Утвежовю вый директор.
АО"Артис-Детское питание"
Ляско М.В.

Согласовано: Директор

ГБОУ №

" 2024r.

Пикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-11 классов общеобразовательных учреждений за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

карты Обсла карты Обсла обсла Обсла орини, г Салат на квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовьями и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 180 180 8,40 7,15 39,00 ТК № 200 Фрукты свежке 180 0,00 0,48 18,18 18,18 ТК № 207 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,49 9,80 ТК № 198 Кыль ружано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 18,06 ТК № 198 Кыль ружано-пшеничный обогащенный микронутриентами 200 5,80 9,50 ТК № 198 Кондитерские издения 2 лень 1215 37,92 39,54 155,30 15 № 198 Ного за прием пиши: 2 лень 1215 37,92 39,54 155,30 225 Барш с с с с с с с с с с с с с с с с с с с	Салат из квашеной капусты е маслом растительным бруклевый с бобовыми и птицей Обеди Велки, г Жордии, г Жордии, г Жордии, г Жордии, г Жордии, г Жорди, г Устреводы, г Салат из квашеной капусты е маслом растительным 250/10 5,64 6,74 17,35 100 1,00 3,17 5,74 17,35 100 1,00 1,00 1,2,94 12,94 102,94 1,735 102,94 1,2,94 1,735 1,74 17,35 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,735 1,74 1,74 1,735 1,74	1090,47	149,57	35,72	31,62			Б;	Всего за день:
карты Обса карты Обса карты дата из квашсеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 1,735 99 Сул картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 180 1,00 1,00 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микропутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 197 Кондитерские изделия 200 5,80 3,16 18,06 ТК № 197 Кондитерские изделия 200 5,80 3,16 18,06 ТК № 197 Кондитерские изделия 2 лень 33 0,98 3,16 18,06 ТК № 197 Молоко в индивидальной упаковке 2 лень 20 5,80 5,00 9,60 ТК № 197 Конат из свежих помид	бетехимолог, карты Прием пиши, наименование блюда Масса порции, г Неспки, г Не	1090	149,57	35,72	31,62	1055	Итого за прием пищи:		*
карты Обед 440 Салат из квашсной калусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 4 99 Сул каргофельный с бобовьми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Битокки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,90 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 197 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,80 ТК № 197 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковка 20 12,15 37,92	бетехимолог. Карты Прием пиши, наименование блюда Масса порции, г Наста порции, г Велим, г Велим, г Жары, г Утлеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птишей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Багон на речневая рассыпчатая 180 1,00 1,90 12,94 323 Капат пречневая рассыпчатая 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 200 Орукано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 217 Молоко в иливиздальной упаковке 1215 37,92 39,54 155,30 ТК № 217 Молоко в иливиздальной упаковке 1215 37,92 39,54 155,30 ТК № 217 Молоко в иливиздальной упаковке 2 лень 37,92	140	29,00	3,92	0,60	40	Кондитерские изделия	TK № 083	XL
карты Обед карты Обед 40 Салат на квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 17,35 99 Сул каргофельный с бобовыми и птищей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Каша пречнева рассыпчата 180 1,09 12,04 3,74 323 Каша пречнева рассыпчата 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 206 Кондитерские изделия 200 1,25 0,49 8,57 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,80 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 2 день 215 37,92 39,54 155,30 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 2 день 37,92 39,54 155,30 106ед 100 1,77<	бетехимогог. Карты Прием пищи, наименование блюда Масса индервации, г Нишевые вещества индервации, г 40 Салат из кващеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 180 0,90 0,12,00 12,04 323 Капат пречневай рассыпчатая 180 0,90 0,18 18,06 ТК № 200 Фруктыз свежие 180 0,90 0,18 18,06 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Клеб ржано-пшеничный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 198 Клеб ржано-пшеничный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Клеб ржано-пшеничный микронутриентами 20 5,80 5,00 9,80 ТК № 197 Битон и расежих помызорав и горошка конс. маслом раст. 1215 37,92 39,54 155,30 <td>81,</td> <td>16,96</td> <td>0,35</td> <td>2,65</td> <td>40</td> <td>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</td> <td>TK № 198</td> <td>XL</td>	81,	16,96	0,35	2,65	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	TK № 198	XL
карты Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 40 99 Сул картофельный с бобовьми и птишей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Каша гречневая рассыпчатая 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 9,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микропутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 197 Кондитерские изделия 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 210 Молоко в индивидуальной упаковке 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 20 5,80 0,50 18,06 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 215 37,92 39,54 155,30 18 18 18 18 18 18 18 <t< td=""><td>бе технологог, карты Прием пиши, наименование блюда Масса индивенты выпорыми, г В прими, г В прими дальной даль</td><td>70,</td><td>8,57</td><td>0,49</td><td>1,25</td><td>20</td><td>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</td><td>TK № 197</td><td>NT</td></t<>	бе технологог, карты Прием пиши, наименование блюда Масса индивенты выпорыми, г В прими, г В прими дальной даль	70,	8,57	0,49	1,25	20	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	TK № 197	NT
карты Обед Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 5,74 4,73 5,74 99 Сул картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 180 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 0,90 0,18 18,18 42 Сору фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 42 Сору фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,33 16,96 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный микронутриентами 35 0,98 3,16 18,06 ТК № 217 Молко в индинидуальной улаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молко в индини пинин 2 31,5 <	фетехиолог. Прием пиши, наименование блюда Масса поршин, г обеди Прием пиши, наименование блюда Масса поршин, г обедин, г обединой и сметаной добот обедин, г обедино обедин, г обедино обедина обеси сухофруктов Масса и обедин, г обедино обедин, г обедино обедин, г обедино обедина обеси сухофруктов Масса и обедин, г обедино обедина обеси сухофруктов Масса и обедин, г обедин обедина обеси сухофруктов Масса и обедина обеси сухофруктов Масса и обедин, г обедин, г обедин, г обедин, г обедина обеси сухофруктов Масса и обедин, г обед	70	5,64	3,13	3,50	125	Йогурт 2,5% жирности	TK № 199	NT
Карты Обед Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 17,35 99 Сул картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каща гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 422 Софрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 217 Молоко в индивилуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивилуальной упаковке 20 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивилуальной упаковке 20 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индина свежи и каст	карты Прием пиши, наименование блюда Масса порции, г Велки, г Велки, г Управольные велиства 40 Салат из квалиеной калусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Сул каргофельный с бобовыми и птищей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,90 12,04 442 Сок фруктовый 180 8,40 7,15 39,00 1K № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 TK № 198 Хлеб ржано-пшенный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 198 Кондитерские издения 35 0,98 3,16 18,06 ТК № 217 Могоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Могоко в индивидуальной упаковке 2 день 37,92 39,54 155,30 100 1,33 12,14 155,30 22 Салат из свежих пом	110	26,81	0,09	0,41	180	Компот из смеси сухофруктов	211	УT
карты Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 250/10 5,64 6,74 17,35 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 217 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 198 Кондитерские изделия 200 1,25 0,49 8,57 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 2 лень 37,92 39,54 155,30 3 16 1 1,53 3,94 155,30 155,30 155,30	фетехнологь карты Прием пиши, наименование блюда Масса порции, г Велки, г Велки, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной калусты с маслом растительным обобовыми и птицей 100 1,00 3,17 5,74 99 Сул картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 33,15 Биточки рубленые из птицы 180 9,00 1,29 12,04 39,00 12,04 39,00 12,04 7,15 39,00 39,00 180 8,40 7,15 39,00 12,04 39,00 12,04 7,15 39,00 12,04 39,00 18,18 18,25 18,26 18,26 18,25	176	26,47	7,62	3,91	180	Пюре картофельное	335	2010
карты Обед 40 Салат из кващеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 210 Кондитерские изделия 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 20 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 2,92 39,54 155,30 <td>фетехнологь карты Пірием пиши, наименование блюда Пишевые вінсенье і пиши, гамменование блюда Пірием пиши, наименование блюда Підиевые вінсенье і пиши, г жартофелем, г жартофелем, г жартофелем і бобовьми и птицей Велин, г жартофелем, говядиной и сметаной Підием пиши, г жартофелем, говядиной пода Підиевые вінсенье і жартофелем, говядиной и сметаной Підиевые вінсень, г жартофелем, говядиной и сметаной Підием, г жартофелем, говядиной и сметаной Пі</td> <td>211</td> <td>13,94</td> <td>12,14</td> <td>11,33</td> <td>100</td> <td>Тефтели рыбные</td> <td>245</td> <td>2010</td>	фетехнологь карты Пірием пиши, наименование блюда Пишевые вінсенье і пиши, гамменование блюда Пірием пиши, наименование блюда Підиевые вінсенье і пиши, г жартофелем, г жартофелем, г жартофелем і бобовьми и птицей Велин, г жартофелем, говядиной и сметаной Підием пиши, г жартофелем, говядиной пода Підиевые вінсенье і жартофелем, говядиной и сметаной Підиевые вінсень, г жартофелем, говядиной и сметаной Підием, г жартофелем, говядиной и сметаной Пі	211	13,94	12,14	11,33	100	Тефтели рыбные	245	2010
