

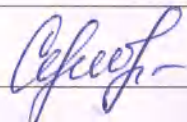
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1 неделя													
1 день	Завтрак												
174	Каша вязкая молочная рисовая	250	6,81	12,38	36,38	284,18	0,07	1,2	68,5	188,4	294,6	89,15	2,33
424	Булка к чаю	60	5,83	10,01	35,13	253,99	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78
	ПП Яблоко свежее	100	0,4	0	11,8	48,8	0,01	0,11	59	133,2	16,5	5,25	0,15
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	610	13,04	22,39	98,29	646,89	0,15	1,41	139,9	338,43	361,34	115,24	4,12
2 день	Завтрак												
181	Каша манная молочная жидкая	250	6,94	12,18	48,14	329,94	0,04	0,00	0,00	15,00	22,50	6,25	0,25
	АКО Булочка "Ленинградская"	75	6,08	3,90	48,90	263,33	0,16	0,30	0,06	23,00	48,10	9,35	0,54
	ПП Яблоко свежее	100	0,40	0,00	11,80	48,80	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	625	13,42	16,08	123,82	701,99	0,20	0,40	50,06	45,35	81,84	20,00	1,67
3 день	Завтрак												
297	Каша гречневая с маслом сливочным, сахаром	200	10,39	14,55	46,53	358,63	0,21	1,64	65,20	183,88	245,75	99,23	2,90
	ПП Яблоко свежее	100	0,40	0,00	11,80	48,80	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49
424	Булка "Школьная с крошкой"	75	7,28	12,52	43,92	317,48	0,12	0,00	4,00	19,80	70,00	27,40	1,30
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	575	18,07	27,07	117,23	784,83	0,37	1,85	138,20	347,83	419,99	140,48	5,55
4 день	Завтрак												
173	Каша вязкая молочная из овсянных хлопьев	250	9,44	14,90	42,75	342,86	0,24	1,09	62,30	180,63	300,00	81,90	2,40
	ПП Яблоко свежее	100	0,40	0,00	11,80	48,80	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
424	Булочка "Домашняя"	70	6,8	11,68	40,99	296,32	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	620	16,64	26,58	110,52	747,90	0,31	1,19	114,70	199,86	353,24	102,74	4,06
5 день	Завтрак												
120	Суп молочный с вермишелью	250	7,47	8,75	24,00	204,63	0,09	0,80	33,00	163,00	136,90	26,70	0,65
	АКО Булочка "Российская"	1/100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	560	17,26	32,69	97,67	753,95	0,13	1,01	142,00	309,55	244,14	40,55	2,02

2 неделя													
1 день													
Завтрак													
173	Каша вязкая молочная из овсянных хлопьев	250	9,44	14,90	42,75	342,86	0,24	1,09	62,30	180,63	300,00	81,90	2,40
ПП	Яблоко свежее	100	0,40	0,00	11,80	48,80	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
424	Булочка "Домашняя"	70	6,8	11,68	40,99	296,32	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	620	16,64	26,58	110,52	747,90	0,31	1,19	114,70	199,86	353,24	102,74	4,06
2 день													
Завтрак													
181	Каша манная молочная жидкая	250	6,94	12,18	48,14	329,94	0,04	0,00	0,00	15,00	22,50	6,25	0,25
АКО	Булочка "Ленинградская"	75	6,08	3,90	48,90	263,33	0,16	0,30	0,06	23,00	48,10	9,35	0,54
ПП	Яблоко свежее	100	0,40	0,00	11,80	48,80	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	625	13,42	16,08	123,82	701,99	0,20	0,40	50,06	45,35	81,84	20,00	1,67
3 день													
Завтрак													
174	Каша вязкая молочная рисовая	250	6,81	12,38	36,38	284,18	0,07	1,2	68,5	188,4	294,6	89,15	2,33
424	Булка к чаю	60	5,83	10,01	35,13	253,99	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78
ПП	Яблоко свежее	100	0,4	0	11,8	48,8	0,01	0,11	59	133,2	16,5	5,25	0,15
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	610	13,04	22,39	98,29	646,89	0,15	1,41	139,90	338,43	361,34	115,24	4,12
4 день													
Завтрак													
297	Каша гречневая с маслом сливочным, сахаром	200	10,39	14,55	46,53	358,63	0,21	1,64	65,20	183,88	245,75	99,23	2,90
ПП	Яблоко свежее	100	0,40	0,00	11,80	48,80	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49
424	Булка "Школьная с крошкой"	75	7,28	12,52	43,92	317,48	0,12	0,00	4,00	19,80	70,00	27,40	1,30
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	575	18,07	27,07	117,23	784,83	0,37	1,85	138,20	347,83	419,99	140,48	5,55
5 день													
Завтрак													
120	Суп молочный с вермишелью	250	7,47	8,75	24,00	204,63	0,09	0,80	33,00	163,00	136,90	26,70	0,65
АКО	Булка "Российская"	1/100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,98	59,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:	560	17,26	32,69	97,67	753,95	0,13	1,01	142,00	309,55	244,14	40,55	2,02

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и кулинарных

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г.

Технолог



Л.В. Серебрянская

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340153

Владелец Муразян Оксана Викторовна

Действителен с 21.11.2025 по 21.11.2026