



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ПО
ОБСЛУЖИВАНИЮ И СНАБЖЕНИЮ МУНИЦИПАЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЙ НОВОКУБАНСКОГО РАЙОНА**

Приказ

«01» февраля 2022 г.

№ 36

г.Новокубанск

**Об утверждении примерного циклического 10-дневного меню для
организации бесплатного двухразового питания обучающихся с
ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов в
общеобразовательных организациях муниципального образования
Новокубанский район**

В соответствии с постановлением администрации муниципального образования Новокубанский район от 08.02 2021 № 100 «О внесении изменений в постановление администрации муниципального образования Новокубанский район от 29 декабря 2020года №1261 «Об утверждении порядка обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов в общеобразовательных организациях муниципального образования Новокубанский район», п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить примерное циклическое 10- дневное меню для организации бесплатного двухразового питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов в общеобразовательных организациях муниципального образования Новокубанский район, согласно Приложение №1

2. Заведующим производством, кладовщикам, буфетчикам обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов согласно меню-раскладки, выдачу продуктов питания и осуществлять постоянный контроль за качеством поставляемых продуктов, за условиями их хранения.

3. Поварам МБУ ОС МУ строго соблюдать выполнение 10-дневного меню, технологических карт.

3. Изменение в рацион питания вносить только с разрешения директора МБУ ОС МУ и директора образовательного учреждения.

4. Один раз в неделю заведующим производством, кладовщикам, буфетчикам обеспечить сдачу меню-требования на каждый день, товарных накладных, счет-фактур в администрацию МБУ ОС МУ (4 кабинет) по реестру сдачи документов.

5. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Директор МБУ ОС МУ



В.Н. Кричковский

УТВЕРЖДАЮ:



В.Н.Кричковский
2022 г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

**ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
И ДЕТЕЙ ИНВАЛИДОВ С 1 ПО 4 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЯХ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
НОВОКУБАНСКИЙ РАЙОН**

6 2021-2022 г.г.

День: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
223(2017)	Запеканка из творога со сметаной	200	20,05	13,66	63,20	456,75	0,68	2,36	83,48	98,15	183,85	250,65	35,48	1,22
377(2017)	Чай с лимоном	190/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
338(2017)	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,700	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
ПП	Молоко ультрапастеризованное для детского п	200	5,80	5,00	107,00	107,00	0,080	2,600	40,00		240,0	180,0	28,00	0,200
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20
	Итого:		35,54	24,68	227,82	887,87	0,99	23,39	163,48	98,98	719,25	670,35	120,58	5,72
ОБЕД														
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	7,2	0,02	2,94		0,06	10,2	18	8,4	0,3
101(2017)	Суп картофельный с рисом , на пб	250	1,98	2,71	12,11	85,00	0,09	8,25		1,23	26,70	55,98	22,78	0,88
312(2017)	Пюре картофельное со сливочным маслом	150	3,11	9,15	17,980	172,96	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
234(2017)	Биточки рыбные	100	10,60	8,74	14,67	180,38	0,065	0,280	20,64	4,190	48,6	144,1	33,65	1,270
389(2017)	Сок натуральный п/п	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		22,19	21,45	100,98	692,73	1,437	33,28	70,64	6,71	157,3	385,7	120,94	7,66

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соевых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ реч.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Завтрак														
ПП	Икра кабачковая	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20			1,90	
210(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
14(2017)	Омлет натуральный	165	16,17	28,80	3,06	336,00	0,12	0,30	376,50	0,87	119,58	261,90	18,72	3,08	
382(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22	124,56	21,34	0,48	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,62	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,040			0,520	9,20	34,80	13,20	0,44	
338(2017)	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		31,60	46,57	77,38	851,70	0,36	23,25	460,90	1,93	578,00	644,46	101,66	8,36	
	ОБЕД														
70(2017)	Нарезка из соленых огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30	
	Суп с макаронными изделиями и картофелем, на п/б	250	2,69	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13	
112(2017)	Плов из мяса птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23	
291(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66	
349(2017)	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
	Итого:		30,22	15,43	126,77	771,60	0,86	19,70	33,52	2,95	129,56	392,75	143,21	5,69	

