК 135 | Рис с овощами | 150 | 3,69 | 6,56 | 24 | 169,8 | 0,07 | 4 | 20 | 2,56 | 17,93 | 91,37 | 33,52 | 0,79 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 6.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,60** | **12,01** | **47,03** | **318,62** | **0,18** | **1,26** | **64,40** | **0,33** | **137,84** | **97,57** | **32,08** | **1,36** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 150/3 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 7.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,71** | **4,98** | **57,78** | **310,87** | **0,26** | **0,33** | **16,8** | **0,67** | **17,71** | **168,54** | **111,67** | **4,03** |
| 302/17 | Каша гречневая рассыпчатая с соусом | 160/50 | 7,19 | 4,82 | 32,94 | 203,99 | 0,24 | 0,33 | 16,80 | 0,67 | 13,20 | 168,54 | 111,67 | 3,76 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 8.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **3,96** | **6,38** | **39,23** | **230,12** | **0,10** | **32,44** | **0,00** | **2,78** | **39,68** | **58,99** | **27,19** | **1,25** |
| 143/17 | Рагу овощное | 200 | 2,44 | 6,22 | 14,39 | 123,24 | 0,08 | 32,44 |  | 2,78 | 35,17 | 58,99 | 27,19 | 0,98 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 9.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **7,2** | **3,9** | **60,89** | **307,39** | **0,11** | **0** | **20** | **0,82** | **15,65** | **45,61** | **8,21** | **1,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 10 | 2,6 | 2,65 | 0,35 | 35,65 |  | 0,28 |  |  | 100,5 |  |  | 0,09 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные с соусом молочным | 150/20 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 10.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **4,27** | **3,76** | **43,24** | **223,68** | **0,15** | **21,6** | **16,7** | **0,15** | **39,41** | **63,3** | **24,6** | **1,26** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,75 | 3,6 | 18,4 | 116,8 | 0,13 | 21,6 | 16,7 | 0,15 | 34,9 | 63,3 | 24,6 | 0,99 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 11.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **6,9** | **10,69** | **58,94** | **359,61** | **0,08** | **1,38** | **44,4** | **0,23** | **141,27** | **50,4** | **15,61** | **0,77** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 182/17 | Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | 150/3 | 5,24 | 3,70 | 33,91 | 189,93 | 0,06 | 1,38 |  | 0,12 | 133,54 | 46,50 | 15,50 | 0,47 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 12.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,62** | **13,40** | **26,90** | **278,60** | **0,09** | **0,39** | **20,00** | **0,05** | **85,96** | **1,75** | **0,05** | **2,32** |
| 210/17 | Омлет натуральный с маслом | 60/2 | 11,10 | 13,24 | 2,06 | 171,72 | 0,07 | 0,39 | 20,00 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 13.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,61** | **15,38** | **55,25** | **393,84** | **0,20** | **1,38** | **64,40** | **0,66** | **156,36** | **107,33** | **40,15** | **1,60** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 182/17 | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом | 150/3 | 6,95 | 8,39 | 30,22 | 224,16 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 148,63 | 103,43 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 14.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **9,8** | **6,55** | **61,24** | **343,04** | **0,11** | **0,28** | **20** | **0,82** | **116,15** | **45,61** | **8,21** | **0,39** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 10 | 2,6 | 2,65 | 0,35 | 35,65 |  | 0,28 |  |  | 100,5 |  |  | 0,09 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные с соусом молочным | 150/20 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 15.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **3,96** | **6,38** | **39,23** | **230,12** | **0,1** | **32,44** | **0** | **2,78** | **39,68** | **58,99** | **27,19** | **1,25** |
| 143/17 | Рагу овощное | 200 | 2,44 | 6,22 | 14,39 | 123,24 | 0,08 | 32,44 |  | 2,78 | 35,17 | 58,99 | 27,19 | 0,98 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 16.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **5,6** | **12,01** | **47,03** | **318,62** | **0,18** | **1,26** | **64,4** | **0,33** | **137,84** | **97,57** | **32,08** | **1,36** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 150/3 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 17.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,71** | **4,98** | **57,78** | **310,87** | **0,26** | **0,33** | **16,8** | **0,67** | **17,71** | **168,54** | **111,67** | **4,03** |
| 302/17 | Каша гречневая рассыпчатая с соусом | 160/50 | 7,19 | 4,82 | 32,94 | 203,99 | 0,24 | 0,33 | 16,80 | 0,67 | 13,20 | 168,54 | 111,67 | 3,76 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 18.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | |  | **4,41** | **10,59** | **43,43** | **286,48** | **0,15** | **21,6** | **61,1** | **0,26** | **42,63** | **67,2** | **24,71** | **1,29** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,75 | 3,6 | 18,4 | 116,8 | 0,13 | 21,6 | 16,7 | 0,15 | 34,9 | 63,3 | 24,6 | 0,99 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 19.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **8,47** | **8,55** | **55,06** | **331,04** | **0,2** | **1,38** | **20** | **0,55** | **153,14** | **103,43** | **40,04** | **1,57** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 182/17 | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом | 150/3 | 6,95 | 8,39 | 30,22 | 224,16 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 148,63 | 103,43 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 20.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **6,76** | **3,86** | **58,75** | **296,81** | **0,08** | **1,38** | **0** | **0,12** | **138,05** | **46,5** | **15,5** | **0,74** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,8 |  |  | 44,4 | 0,11 | 3,22 | 3,9 | 0,11 | 0,03 |
| 182/17 | Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | 150/3 | 5,24 | 3,70 | 33,91 | 189,93 | 0,06 | 1,38 |  | 0,12 | 133,54 | 46,50 | 15,50 | 0,47 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **141,73** | **167,87** | **1021,1** | **6161,51** | **2,96** | **145,04** | **623,3** | **16,19** | **1624,58** | **1587,1** | **702,84** | **31,77** |
| **СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **7,0865** | **8,3935** | **51,055** | **308,0755** | **0,148** | **7,252** | **31,165** | **0,8095** | **81,229** | **79,355** | **35,142** | **1,5885** |