Карты Обед Обед Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Сул картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,94 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 7К № 200 Орукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 180 5,98 3,16 18,06 180 5,98 3,16 18,06 <td< td=""><td>бе технолог. Прием пици, наименование блюда Масса порции, г Масса белки, г Миры, г Руглеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным обовыми и птицей 100 1,00 3,17 5,74 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 206 Кондитерские изделия 335 0,98 3,16 18,06 ТК № 206 Кондитерские изделия 30 0,98 3,16 18,06 ТК № 207 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 208 Кондитерские изделия 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 207 Молоко в индивидуально</td><td>145</td><td>16,80</td><td>5,61</td><td></td><td>250/10/10</td><td>Борщ со свежей капустой. картофелем, говядиной и сметаной</td><td>76/252</td><td>2010</td></td<>	бе технолог. Прием пици, наименование блюда Масса порции, г Масса белки, г Миры, г Руглеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным обовыми и птицей 100 1,00 3,17 5,74 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 206 Кондитерские изделия 335 0,98 3,16 18,06 ТК № 206 Кондитерские изделия 30 0,98 3,16 18,06 ТК № 207 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 208 Кондитерские изделия 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 207 Молоко в индивидуально	145	16,80	5,61		250/10/10	Борщ со свежей капустой. картофелем, говядиной и сметаной	76/252	2010
Карты Обед Обе	бе технолог. Прием пищи, наименование блюда Масса порщии, г Прием пищи, наименование блюда Прием пищи, разменной капусты с маслом растительным с бобовыми и птищей Масса бли г Белки, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным с бобовыми и птищей 100 1,00 3,17 5,74 315 Биточки рубленые из птищы 250/10 5,64 6,74 17,35 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,40 9,80 ТК № 206 Кондитерские изделия 33 0,98 3,16 16,96 ТК № 207 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217	83,	5,38	2,37	1,77	100	Салат из свежих помидоров и горошка конс.с маслом раст.	22	TK
Карты Обед Обе	Карты Прием пиши, наименование блюда Масса порции, г Нишевые вещества 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птищей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 206 Кондитерские изделия 35 0,98 3,16 18,06 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в индивининининининининининининининининини						Обед		
Карты Обед пориии, Г релки, Г дуни, Г ду	фе технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Нашевые вещества Масса обрания обрание блюда Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Жиры, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 180 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный мокронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 206 Кондитерские изделия 35 0,98 3,16 18,06 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60 ТК № 217 Молоко в п						2 день		
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Биточки рубленые из птицы 250/10 5,64 6,74 17,35 Каша гречневая рассыпчатая 180 180 0,90 12,90 12,04 Сок фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 Кондитерские изделия 35 0,98 3,16 18,06 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60	Ме технолог. Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Пишевые вен масса порции, г Масса порции, г Карты Жиры, г Жиры, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным обобовыми и птицей 100 1,00 3,17 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 ТК № 200 Фруктовый 180 9,90 0,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 ТК № 206 Кондитерские изделия 35 0,98 3,16 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 40 2,65 0,35 37,92 39,54	1142,38	155,30	39,54	37,92			ь:	Всего за ден
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Биточки рубленые из птицы 250/10 5,64 6,74 17,35 Каша гречневая рассыпчатая 180 9,90 12,90 12,04 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 Кондитерские изделия 35 0,98 3,16 18,06 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60	Ме технолог. Прием пиши, наименование блюда Масса Пришевые вешества Обед Масса Белки, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 8,40 7,15 39,00 ТК № 200 Фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96 ТК № 206 Кондитерские изделия 35 0,98 3,16 18,06 ТК № 217 Молоко в индивидуальной упаковке 200 5,80 5,00 9,60	1142	155,30	39,54	37,92	1215	Итого за прием пищи:		
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 180 8,40 7,15 39,00 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 35 0,98 3,16 18,06	Ме технолог. Карты Прием пиши, наименование блюда Масса порции, г Масса порции, г Жиры, г Жиры, г Углеводы, г Обед Киры, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салаг из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птищей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птищы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фрукты свежие 100 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 ТК № 206 Кондитерские излелия 35 0,98 3,16 18,06	108	9,60	5,00	5,80	200	Молоко в индивидуальной упаковке	TK № 217	TK
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 180 10,90 12,90 12,04 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96	№ технолог. Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 315 Биточки рубленые из птицы 250/10 5,64 6,74 17,35 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 1К № 200 Фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 1К № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57 1К № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 40 2,65 0,35 16,96	106	18,06	3,16	0,98	35	Кондитерские изделия	TK № 206	TK
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 180 8,40 7,15 39,00 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 Сок фрукты свежие 180 0,90 0,18 18,18 Батон нарезной обогащенный микронутриентами 20 1,25 0,49 8,57	Ме технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Масса порции, г Нишевые вещества Обед Масса порции, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г Обед Обед Киры, г Жиры, г Углеводы, г Обед 100 1,00 3,17 5,74 Орук картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 За Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80 ТК № 200 Фрукты свежие 20 1,25 0,49 8,57	81,	16,96	0,35	2,65	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	TK № 198	TK
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 180 8,40 7,15 39,00 Каша гречневая рассыпчатая 180 0,90 0,18 18,18 Сок фрукты свежие 100 0,40 0,40 9,80	№ технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Масса порции, г Нишевые вешества 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным обовьыми и птицей 100 1,00 3,17 5,74 315 Биточки рубленые из птицы 250/10 5,64 6,74 17,35 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18 ТК № 200 Фрукты свежие - 100 0,40 0,40 9,80	70,	8,57	0,49	1,25	20	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	TK № 197	TK
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18	№ технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Нишевые вещества 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00 442 Сок фруктовый 180 0,90 0,18 18,18	47,	9,80	0,40	0,40	100	Фрукты свежие	TK № 200	TK:
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00	№ технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Нишевые вешества Масса норции, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г Обед 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04 323 Каша гречневая рассыпчатая 180 8,40 7,15 39,00	77,	18,18	0,18	0,90	180	Сок фруктовый	442	2010
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04	№ технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Масса порции, г Жиры, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 99 100 1,00 3,17 5,74 315 Биточки рубленые из птицы 250/10 5,64 6,74 17,35 315 Биточки рубленые из птицы 100 10,90 12,90 12,04	239	39,00	7,15	8,40	180	Каша гречневая рассыпчатая	323	2010
Обед Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35	№ технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Масса порции, г Жиры, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 99 100 1,00 3,17 5,74 99 Суп картофельный с бобовыми и птицей 250/10 5,64 6,74 17,35	180	12,04	12,90	10,90	100	Биточки рубленые из птицы	315	2010
Обед Обед Обед 100 1,00 3,17 5,74	№ технолог. карты Прием пищи, наименование блюда Масса порции, г Масса Белки, г Жиры, г Углеводы, г 40 Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 1,00 3,17 5,74	176	17,35	6,74	5,64	250/10	Суп картофельный с бобовыми и птицей	99	TK
Обед	№ технолог. Прием пищи, наименование блюда карты Обед Пищевые вещества порции, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г	56,	5,74	3,17	1,00	100	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	40	2010
порции, г релки, г жиры, г утлеводы, г	№ технолог. Прием пищи, наименование блюда карты Пищевые вещества порции, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г						Обед		
Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества	я цень	Углеводы, г	Жиры, г	тки, г	масса порции, г	Прием пиши, наименование блюда	№ технолог. карты	Сборник
Пищевые вещества		Энергет	цества	ищевые вен	П				