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б		Ж		У			В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe				
			4	5	6	7	8	9										10	11	12	13
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
	З а в Т р а к																				
120(2017)	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,28	2,85	10,77	90,00	0,05	0,50	19,80	0,23	97,80	82,13	16,01	0,39							
210(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01							
15(2017)	Сыр	20	4,64	5,90		71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20							
376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28							
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44							
ПП	Печенье	45	3,83	5,09	31,37	186,53	0,05		29,25	0,59	18,45	39,15	6,75	0,45							
338(2017)	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30							
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	9,60	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20							
ПП	Молоко ультрапастеризованное для дет питания	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20							
	Итого:		27,22	28,49	109,23	810,31	0,32	18,87	201,05	1,80	825,75	640,88	113,86	5,47							
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54							
102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на п/б	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	88,1	35,58	2,05							
279(2017)	Тефтели из мяса говядины 2-й вариант	90	6,86	7,63	8,69	130,68	0,05	0,38	30,36	0,42	21,77	76,51	19,79	0,63							
303(2017)	Каша вязкая гречневая, со сливочным маслом	150	4,42	4,84	19,84	140,65	0,11			0,33	8,16	105,24	69,63	2,34							
593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12							
ПП	Сок фруктовый п/п	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80							
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44							
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93							
	Итого:		23,80	20,10	103,40	704,10	0,54	21,11	40,50	4,68	119,88	374,86	168,64	9,85							

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Мо)

День: четверг
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ реч.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			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				
	З а в т р а к																	
182(2004)	Каша жидкая молочная рисовая со сливочным мас	150	3,64	7,65	23,90	179,30	0,00	0,83	41,40	0,15	92,90	98,70	21,51	0,33				
338(2017)	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30				
14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01				
379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13				
ПП	Батон йодированный	40	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02	0,60		0,26	4,60	17,40	6,60	0,22				
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20				
	Итого:		14,83	19,76	72,68	528,26	0,15	17,73	121,40	0,77	496,48	368,10	83,61	4,19				
	ОБЕД																	
ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20		1,90	0,25				
82(2017)	Борщ из свежей капусты и картофеля на п/б	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0,063	15,78		2,35	425	49	22,13	0,83				
312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04				
229(2017)	Рыба (минтай), тушенная в томате с овощами	130	12,68	6,44	4,94	136,50	0,07	4,85	7,57	3,28	50,79	210,85	63,09	1,11				
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
ПП	Хлеб ржанос-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93				
349(2017)	Компот из смеси сухофруктов	190	0,62	0,09	34,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66				
	Итого:		23,64	25,74	103,75	743,76	1,88	44,89	57,57	6,68	563,61	427,45	157,50	5,26				

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соевых томатов" заменяется на "Нарезку из соевых огурцов" или "Нарезку из соевых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: пятница
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимне-весенний
Возрастная категория: 7-11 лет

№ реч.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)												
			Б		Ж		У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe										
			4	5	5	6	6	7										8	9	10	11	12	13	14	15		
1	Завтрак	3																									
181(2004)	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	4,36	7,65	23,12		179,21		0,84	41,41	0,37	95,51	84,39	14,49													0,34
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32		93,52		0,04		0,52	9,20	34,80	13,20													0,44
14(2017)	Масло сливочное	5	0,40	3,63	0,07		33,00			20,00	0,06	1,20	1,50														0,01
376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00		60,00		0,03			11,10	2,80	1,40													0,28
ПП	Йогурт фас	200	5,80	5,00	8,40		102,00		0,60	40,00		248,00	184,00	28,00													0,20
	Итого:		13,79	16,70	65,91		467,73		1,47	101,41	0,95	365,01	307,49	57,09													1,27
47(2017)	Капуста квашеная	60	1,02	0,10	5,07		51,00		11,89		9,24	31,35	20,37	9,61													0,40
101(2017)	Суп картофельный с перловой крупой на п/б	250	1,98	2,71	12,11		85		8,25		1,23	26,7	55,98	22,78													0,88
202/203(2017)	Макаронные отварные, со сливочным маслом	150	5,46	5,78	30,46		195,71		0,06	30,00	0,86	6,38	19,73	4,28													0,43
260(2017)	Гуляш из мяса говядины	100	14,55	16,79	2,89		221,00		0,03		2,61	21,81	154,15	22,03													3,06
389(2017)	Сок фруктовый пп	200	1,00		19,80		84,80		4,00		0,20	14,00	14,00	8,00													2,80
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32		93,52		0,04		0,52	9,20	34,80	13,20													0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82		68,97		0,04		0,27	6,90	31,80	7,50													0,93
338(2017)	Яблоки свежие	120	0,44	0,44	11,78		51,70		11,00		0,22	17,60	12,00	9,90													2,42
	Итого:		29,29	26,55	116,25		851,70		36,06	30,00	15,15	133,94	342,83	97,30													11,36