Список использованной литературы:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М. П. Могилльного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2017.-544с.

2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/Составители: Л. С. Коровка, И.И. Добросердова.-Пермь.:Уральский региональный центр питания, 2006.-234с.

3. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2016.-640с.

4. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/Под ред. В. Т. Лапшиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

5. Технико-технологические карты, разработанные организацией общественного питания.

**Четырехнедельное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 6,22 руб.**

Категории:

- Дети из малообеспеченных семей и дети с нарушением здоровья.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***рец.*** | ***Прием пищи,***  ***наименование блюда*** | ***Масса***  ***порции*** | ***Пищевые вещества, г.*** | | | ***Энергет. ценность (ккал)*** | ***Витамины (мп)*** | | | | ***Минеральные вещества (мп)*** | | | |
| ***Б*** | ***Ж*** | **У** | ***В1*** | **С** | ***А*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Р*** | ***Мд*** | ***Fe*** |
| **1** | ***2*** | **3** | 4 | 5 | 6 | *7,00* | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **ДЕНЬ 1**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,45** | **2,20** | **34,92** | **169,22** | **0,04** |  |  |  | **5,21** |  |  | **0,31** |
|  | Пряники | 35,00 | 1,68 | 0,98 | 27,20 | 124,32 | 0,03 |  |  |  | 3,15 |  |  | 0,21 |
|  | Печенье | 20,00 | 0,77 | 1,22 | 7,72 | 44,90 | 0,01 |  |  |  | 2,06 |  |  | 0,10 |
| **ДЕНЬ 2**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,78** | **6,12** | **12,50** | **87,16** | **0,01** | **0,00** | **1,20** | **0,94** | **1,20** | **8,40** | **1,20** | **0,12** |
|  | Вафли | 36,00 | 0,78 | 6,12 | 12,50 | 87,16 | 0,01 |  | 1,20 | 0,94 | 1,20 | 8,40 | 1,20 | 0,12 |
| **ДЕНЬ 3**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,18** | **0,00** | **0,39** | **2,25** | **0,01** | **1,13** | **0,00** | **0,00** | **5,18** | **5,40** | **3,15** | **0,14** |
| 71/17 | Овощи свежие или солёные порционные (огурцы) | 30,00 | 0,18 |  | 0,39 | 2,25 | 0,01 | 1,13 |  |  | 5,18 | 5,40 | 3,15 | 0,14 |
| **ДЕНЬ 4**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,45** | **2,20** | **34,92** | **169,22** | **0,04** |  |  |  | **5,21** |  |  | **0,31** |
|  | Пряники | 35,00 | 1,68 | 0,98 | 27,20 | 124,32 | 0,03 |  |  |  | 3,15 |  |  | 0,21 |
|  | Печенье | 20,00 | 0,77 | 1,22 | 7,72 | 44,90 | 0,01 |  |  |  | 2,06 |  |  | 0,10 |
| **ДЕНЬ 5**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННССТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,55** | **4,01** | **25,47** | **148,17** | **0,03** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,80** | **0,00** | **0,00** | **0,34** |
|  | Печенье | 66,00 | 2,55 | 4,01 | 25,47 | 148,17 | 0,03 |  |  |  | 6,80 |  |  | 0,34 |
| **ДЕНЬ 6**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,78** | **6,12** | **12,50** | **87,16** | **0,01** | **0,00** | **1,20** | **0,94** | **1,20** | **8,40** | **1,20** | **0,12** |
|  | Вафли | 36,00 | 0,78 | 6,12 | 12,50 | 87,16 | 0,01 |  | 1,20 | 0,94 | 1,20 | 8,40 | 1,20 | 0,12 |
| **ДЕНЬ 7**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,18** | **0,06** | **1,26** | **6,30** | **0,02** | **7,50** | **0,00** | **0,00** | **4,20** | **0,00** | **0,00** | **0,27** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (помидоры) | 30,00 | 0,18 | 0,06 | 1,26 | 6,30 | 0,02 | 7,50 |  |  | 4,20 |  |  | 0,27 |
| **ДЕНЬ 8**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,45** | **2,20** | **34,92** | **169,22** | **0,04** |  |  |  | **5,21** |  |  | **0,31** |
|  | Пряники | 35,00 | 1,68 | 0,98 | 27,20 | 124,32 | 0,03 |  |  |  | 3,15 |  |  | 0,21 |
|  | Печенье | 20,00 | 0,77 | 1,22 | 7,72 | 44,90 | 0,01 |  |  |  | 2,06 |  |  | 0,10 |
| **ДЕНЬ 9**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,78** | **6,12** | **12,50** | **87,16** | **0,01** | **0,00** | **1,20** | **0,94** | **1,20** | **8,40** | **1,20** | **0,12** |