1142,22	156,53	38,91	36,67	1225	итого за прием пищи:		
108,00	9,60	5,00	5,80	200	Молок	TK № 217	TK
106,41	18,06	3,16	0,98	35		TK № 206	i z
81,58	16,96	0,35	2,65	40		TK № 198	X
70,33	8,57	0,49	1,25	20		TK No 197	X
47,00	10,30	0,30	0,40	100		TK № 203	TK
116,17	27,78	0,05	0,94	180	Кисель из кураги	216	TK
223,18	36,04	5,58	6,30	180	Макаронные изделия отварные	331	2010
163,00	8,10	11,40	12,34	100	Печень, тушенная в соусе	261	2010
128,10	14,50	6,84	5,00	250/10/10	Рассольник с птицей и сметаной	89/307	2010
98,45	6,62	5,74	1,01	100	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	52	2017
					Обед		
					5 день		
1073,59	150,04	35,89	31,96			5:	Всего за день:
1073,59	150,04	35,89	31,96	1055	Итого за прием пищи:		
140,02	29,00	3,92	0,60	40	3 Кондитерские изделия	TK № 083	X
81,58	16,96	0,35	2,65	40		TK № 198	TK
70,33	8,57	0,49	1,25	20		TK № 197	TK
70,64	5,64	3,13	3,50	125		TK № 199	TK
77,40	18,18	0,18	0,90	180	Сок фруктовый	442	2010
392,30	35,64	18,07	15,45	280	Рагу из птицы	309	2010
149,00	25,60	3,05	6,46	250/20	Суп картофельный с крупой и рыбой	98/228	2010
92,32	10,45	6,70	1,15	100	Салат "Яркий" из св. капусты с кукурузой и маслом растительным	112	TK
					Обед		
					4 день		
1147,26	150,15	38,57	37,30			•	Всего за день:
1147,26	150,15	38,57	37,30	1225	Итого за прием пищи:		
108,00	9,60	5,00	5,80	200	377	TK № 217	TK
106,41	18,06	3,16	0,98	35		TK № 206	TK
81,58	16,96	0,35	2,65	40		TK № 198	TK
70,33	8,57	0,49	1,25	20	7 Батон нарезной обогащенный микронутриентами	TK № 197	TK
38,00	7,50	0,20	0,80	100		TK № 201	TK
79,47	19,00	0,13	0,29	180	Напиток из плодов шиповника	212	TK
467,97	52,36	20,55	17,93	280	Плов со свининой	111	TK
182,50	16,40	8,59	6,80	250/10/10	Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной	94/307	2010
13,00	1,70	0,10	0,80	100	Огурец соленый кусочком	70/2	2011
					Обед		