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п.п.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б		Ж		У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
			4	5	6	7	8	9										10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
	Завтрак	5	0,04	3,63	0,065	33,00		20,00	0,06	1,20	1,50			0,01				
14(2017)	Масло сливочное (порциями)	140/50/10	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	0,300	126,60	92,80	15,40	0,41				
378(2017)	Чай с молоком	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,050	15,000		4,41	24,0	16,5	13,50	3,300				
338(2017)	Яблоки свежие	150/60	32,52	26,91	51,420	579,00	0,13	0,99	110,70	4,41	422,10	470,64	55,02	1,14				
219(2017)	Сырники из творога со сливочным молоком	200	5,80	5,00	8,400	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20				
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20				
ПП	Молоко ультрапастеризованное для дет питания	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0,52	9,20	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
ПП	Батон йодированный		49,44	42,89	119,41	1062,12	0,38	20,52	220,70	5,29	1071,10	980,24	153,12	5,70				
	Итого:																	
	Обед	250	1,98	2,71	12,11	85	0,09	8,25		1,23	26,7	55,98	22,78	0,88				
101(2017)	Суп картофельный с крупой (пшено)	60	0,66	0,12	2,280	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54				
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04				
312(2017)	Пюре картофельное	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,050	32,77		2,910	10,5	138,9	25,03	2,210				
268(2017)	Биточки из мяса говядины	200	1,00	19,800	84,80	46,76	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
389(2017)	Сок фруктовый пп	20	1,58	0,20	9,66	45,98	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22				
ПП	Хлеб пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,62				
ПП	Хлеб ржаной																	
	Итого:		22,41	30,84	82,52	712,04	1,402	40,56	82,77	5,44	110,44	350,1	106,82	8,31				

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017)

День: вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
ПП	Икра кабачковая п/п	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20		1,90	0,25
14(2017)	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,055	1,20	1,50		0,01
211(2017)	Омлет с сыром	150	19,50	3,45	2,77	304,64	0,11	0,27	340,14	0,90	284,51	339,73	23,74	2,99
382(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22	124,56	21,34	0,48
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,62
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20
338(2017)	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
	Итого:		34,93	21,22	77,09	820,34	0,35	23,22	424,54	1,96	742,93	722,29	106,68	8,29
	ОБЕД													
71(2017)	Нарезка из соленых огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94			10,20	18,00	8,40	0,30
112(2017)	Суп с макаронными изделиями и картофелем, на п/б	250	2,69	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13
291(2017)	Плов из мяса птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,170	7,82	33,52	0,650	43,20	226,60	64,56	2,23
349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
389(2017)	Сок фруктовый п/п	200	1,00	1,00	19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого:		31,22	15,43	146,57	856,40	0,88	23,70	33,52	3,15	143,56	406,75	151,21	8,49

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Б1	С	А		Е	Са	Р	Mg	Fe	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
	З а в т р а к																		
182(2004)	Каша жидкая молочная пшеничная	150	5,44	8,50	26,86	206,63	0,14	0,85	42,05	0,15	100,12	133,67	34,51	0,89					
15(2017)	Сыр порциями	20	4,64	5,90		71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20					
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01					
376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28					
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0,60	40,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	0,52	248,00	184,00	28,00	0,20					
	Итого:		19,15	23,45	69,65	566,81	0,23	1,62	154,05	0,83	545,62	456,77	84,11	2,02					
	ОБЕД																		
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,40	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54					
102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на п/б	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	88,1	35,58	2,05					
139(2017)	Капуста тушеная	150	3,11	4,86	14,15	112,65	0,04	25,74		2,60	83,18	60,21	30,98	1,20					
268(2017)	Котлета из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21					
349(2017)	Компот из смеси сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66					
338(2017)	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93					
	Итого:		28,28	30,12	123,03	892,79	1,33	57,76	32,77	9,47	215,70	399,87	160,06	11,33					

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов"или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: четверг
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимне-весенний
Возрастная категория: 7-11 лет