|  | Вафли | 36,00 | 0,78 | 6,12 | 12,50 | 87,16 | 0,01 |  | 1,20 | 0,94 | 1,20 | 8,40 | 1,20 | 0,12 |
| **ДЕНЬ 10**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,18** | **0,00** | **0,39** | **2,25** | **0,01** | **1,13** | **0,00** | **0,00** | **5,18** | **5,40** | **3,15** | **0,14** |
| 71/17 | Овощи свежие или солёные порционные (огурцы) | 30,00 | 0,18 |  | 0,39 | 2,25 | 0,01 | 1,13 |  |  | 5,18 | 5,40 | 3,15 | 0,14 |
| **ДЕНЬ 11**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,55** | **4,01** | **25,47** | **148,17** | **0,03** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,80** | **0,00** | **0,00** | **0,34** |
|  | Печенье | 66,00 | 2,55 | 4,01 | 25,47 | 148,17 | 0,03 |  |  |  | 6,80 |  |  | 0,34 |
| **ДЕНЬ 12**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,78** | **6,12** | **12,50** | **87,16** | **0,01** | **0,00** | **1,20** | **0,94** | **1,20** | **8,40** | **1,20** | **0,12** |
|  | Вафли | 36,00 | 0,78 | 6,12 | 12,50 | 87,16 | 0,01 |  | 1,20 | 0,94 | 1,20 | 8,40 | 1,20 | 0,12 |
| **ДЕНЬ 13**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,45** | **2,20** | **34,92** | **169,22** | **0,04** |  |  |  | **5,21** |  |  | **0,31** |
|  | Пряники | 35,00 | 1,68 | 0,98 | 27,20 | 124,32 | 0,03 |  |  |  | 3,15 |  |  | 0,21 |
|  | Печенье | 20,00 | 0,77 | 1,22 | 7,72 | 44,90 | 0,01 |  |  |  | 2,06 |  |  | 0,10 |
| **ДЕНЬ 14**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,18** | **0,06** | **1,26** | **6,30** | **0,02** | **7,50** | **0,00** | **0,00** | **4,20** | **0,00** | **0,00** | **0,27** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (помидоры) | 30,00 | 0,18 | 0,06 | 1,26 | 6,30 | 0,02 | 7,50 |  |  | 4,20 |  |  | 0,27 |
| **ДЕНЬ 15. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,55** | **4,01** | **25,47** | **148,17** | **0,03** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,80** | **0,00** | **0,00** | **0,34** |
|  | Печенье | 66,00 | 2,55 | 4,01 | 25,47 | 148,17 | 0,03 |  |  |  | 6,80 |  |  | 0,34 |
| **ДЕНЬ 16**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,78** | **6,12** | **12,50** | **87,16** | **0,01** | **0,00** | **1,20** | **0,94** | **1,20** | **8,40** | **1,20** | **0,12** |
|  | Вафли | 36,00 | 0,78 | 6,12 | 12,50 | 87,16 | 0,01 |  | 1,20 | 0,94 | 1,20 | 8,40 | 1,20 | 0,12 |
| **ДЕНЬ 17**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,18** | **0,00** | **0,39** | **2,25** | **0,01** | **1,13** | **0,00** | **0,00** | **5,18** | **5,40** | **3,15** | **0,14** |
| 71/17 | Овощи свежие или солёные порционные (огурцы) | 30,00 | 0,18 |  | 0,39 | 2,25 | 0,01 | 1,13 |  |  | 5,18 | 5,40 | 3,15 | 0,14 |
| **ДЕНЬ 18 ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **2,55** | **4,01** | **25,47** | **148,17** | **0,03** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **6,80** | **0,00** | **0,00** | **0,34** |
|  | Печенье | 66,00 | 2,55 | 4,01 | 25,47 | 148,17 | 0,03 |  |  |  | 6,80 |  |  | 0,34 |
| **ДЕНЬ 19**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,18** | **0,06** | **1,26** | **6,30** | **0,02** | **7,50** | **0,00** | **0,00** | **4,20** | **0,00** | **0,00** | **0,27** |
| 71/17 | Овощи свежие порционные (помидоры) | 30,00 | 0,18 | 0,06 | 1,26 | 6,30 | 0,02 | 7,50 |  |  | 4,20 |  |  | 0,27 |
| **ДЕНЬ 20**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **0,78** | **6,12** | **12,50** | **87,16** | **0,01** | **0,00** | **1,20** | **0,94** | **1,20** | **8,40** | **1,20** | **0,12** |
|  | Вафли | 36,00 | 0,78 | 6,12 | 12,50 | 87,16 | 0,01 |  | 1,20 | 0,94 | 1,20 | 8,40 | 1,20 | 0,12 |
| **ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **25,76** | **61,74** | **321,51** | **1 818,17** | **0,42** | **25,89** | **7,20** | **5,64** | **83,38** | **66,60** | **16,65** | **4,55** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **1,29** | **3,09** | **31,41** | **90,91** | **0,02** | **1,29** | **0,36** | **0,28** | **4,17** | **3,33** | **0,83** | **0,23** |