116534	177 05	36 80	25 63		The second secon		D
1165,34	177,05	36,80	35,62	1250	Итого за прием пищи:		
108,00	9,60	5,00	5,80	200		TK № 217	TK
140,02	29,00	3,92	0,60	40	3 Кондитерские изделия	TK № 083	TK
81,58	16,96	0,35	2,65	40		TK № 198	TK
131,00	25,70	1,45	3,75	50		TK № 197	TK
43,00	8,10	0,20	0,90	100		TK № 205	TK
87,75	22,34	0,05	0,07	180	Напиток из клюквы, протертой с сахаром	215	TK
176,75	26,47	7,62	3,91	180	Пюре картофельное	335	2010
182,44	14,66	10,27	12,07	100	Зразы рыбные рубленые	243	2010
201,80	22,52	7,84	5,07	250/15	Борщ сибирский со сметаной	80	2010
13,00	1,70	0,10	0,80	100	Огурец соленый кусочком	70/2	2011
					Обед		
					8 день	7.0	
1064,19	144,52	36,42	35,00			¥.	Всего за день:
1064,19	144,52	36,42	35,00	1050	Итого за прием пищи:		
106,41	18,06	3,16	0,98	35	6 Кондитерские изделия	TK № 206	TK
81,58	16,96	0,35	2,65	40		TK № 198	TK
70,33	8,57	0,49	1,25	20	7 Батон нарезной обогащенный микронутриентами	TK № 197	TK
70,64	5,64	3,13	3,50	125		TK № 199	TK
77,40	18,18	0,18	0,90	180	Сок фруктовый	442	2010
176,59	31,40	9,79	3,16	180	Овощи тушеные	350	TK
276,18	14,37	13,10	15,10	100	Котлеты, биточки (особые)	273	2010
149,00	25,60	3,05	6,46	250/20	Суп картофельный с крупой и рыбой	98/228	2010
56,06	5,74	3,17	1,00	100	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	40	2010
					Обед		
					7 день		
1014,29	154,82	29,14	29,37				Всего за день:
1014,29	154,82	29,14	29,37	1265	Итого за прием пищи:		
86,00	20,20	0,20	1,00	200	-	TK № 077	TK
81,58	16,96	0,35	2,65	40	8 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	TK № 198	TK
70,33	8,57	0,49	1,25	20	- 00	TK № 197	TK
47,00	9,80	0,40	0,40	100		TK № 200	TK
154,44	30,90	4,30	4,10	75	Ватрушка с творогом	221	TK
40,52	9,60	0,04	0,20	180	Напиток апельсиновый	222	TK
355,20	38,10	17,01	15,70	280	Плов из птицы	311	2010
101,83	13,01	3,95	3,17	250/20	Суп-лапша домашняя с птицей	106/307	2010
77,39	7,68	2,40	0,90	100	Салат витаминный (1-й вариант)	41	2010
					Обед	5	