№ реч.	Наименование блюда	Масса порций(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
															4	5	6	8	9	10
1	2	3																		
181(2004)	Завтрак	150	4,36	7,62	23,12	179,21	0,06	0,84	41,41	0,37	95,51	84,39	14,49	0,34						
14(2017)	Каша молочная овсяная	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01						
377(2017)	Масло сливочное	190/107	0,13	0,02	15,200	62,00		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36						
ПП	Чай с лимоном	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20						
ПП	Йогурт фасовки 0,2	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0,60	40,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44						
	Батон йодированный																			
	Итого:		13,49	16,67	66,11	469,73	0,14	4,87	141,41	0,96	368,11	309,09	58,09	1,35						
ПП	ОБЕД																			
88(2017)	Икра кабачковая пром пром-ва	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20	49	1,90	0,25						
312(2017)	Щи из свежей капусты, картофеля на п/п	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0,063	15,78		2,35	425	87,03	22,13	0,83						
234(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04						
593(2004)	Котлеты или биточки рыбные (минтай)	100	10,60	8,74	14,67	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27						
338(2017)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12						
388(2017)	Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,760	53,28	0,03	12,00		0,24	19,20	13,20	10,80	2,64						
ПП	Сок фруктовый п/п	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80						
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44						
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93						
	Итого:		22,95	29,93	112,74	823,59	1,47	56,03	80,78	8,10	592,57	382,73	127,53	10,32						

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соевых томатов" заменяется на "Нарезку из соевых огурцов" или "Нарезку из соевых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П. Могилынский, 2017г)

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
181(2004)	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	4,36	7,65	23,12	179,21	0,06	0,84	41,41	0,37	95,51	84,39	14,49	0,34	
14(2017)	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
379(2017)	Кофейный напиток с молоком	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Йогурт фасовка 0,2	200	5,80	5,00	8,400	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		16,53	19,36	66,86	508,33	0,18	2,74	121,41	0,95	479,69	354,69	69,69	1,12	
47(2017)	Калуга кашеная	60	1,02	0,10	5,07	51,00	0,01	11,89		9,24	31,35	20,37	9,61	0,40	
99(2017)	Суп из овощей на п/б	250	1,59	4,99	9,15	95,25	0,08	10,38		2,33	34,85	49,28	20,75	0,78	
171(2017)	Каша вязкая рисовая со слив маслом	150	2,48	4,03	25,69	148,92	0,02			0,19	3,99	53,72	17,40	0,36	
297(2017)	Фрикадельки куриные	110	12,01	17,92	7,09	237,65	12,01	7,09	237,65	12,01	42,37	93,71	12,62	1,00	
349(2017)	Компот из смеси сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
338(2017)	Яблоко свежее	130	0,52	0,52	12,67	57,41	0,043	12,93		0,26	20,69	14,22	11,63	2,84	
	Итого:		23,08	28,38	124,22	878,88	12,73	42,98	237,65	24,84	180,21	311,87	114,98	7,41	

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из солёных помидор" заменяется на "Нарезку из солёных огурцов" или "Нарезку из солёных помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

П Р И М Е Ч А Н И Е:

1. Говядина - отрубы из мяса говядины бескостные

2. Птица - тушки цыплят-бройлеров охлажденные 1 категории

3. Йодообогащенные продукты : соль йодированная (соль поваренная обогащена калиййодом, массовая доля йода $(40,0 \pm 15,0) \cdot 10^4$ мг)
Хлебобулочное изделие обогащенное йодказеином (содержание йода 0,033 мг на 100г готовой продукции)

4. С - витаминизация III блюод

5. * - с 1 ноября "Нарезка из свежих томатов" заменяется на "Нарезку из квашеных томатов" (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

6. * - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" заменяется на "Нарезку из квашеных огурцов"(рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

7. С 1 марта овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) используются только после термической обработки

УТВЕРЖДАЮ:

Исполняющий обязанности

директора МБУ «ОС МУ



В.Н.Кричковский

2022 г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

**ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
И ДЕТЕЙ ИНВАЛИДОВ С 5 ПО 11 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЯХ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
НОВОКУБАНСКИЙ РАЙОН**

в 2021-2022 г.г.