Список использованной литературы:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М. П. Могилльного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2017.-544с.

2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/Составители: Л. С. Коровка, И.И. Добросердова.-Пермь.:Уральский региональный центр питания, 2006.-234с.

3. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2016.-640с.

4. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/Под ред. В. Т. Лапшиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

5. Технико-технологические карты, разработанные организацией общественного питания.

**Четырехнедельное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 30,00 руб. (завтрак)**

Категории:

- Учащиеся кадетских классов, спортивных классов и учащиеся, занимающиеся в учебно-тренировочных группах школы-интерната спортивного профиля, обучающиеся в муниципальных общеобразовательных организациях города Челябинска.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***рец.*** | ***Прием пищи,***  ***наименование блюда*** | ***Масса***  ***порции*** | ***Пищевые вещества,г.*** | | | ***Энергет. ценность (ккап)*** | ***Витамины (мп)*** | | | | ***Минеральные вещества (мп)*** | | | |
| ***Б*** | ***Ж*** | **У** | ***В1*** | **С** | ***А*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Р*** | ***Мд*** | ***Fe*** |
| **1** | **2** | **3** | ***4*** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **ДЕНЬ 1.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **13,00** | **16,00** | **61,00** | **438,00** |  |  | **20,00** | **1,00** | **33,0** | **46,0** | **8,0** | **1,00** |
| 295/17 | Котлеты рубленые куриные | 60,00 | 7,32 | 10,23 | 10,08 | 161,55 | 0,02 |  |  | 1,54 | 3,74 | 0,07 |  | 0,25 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0.51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 2.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,00** | **11,00** | **54,00** | **365,00** |  | **2,00** | **15,00** |  | **309,0** | **71,0** | **25,0** | **1,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 15 | 5,20 | 5,30 | 0.70 | 71.30 | 0,01 | 0,56 |  |  | 201.00 |  |  | 0,18 |
| 181/17 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,36 | 8,62 | 33,00 | 235,05 | 0,08 | 1,38 | 32,00 | 0,55 | 138.84 | 29,15 | 5,66 | 0,48 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,20 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,80 |  |  | 0,24 |
| **ДЕНЬ 3.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,44** | **20,53** | **27,53** | **346,86** | **0,09** | **0,39** | **64,40** | **0,16** | **88,98** | **5,65** | **0,16** | **2,37** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10,00 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,80 |  |  | 44,40 | 0,11 | 3,22 | 3,90 | 0,11 | 0,03 |
| 210/17 | Омлет натуральный | 80,00 | 11,10 | 13,24 | 2,06 | 171,72 | 0,07 | 0,39 | 20,00 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,20 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,80 |  |  | 0,24 |
| **ДЕНЬ 4.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **17,00** | **16,00** | **40,00** | **368,00** |  | **81,00** |  | **2,00** | **100,0** | **61,0** | **30,0** | **2,00** |
| 288/17 | Птица отварная (цыпл-бр) | 50,00 | 11,80 | 10,15 | 0,69 | 141,29 | 0,06 | 1,41 |  | 0,01 | 9,29 | 0,87 | 0,21 | 0,83 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,20 | 2,85 | 14,79 | 93,59 | 0,11 | 17,40 | 13,20 | 0,12 | 27,56 | 51,04 | 19,81 | 0,80 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0.51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 5.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **12,37** | **12,52** | **55,60** | **384,52** | **0,20** | **1,80** | **20,00** | **0,55** | **303,89** | **103,43** | **40,04** | **1,72** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 15,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 182/17 | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,95 | 8,39 | 30,22 | 224,16 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 148,63 | 103,43 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 6.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **9,34** | **9,57** | **50,44** | **327,82** | **0,19** | **1,68** | **20,00** | **0,22** | **286,12** | **93,67** | **31,97** | **1,56** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 200/5 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 7.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **15,00** | **6,00** | **48,00** | **310,00** |  |  | **9,00** |  | **134,0** | **16,0** | **4,0** | **1,00** |
| 222/17 | Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным | 70/10 | 13,00 | 5,57 | 21,16 | 186,62 | 0,05 | 0,34 | 8,40 | 0,14 | 119,41 | 14,53 | 3,97 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0.05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 8.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **14,95** | **14,42** | **35,22** | **330,44** | **0,14** | **23,19** | **0,00** | **1,85** | **37,49** | **40,48** | **18,52** | **1,75** |
| 288/17 | Птица отварная (цыпл-бр) | 50,00 | 11,80 | 10,15 | 0,69 | 141,29 | 0,06 | 1,41 |  | 0,01 | 9,29 | 0,87 | 0,21 | 0,83 |
| 143/17 | Рагу овощное | 100 | 1,63 | 4,11 | 9,69 | 82,27 | 0,06 | 21,78 |  | 1,84 | 23,69 | 39,61 | 18,31 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 9.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **12,00** | **13,00** | **56,00** | **389,00** |  | **2,00** | **20,00** | **1,00** | **355,0** | **3,0** | **40,0** | **2,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 311/04 | Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом | 200/5 | 5,68 | 7,16 | 30,83 | 210,47 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 149,37 | 2,87 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 10.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **16,00** | **12,00** | **52,00** | **382,00** |  | **18,00** | **13,00** | **2,00** | **47,0** | **51,0** | **20,0** | **2,00** |