1065,18	139,71	35,89	34,76	1040	Итого за прием пищи:		
106,41	18,06	3,16	0,98	35		TK № 206	TK
81,58	16,96	0,35	2,65	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	TK № 198	TK
70,33	8,57	0,49	1,25	20		TK № 197	TK
70,64	5,64	3,13	3,50	125		TK № 199	TK
79,47	19,00	0,13	0,29	180	Напиток из плодов шиповника	212	TK
239,45	39,00	7,15	8,40	180	Каша гречневая рассыпчатая	323	2010
118,11	5,00	7,48	11,41	100	Сердце в соусе	262	2017
201,36	20,79	6,80	4,88	250/10	Суп с крупой и говядиной	107/252	2010
97,83	6,69	7,20	1,40	100	Винегрет овощной	51	2010
					Обед		
					11 день		
1216,54	172,12	38,14	34,41			•	Всего за день:
1216,54	172,12	38,14	34,41	1260	Итого за прием пищи:		
108,00	9,60	5,00	5,80	200	Молоко в индивидуальной упаковке	TK № 217	TK
140,02	29,00	3,92	0,60	40	Кондитерские изделия	TK № 083	TK
81,58	16,96	0,35	2,65	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	TK № 198	TK.
131,00	25,70	1,45	3,75	50		TK № 197	H
47,00	9,80	0,40	0,40	100		TK № 200	H
77,40	18,18	0,18	0,90	180	Сок фруктовый	442	2010
367,25	. 37,10	17,50	14,41	280	Жаркое по-домашнему со свининой .	259	2017
186,90	18,10	6,94	5,00	250/10/10	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	91/307	2010
77,39	7,68	2,40	0,90	100	Салат витаминный (1-й вариант)	41	2010
					Обед		
					10 день		
1070,27	145,68	37,54	32,69				Всего за день:
1070,27	145,68	37,54	32,69	1050	Итого за прием пищи:		
106,41	18,06	3,16	0,98	35		TK № 206	긎 긎
81,58	16,96	0,35	2,65	40		TK № 198	TK
70,33	8,57	0,49	1,25	20		TK № 197	TK
70,64	5,64	3,13	3,50	125		TK № 199	TK
105,96	29,49	0,10	0,10	180	Кисель из плодов или ягод свежих	213	TTK
225,40	38,10	4,66	5,10	180	Рис припущенный	326	2010
180,00	12,04	12,90	10,90	100	Биточки рубленые из птицы	315	2010
131,50	10,20	7,01	7,20	250/10/10	Суп из овощей с говядиной и сметаной	95/252	2010
98,45	6,62	5,74	1,01	100	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	52	2017
					Обед		

