

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СОШ № 76 г. Владивостока"




Генеральный директор ООО "Фуд Магистраль"

Л.А. Алексеева




Циклическое десятидневное меню (полдники), (второй прием горячего питания) для организации питания для обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов в возрасте от 12 лет и старше в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях г. Владивостока

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	338	2015
ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	12,2	19,8	69,8	508,4	0	ТТК№11	2021
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	0,2	0	13,1	53,7	0,4	ТТК№6	2021
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	530	14,6	20,7	104,7	669,3	10,4		
рацион, %					24,7			

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	11,5	5,6	11,4	137,4	0,1	ТТК№234	2021
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,4	3,0	46,2	229,4	0	305	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,15	12,45	0,15	112,5	0	13	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	1,6	389	2011
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	525	18,85	21,75	89,35	622,9	1,7		
рацион, %					23,0			

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,2	0	323	2008
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ (П/Ф)	130	8,5	11,4	11,6	181,5	0,6	ТТК№15	2021
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,15	12,45	0,15	112,5	0	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,4	0	10,6	45,1	1,2	377	2011
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	555	15,17	29,87	79,59	646,5	1,8		
рацион, %					23,8			

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,2	0,9	46	220,3	0	202	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	6,2	10,1	9,9	220,5	0	ТТК№268	2021
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	0,2	0	13,1	53,7	0,4	ТТК№6	2021
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,15	12,45	0,15	112,5	0	13	2008
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	525	20,05	37,05	71,65	699,9	0,4		
рацион, %					25,8			

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	0	ПП	ПП
ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	12,2	19,8	69,8	508,4	0	ТТК№11	2021
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15,1	60,7	0	430	2008
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	480	18	25,2	134,1	837,8	0		
рацион, %					30,9			

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,2	25,6	239,7	12,5	335	2008
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	11,5	5,6	11,4	137,4	0,1	ТТК№234	2021
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	13	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,4	0	10,6	45,1	1,2	377	2011
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	537	17,6	20,6	59,7	557,4	13,8		
рацион, %						20,5		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,4	3,0	46,2	229,4	0	305	2011
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ (П/Ф)	130	8,5	11,4	11,6	181,5	0,6	ТТК№15	2021
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	13	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	1,6	389	2011
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	550	15,8	23,4	89,5	629,5	2,2		
рацион, %						23,2		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	200	25	48,4	34,7	396,9	0	ТТК№219	2021
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	0	ПП	ПП
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	402	2008
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	480	30,6	53,8	98,5	723,7	0		
рацион, %						26,7		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,2	0	323	2008
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	6,2	10,1	9,9	220,5	0	ТТК№268	2021
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,2	0,9	1,3	14,9	0,3	348	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15,1	60,7	0	430	2008
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	530	17,22	30,12	74,04	636,2	0,3		
рацион, %					23,5			

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдники (второй прием горячего питания)								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	338	2015
ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	12,2	19,8	69,8	508,4	0	ТТК№11	2021
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,4	0	10,6	45,1	1,2	377	2011
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,5	12,0	60,2	0	ТТК№1	2021
Итого за прием пищи:	530	14,8	20,7	102,2	660,7	11,2		
рацион, %					24,4			

МЕНЮ-РАСКЛАДКА ОБЗ 7-11 ЛЕТ ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)		100
ЯБЛОКИ	113,6	100
ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА		180
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ ПФ	162	162
ИЛИ ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ПФ	162	162
ИЛИ ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ ПФ	162	162
ИЛИ ВАРЕНИКИ С ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ ПФ	162	162
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ		200
ЯБЛОКИ	11,36	10
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148	148
САХАР ПЕСОК	12	12
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		100
ИЛИ КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	116	110
ФАРШ МИНТАЯ	79	75
ГОРБУША ПЕГ	93,75	75
МИНТАЙ БГ	65,25	75
МОЛОКО	25	25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8
ИЛИ МОЛОКО СУХОЕ	3	3
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ		180
КРУПА РИСОВАЯ	84,9	84,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,3	132,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		200
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180
КРУПА ГРЕЧЕВАЯ ЯДРИЦА	82,8	82,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138	138
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ (ПФ)		100/30
ИЛИ ТЕФТЕЛИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	116	110
ИЛИ ФАРШ КЛАССИЧЕСКИЙ	55,2	46,8
СВИНИНА МЯСНАЯ	27,8	23,8
ГОВЯДИНА МЯСНАЯ	27,8	23,8
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,8	50,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3
МОРКОВЬ С НОВОГО УРОЖАЯ ДО 1 СЕНТЯБРЯ	3,75	3
МОРКОВЬ С 1 СЕНТЯБРЯ ДО НОВОГО УРОЖАЯ	4	4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,7	7,7
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220
САХАР ПЕСОК	10	10
ЛИМОН	11,87	7
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1
		0,1