| 234/17 | Котлеты или биточки рыбные (минтай) | 50,00 | 6,25 | 4,05 | 7,91 | 93,00 | 0,05 | 0,16 | 38,60 | 1,49 | 15,81 | 77,21 | 17,68 | 0,45 |
| 128/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,20 | 2,85 | 14,79 | 93,59 | 0,11 | 17,40 | 13,20 | 0,12 | 27,56 | 51,04 | 19,81 | 0,80 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 50,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,05 |  |  |  | 10,00 |  |  | 0,55 |
| **ДЕНЬ 11.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **11,00** | **16,00** | **50,00** | **392,00** |  |  | **20,00** |  | **33,0** | **88,0** | **31,0** | **2,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 182/17 | Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | 200/5 | 5,24 | 3,70 | 33,91 | 189,93 | 0,06 | 1,38 |  | 0,12 | 133,54 | 46,50 | 15,50 | 0,47 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 12.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **10,00** | **20,00** | **58,00** | **453,00** |  | **30.00** | **20,00** | **3,00** | **28,0** | **104,0** | **38,0** | **2,00** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10,00 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,80 |  |  | 44,40 | 0,11 | 3,22 | 3,90 | 0,11 | 0,03 |
| 210/17 | Омлет натуральный | 80,00 | 11,10 | 13,24 | 2,06 | 171,72 | 0,07 | 0,39 | 20,00 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,20 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,80 |  |  | 0,24 |
| **ДЕНЬ 13.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,37** | **12,52** | **55,60** | **384,52** | **0,20** | **1,80** | **20,00** | **0,55** | **303,89** | **103,43** | **40,04** | **1,72** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 15,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 182/17 | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,95 | 8,39 | 30,22 | 224,16 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 148,63 | 103,43 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 14.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,72** | **13,87** | **64,05** | **443,79** | **0,15** | **2,51** | **20,00** | **2,16** | **25,47** | **52,95** | **9,85** | **1,02** |
| ТТК 51 | Гуляш из птицы (грудка) | 30/30 | 8,52 | 9,97 | 3,16 | 136,40 | 0,04 | 2,51 |  | 1,34 | 9,82 | 7,34 | 1,64 | 0,72 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 15.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **8,29** | **9,27** | **36,75** | **263,62** | **0,10** | **21,92** | **0,00** | **2,82** | **43,40** | **44,31** | **19,31** | **1,09** |
| 295/17 | Биточек куриный (фарш куриный) | 50,00 | 5,14 | 5,00 | 2,22 | 74,47 | 0,02 | 0,14 |  | 0,98 | 15,20 | 4,70 | 1,00 | 0,17 |
| 143/17 | Рагу овощное | 100 | 1,63 | 4,11 | 9,69 | 82,27 | 0,06 | 21,78 |  | 1,84 | 23,69 | 39,61 | 18,31 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 16.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **27,00** | **14,00** | **59,00** | **470,00** |  |  | **13,00** | **2,00** | **70,0** | **156,0** | **50,0** | **6,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 200/5 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 17.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **13,00** | **12,00** | **65,00** | **421,00** |  | **2,00** | **20,00** |  | **340,0** | **2,0** |  | **2,00** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 15,00 | 0,21 | 10,25 | 0,29 | 94,20 |  |  | 66,60 | 0,17 | 4,83 | 5,85 | 0,17 | 0,05 |
| 99/06 | Каша кукурузная молочная (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,32 | 6,79 | 39,23 | 243,22 | 0,09 | 1,31 | 20,00 | 0,05 | 134,51 | 1,75 | 0,05 | 1,25 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 40 | 2,40 | 0,92 | 20,56 | 104,68 | 0,04 |  |  |  | 7,60 |  |  | 0,48 |
| **ДЕНЬ 18.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **14,50** | **6,15** | **49,06** | **312,02** | **0,08** | **0,34** | **8,40** | **0,14** | **124,67** | **14,53** | **3,97** | **1,00** |
| 222/17 | Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным | 70/10 | 13,00 | 5,57 | 21,16 | 186,62 | 0,05 | 0,34 | 8,40 | 0,14 | 119,41 | 14,53 | 3,97 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 19.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **13,32** | **10,31** | **25,53** | **248,17** | **0,08** | **1,41** | **0,00** | **0,01** | **13,80** | **0,87** | **0,21** | **1,10** |
| 288/17 | Птица отварная (цыпл-бр) | 50,00 | 11,80 | 10,15 | 0,69 | 141,29 | 0,06 | 1,41 |  | 0,01 | 9,29 | 0,87 | 0,21 | 0,83 |
| 304/17 | Рис отварной | 100,00 | 2,60 | 3,13 | 26,70 | 145,30 | 0,03 |  | 18,00 | 0,19 | 4,20 | 55,60 | 18,00 | 0,37 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 20.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **10,14** | **8,23** | **47,81** | **305,69** | **0,17** | **18,12** | **69,20** | **0,75** | **56,73** | **142,71** | **42,06** | **1,61** |
| 47/05 | Суфле "Золотая рыбка" (минтай) | 50 | 6,42 | 5,22 | 8,18 | 105,22 | 0,04 | 0,72 | 56,00 | 0,63 | 24,66 | 91,67 | 22,25 | 0,54 |
| 128/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,20 | 2,85 | 14,79 | 93,59 | 0,11 | 17,40 | 13,20 | 0,12 | 27,56 | 51,04 | 19,81 | 0,80 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **262,00** | **267,00** | **1033,00** | **7580,00** | **4,00** | **186,00** | **487,00** | **28,00** | **2128,0** | **1518,0** | **530,0** | **37,00** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **13,00** | **13,00** | **52,00** | **379,00** |  | **9,00** | **24,00** | **1,00** | **106,0** | **76,0** | **27,0** | **2,00** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности** | | | **1,00** | **1,00** | **4,00** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Список использованной литературы:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М. П. Могилльного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2017.-544с.