Среднее значение за период:	Итого за 12 дней:	Всего за день:		TK TK.	TK TK	TK TK.	TK TK.	TK 2	2010	2016	2010 84	2017		
за период:			Итого за прием пищи:	ТК № 077 Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	ТК № 008 Кондитерские изделия	ТК № 198 Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	ТК № 197 Батон нарезной обогащенный микронутриентами	223 Напиток яблочный	331 Макаронные изделия отварные	263 Рыба, запеченная в омлете	84/307 Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной	71 Помидор свежий кусочком	Обед	Action
			1150	200	30	и 40	50	180	180	100	250/10/10	100		
34,15	409,78	32,46	32,46	1,00	0,45	2,65	3,75	0,09	6,30	13,85	3,27	1,10		
36,01	432,13	29,57	29,57	0,20	2,94	0,35	1,45	0,09	5,58	10,80	7,96	0,20		
153,48	1841,78	146,29	146,29	20,20	21,75	16,96	25,70	11,20	36,04	3,34	7,30	3,80		
1099,04	13188,46	996,74	996,74	86,00	105,01	81,58	131,00	47,09	223,18	166,29	134,80	21,78		

Допускаются отклонения в случаях сбоев поставки в наименованиях по фруктам, овощам и напиткам.

При составлении меню использована следующая литература:

- Петербурга, СПб.: Речь, 2010г. 1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-
- 2.Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П.
- Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011г. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2017г. 3. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П.
- Могильного М.П., Тутельяна В.А.- М.:ДеЛи плюс, 2016г. 4. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, под ред.