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		180
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	67,2	67,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5,8	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,2	115,2
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ		90
ИЛИ ФАРШ КЛАССИЧЕСКИЙ	73,7	70
ИЛИ КОМБИТЕТА МЯСНАЯ ПФ	106	100
СВИНИНА МЯСНАЯ	41,18	35
ГОВЯДИНА БК	41,47	35
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	6	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5
МОЛОКО СУХОЕ	3	3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ		200
ЯБЛОКИ	11,36	10
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146
САХАР ПЕСОК	12	12
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	15	15
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1
		0,1

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
ПЕЧЕНЬЕ		50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0
ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА		180
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ Пф	162	162
ИЛИ ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ Пф	162	162
ИЛИ ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ Пф	162	162
ИЛИ ВАРЕНИКИ С ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ Пф	162	162
ЧАЙ С САХАРОМ		200
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146
САХАР ПЕСОК	15	15
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		180
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4
КАРТОФЕЛЬ	204,8	153,6
МОЛОКО	28,8	27,6
ИЛИ МОЛОКО СУХОЕ	3,5	3,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		100
ИЛИ КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	116	110
ФАРШ МИНТАЯ	79	75
ГОРБУША ПЕГ	93,75	75
МИНТАЙ БГ	95,25	75
МОЛОКО	25	25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,8	3,8
ИЛИ МОЛОКО СУХОЕ	3	3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/10/7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220
САХАР ПЕСОК	10	10
ЛИМОН	11,67	7
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ		180
КРУПА РИСОВАЯ	64,9	64,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,3	132,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ (П/Ф)		100/50
ИЛИ ТЕФТЕЛИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	116	110
ИЛИ ФАРШ КЛАССИЧЕСКИЙ	55,2	48,8
СВИНИНА МЯСНАЯ	27,8	23,6
ГОВЯДИНА МЯСНАЯ	27,8	23,6
КРУПА РИСОВАЯ	7,7	7,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,8	50,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3
МОРКОРЬ С НОВОГО УРОЖАЯ ДО 1 СЕНТЯБРЯ	3,75	3
МОРКОВЬ С 1 СЕНТЯБРЯ ДО НОВОГО УРОЖАЯ	4	3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7,7	7,7
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		200
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		200
СЫРНИКИ П/Ф	204,1	200
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,7	6,7
ПЕЧЕНЬЕ		50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20
САХАР ПЕСОК	15	15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	82,8	82,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138	138
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8	8
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ		90
ИЛИ: ФАРШ КАССИЧЕСКИЙ	73,7	70
ИЛИ: КОМБЕДА МЯСНАЯ ПФ	105	100
СВИНИНА МЯСНАЯ	41,18	35
ГОВЯДИНА БИК	41,47	35
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5
МОЛОКО СУХОЕ	3	3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
СОУС ТОМАТНЫЙ №348		20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,9	0,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9
МОРКОВЬ	1,5	1,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,5	0,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3	3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,3	0,3
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ЧАЙ С САХАРОМ		200
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,3	58,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	146	146
САХАР ПЕСОК	15	15
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход	
	Брутто, г	Нетто, г
Завтрак		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)		100
ЯБЛОКИ	113,6	100
ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА		180
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ ПФ	182	182
ИЛИ ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ПФ	182	182
ИЛИ ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ ПФ	182	182
ИЛИ ВАРЕНИКИ С ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ ПФ	182	182
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220
САХАР ПЕСОК	10	10
ЛИМОН	11,87	7
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ		30
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17,4	17,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,1	0,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0,1