2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/Составители: Л. С. Коровка, И.И. Добросердова.-Пермь.:Уральский региональный центр питания, 2006.-234с.

3. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2016.-640с.

4. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/Под ред. В. Т. Лапшиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

5. Технико-технологические карты, разработанные организацией общественного питания.

**Четырехнедельное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 84,00 руб.**

**(завтрак, обед)**

Категории:

1. Дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***рец.*** | ***Прием пищи,***  ***наименование блюда*** | ***Масса***  ***порции*** | ***Пищевые вещества,г.*** | | | ***Энергет. ценность (ккап)*** | ***Витамины (мп)*** | | | | ***Минеральные вещества (мп)*** | | | |
| ***Б*** | ***Ж*** | **У** | ***В1*** | **С** | ***А*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Р*** | ***Мд*** | ***Fe*** |
| **1** | **2** | **3** | ***4*** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **ДЕНЬ 1.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **13,00** | **16,00** | **61,00** | **438,00** |  |  | **20,00** | **1,00** | **33,0** | **46,0** | **8,0** | **1,00** |
| 295/17 | Котлеты рубленые куриные | 60,00 | 7,32 | 10,23 | 10,08 | 161,55 | 0,02 |  |  | 1,54 | 3,74 | 0,07 |  | 0,25 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0.51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 2.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,00** | **11,00** | **54,00** | **365,00** |  | **2,00** | **15,00** |  | **309,0** | **71,0** | **25,0** | **1,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 15 | 5,20 | 5,30 | 0.70 | 71.30 | 0,01 | 0,56 |  |  | 201.00 |  |  | 0,18 |
| 181/17 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,36 | 8,62 | 33,00 | 235,05 | 0,08 | 1,38 | 32,00 | 0,55 | 138.84 | 29,15 | 5,66 | 0,48 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,20 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,80 |  |  | 0,24 |
| **ДЕНЬ 3.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,44** | **20,53** | **27,53** | **346,86** | **0,09** | **0,39** | **64,40** | **0,16** | **88,98** | **5,65** | **0,16** | **2,37** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10,00 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,80 |  |  | 44,40 | 0,11 | 3,22 | 3,90 | 0,11 | 0,03 |
| 210/17 | Омлет натуральный | 80,00 | 11,10 | 13,24 | 2,06 | 171,72 | 0,07 | 0,39 | 20,00 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,20 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,80 |  |  | 0,24 |
| **ДЕНЬ 4.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **17,00** | **16,00** | **40,00** | **368,00** |  | **81,00** |  | **2,00** | **100,0** | **61,0** | **30,0** | **2,00** |
| 288/17 | Птица отварная (цыпл-бр) | 50,00 | 11,80 | 10,15 | 0,69 | 141,29 | 0,06 | 1,41 |  | 0,01 | 9,29 | 0,87 | 0,21 | 0,83 |
| 312/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,20 | 2,85 | 14,79 | 93,59 | 0,11 | 17,40 | 13,20 | 0,12 | 27,56 | 51,04 | 19,81 | 0,80 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0.51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 5.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **12,37** | **12,52** | **55,60** | **384,52** | **0,20** | **1,80** | **20,00** | **0,55** | **303,89** | **103,43** | **40,04** | **1,72** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 15,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 182/17 | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,95 | 8,39 | 30,22 | 224,16 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 148,63 | 103,43 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 6.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **9,34** | **9,57** | **50,44** | **327,82** | **0,19** | **1,68** | **20,00** | **0,22** | **286,12** | **93,67** | **31,97** | **1,56** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 200/5 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 7.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **15,00** | **6,00** | **48,00** | **310,00** |  |  | **9,00** |  | **134,0** | **16,0** | **4,0** | **1,00** |
| 222/17 | Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным | 70/10 | 13,00 | 5,57 | 21,16 | 186,62 | 0,05 | 0,34 | 8,40 | 0,14 | 119,41 | 14,53 | 3,97 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0.05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 8.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **14,95** | **14,42** | **35,22** | **330,44** | **0,14** | **23,19** | **0,00** | **1,85** | **37,49** | **40,48** | **18,52** | **1,75** |
| 288/17 | Птица отварная (цыпл-бр) | 50,00 | 11,80 | 10,15 | 0,69 | 141,29 | 0,06 | 1,41 |  | 0,01 | 9,29 | 0,87 | 0,21 | 0,83 |
| 143/17 | Рагу овощное | 100 | 1,63 | 4,11 | 9,69 | 82,27 | 0,06 | 21,78 |  | 1,84 | 23,69 | 39,61 | 18,31 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 9.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **12,00** | **13,00** | **56,00** | **389,00** |  | **2,00** | **20,00** | **1,00** | **355,0** | **3,0** | **40,0** | **2,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 311/04 | Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом | 200/5 | 5,68 | 7,16 | 30,83 | 210,47 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 149,37 | 2,87 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 10.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **16,00** | **12,00** | **52,00** | **382,00** |  | **18,00** | **13,00** | **2,00** | **47,0** | **51,0** | **20,0** | **2,00** |
| 234/17 | Котлеты или биточки рыбные (минтай) | 50,00 | 6,25 | 4,05 | 7,91 | 93,00 | 0,05 | 0,16 | 38,60 | 1,49 | 15,81 | 77,21 | 17,68 | 0,45 |
| 128/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,20 | 2,85 | 14,79 | 93,59 | 0,11 | 17,40 | 13,20 | 0,12 | 27,56 | 51,04 | 19,81 | 0,80 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 50,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,05 |  |  |  | 10,00 |  |  | 0,55 |
| **ДЕНЬ 11.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **11,00** | **16,00** | **50,00** | **392,00** |  |  | **20,00** |  | **33,0** | **88,0** | **31,0** | **2,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 182/17 | Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом | 200/5 | 5,24 | 3,70 | 33,91 | 189,93 | 0,06 | 1,38 |  | 0,12 | 133,54 | 46,50 | 15,50 | 0,47 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 12.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **10,00** | **20,00** | **58,00** | **453,00** |  | **30.00** | **20,00** | **3,00** | **28,0** | **104,0** | **38,0** | **2,00** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 10,00 | 0,14 | 6,83 | 0,19 | 62,80 |  |  | 44,40 | 0,11 | 3,22 | 3,90 | 0,11 | 0,03 |
| 210/17 | Омлет натуральный | 80,00 | 11,10 | 13,24 | 2,06 | 171,72 | 0,07 | 0,39 | 20,00 | 0,05 | 81,45 | 1,75 | 0,05 | 2,05 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 20 | 1,20 | 0,46 | 10,28 | 52,34 | 0,02 |  |  |  | 3,80 |  |  | 0,24 |
| **ДЕНЬ 13.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **12,37** | **12,52** | **55,60** | **384,52** | **0,20** | **1,80** | **20,00** | **0,55** | **303,89** | **103,43** | **40,04** | **1,72** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 15,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 182/17 | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,95 | 8,39 | 30,22 | 224,16 | 0,18 | 1,38 | 20,00 | 0,55 | 148,63 | 103,43 | 40,04 | 1,30 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 14.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **15,72** | **13,87** | **64,05** | **443,79** | **0,15** | **2,51** | **20,00** | **2,16** | **25,47** | **52,95** | **9,85** | **1,02** |
| ТТК 51 | Гуляш из птицы (грудка) | 30/30 | 8,52 | 9,97 | 3,16 | 136,40 | 0,04 | 2,51 |  | 1,34 | 9,82 | 7,34 | 1,64 | 0,72 |
| 309/17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,68 | 3,74 | 36,05 | 200,51 | 0,09 |  | 20,00 | 0,82 | 11,14 | 45,61 | 8,21 | 0,03 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 15.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ** | | | **8,29** | **9,27** | **36,75** | **263,62** | **0,10** | **21,92** | **0,00** | **2,82** | **43,40** | **44,31** | **19,31** | **1,09** |
| 295/17 | Биточек куриный (фарш куриный) | 50,00 | 5,14 | 5,00 | 2,22 | 74,47 | 0,02 | 0,14 |  | 0,98 | 15,20 | 4,70 | 1,00 | 0,17 |
| 143/17 | Рагу овощное | 100 | 1,63 | 4,11 | 9,69 | 82,27 | 0,06 | 21,78 |  | 1,84 | 23,69 | 39,61 | 18,31 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 16.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **27,00** | **14,00** | **59,00** | **470,00** |  |  | **13,00** | **2,00** | **70,0** | **156,0** | **50,0** | **6,00** |
| 15/17 | Сыр (порциями) | 12,00 | 3,90 | 3,97 | 0,54 | 53,48 |  | 0,42 |  |  | 150,75 |  |  | 0,15 |
| 93/17 | Каша "Дружба" с маслом | 200/5 | 3,94 | 5,02 | 22,00 | 148,94 | 0,16 | 1,26 | 20,00 | 0,22 | 130,11 | 93,67 | 31,97 | 1,06 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 17.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **13,00** | **12,00** | **65,00** | **421,00** |  | **2,00** | **20,00** |  | **340,0** | **2,0** |  | **2,00** |
| 14/17 | Масло (порциями) | 15,00 | 0,21 | 10,25 | 0,29 | 94,20 |  |  | 66,60 | 0,17 | 4,83 | 5,85 | 0,17 | 0,05 |
| 99/06 | Каша кукурузная молочная (жидкая) с маслом | 200/5 | 6,32 | 6,79 | 39,23 | 243,22 | 0,09 | 1,31 | 20,00 | 0,05 | 134,51 | 1,75 | 0,05 | 1,25 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 40 | 2,40 | 0,92 | 20,56 | 104,68 | 0,04 |  |  |  | 7,60 |  |  | 0,48 |
| **ДЕНЬ 18.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **14,50** | **6,15** | **49,06** | **312,02** | **0,08** | **0,34** | **8,40** | **0,14** | **124,67** | **14,53** | **3,97** | **1,00** |
| 222/17 | Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным | 70/10 | 13,00 | 5,57 | 21,16 | 186,62 | 0,05 | 0,34 | 8,40 | 0,14 | 119,41 | 14,53 | 3,97 | 0,65 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Батон нарезной | 25 | 1,50 | 0,58 | 12,90 | 65,40 | 0,03 |  |  |  | 4,75 |  |  | 0,30 |
| **ДЕНЬ 19.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **13,32** | **10,31** | **25,53** | **248,17** | **0,08** | **1,41** | **0,00** | **0,01** | **13,80** | **0,87** | **0,21** | **1,10** |
| 288/17 | Птица отварная (цыпл-бр) | 50,00 | 11,80 | 10,15 | 0,69 | 141,29 | 0,06 | 1,41 |  | 0,01 | 9,29 | 0,87 | 0,21 | 0,83 |
| 304/17 | Рис отварной | 100,00 | 2,60 | 3,13 | 26,70 | 145,30 | 0,03 |  | 18,00 | 0,19 | 4,20 | 55,60 | 18,00 | 0,37 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ДЕНЬ 20.**  **ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ** | | | **10,14** | **8,23** | **47,81** | **305,69** | **0,17** | **18,12** | **69,20** | **0,75** | **56,73** | **142,71** | **42,06** | **1,61** |
| 47/05 | Суфле "Золотая рыбка" (минтай) | 50 | 6,42 | 5,22 | 8,18 | 105,22 | 0,04 | 0,72 | 56,00 | 0,63 | 24,66 | 91,67 | 22,25 | 0,54 |
| 128/17 | Пюре картофельное | 100 | 2,20 | 2,85 | 14,79 | 93,59 | 0,11 | 17,40 | 13,20 | 0,12 | 27,56 | 51,04 | 19,81 | 0,80 |
| 376/17 | Чай с сахаром | 200 |  |  | 15,00 | 60,00 |  |  |  |  | 0,51 |  |  | 0,05 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 |  |  |  | 4,00 |  |  | 0,22 |
| **ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **262,00** | **267,00** | **1033,00** | **7580,00** | **4,00** | **186,00** | **487,00** | **28,00** | **2128,0** | **1518,0** | **530,0** | **37,00** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД** | | | **13,00** | **13,00** | **52,00** | **379,00** |  | **9,00** | **24,00** | **1,00** | **106,0** | **76,0** | **27,0** | **2,00** |
|  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности** | | | **1,00** | **1,00** | **4,00** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Список использованной литературы:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М. П. Могилльного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2017.-544с.

2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/Составители: Л. С. Коровка, И.И. Добросердова.-Пермь.:Уральский региональный центр питания, 2006.-234с.

3. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2016.-640с.

4. Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/Под ред. В. Т. Лапшиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

5. Технико-технологические карты, разработанные организацией общественного питания.