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Завтрак														
223(2017)	Запеканка из творога со сметаной	200	20,05	13,66	63,20	456,75	0,68	2,36	83,48	98,15	183,85	250,65	35,48	1,22	
377(2017)	Чай с лимоном	190/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		29,14	19,08	106,12	612,27	0,76	5,79	83,48	98,68	455,25	473,85	79,08	2,22	
	ОБЕД														
101(2017)	Суп картофельный с рисовой крупой на п/б	250	1,98	2,71	12,11	85	0,09	8,25		1,23	26,7	55,98	22,78	0,88	
312(2017)	Пюре картофельное со сливочным маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04	
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	
234(2017)	Бытчки рыбные	100	10,60	8,74	14,67	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27	
389(2017)	Сок фруктовый п/п	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
	Итого:		22,19	21,45	100,98	698,73	1,457	40,84	70,64	7,07	155,5	383,3	124,54	7,9	

* - с 1ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов"или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ реч.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	7		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
ПП	Икра кабачковая п/л	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20			0,25		
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01		
210(2017)	Омлет натуральный	165	16,17	28,80	3,06	336,00	0,12	0,30	376,50	0,87	119,58	261,90	18,72	3,06		
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44		
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,62		
332(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22		21,34	0,48		
ПП	Йогурт фасовка 0,2	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20		
	Итого:		31,00	45,97	62,68	785,10	0,31	8,25	460,90	1,63	554,00	503,40	88,16	5,06		
	ОБЕД															
70(2017)	Нарезка из соленых огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94			10,20	18,00	8,40	0,30		
	Суп с макаронными изделиями и картофелем, на п/б	250	2,69	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13		
291(2017)	Плов из мяса птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23		
349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66		
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44		
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93		
	Итого:		30,22	15,43	126,77	771,60	0,86	19,70	33,52	2,95	129,56	392,75	143,21	5,69		

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ реч.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
	З а в т р а к																	
120(2017)	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,28	2,85	10,77	90,00	0,05	0,50	19,80	0,23	97,80	82,13	16,01	0,39				
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,01	0,14	20,00	0,06	1,20	1,50		0,01				
15(2017)	Сыр порциями	20	4,64	5,90		71,66		2,83	52,00	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20				
377(2017)	Чай с лимоном	190/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,04			0,52	9,20	4,40	2,40	0,36				
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,05		29,25	0,59	18,45	39,15	6,75	0,45				
ПП	Печенье	45	3,83	5,09	31,37	186,53	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20				
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,19	4,07	161,05	1,51	564,85	445,98	73,36	2,05				
	Итого:		20,88	22,89	85,13	638,71												
	О Б Е Д																	
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54				
102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на п/б	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	88,1	35,59	2,05				
279(2017)	Тедтели 2-й вариант	90	6,86	7,63	8,69	130,68	0,05	0,38	30,36	0,42	21,77	76,51	19,79	0,63				
303(2017)	Каша вязкая гречневая, со сливочным маслом	150	4,42	4,84	19,84	140,65	0,11			0,33	8,16	105,24	69,63	2,34				
593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12				
389(2017)	Сок фруктовый пл	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93				
	Итого:		23,80	20,10	103,40	704,10		21,11	40,50	4,68	119,88	374,86	168,64	9,85				

* - с 1-ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов"или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	З а в т р а к														
182(2017)	Каша жидкая молочная рисовая	150	3,64	7,65	23,90	179,30	0,04	0,83	41,40	0,15	92,90	98,70	21,51	0,33	
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		15,81	19,36	67,64	508,42	0,16	2,73	121,40	0,73	477,08	369,00	76,71	1,11	
	ОБЕД														
ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20		1,90	0,25	
88(2017)	Щи из свежей капусты и картофеля	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0,063	15,78		2,35	425	49	22,13	0,83	
312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04	
229(2017)	Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	130	12,68	6,44	4,94	136,50	0,07	4,85	7,57	3,28	50,79	210,85	63,09	1,11	
349(2017)	Компот из смеси сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
	Итого:		23,64	25,74	99,75	743,76	1,88	44,89	57,57	6,68	583,61	427,45	157,50	5,26	

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соевых томатов" заменяется на "Нарезку из соевых огурцов"или "Нарезку из соевых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: пятница
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ реч.	Наименование блюда	Масса порций(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Завтрак														
181(2017)	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	4,36	7,65	23,12	179,21	0,06	0,84	41,41	0,37	95,51	84,39	14,49	0,34	
ПП	Батон поджаренный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,10	
376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		13,43	16,70	65,91	467,73	0,14	1,47	101,41	0,95	365,01	307,49	57,09	1,36	
	ОБЕД														
47(2017)	Капуста квашеная	60	1,02	0,10	5,07	51,00	0,01	11,89		9,24	31,35	20,37	9,61	0,40	
101(2017)	Суп картофельный с перловой крупой на п/б	250	1,98	2,71	12,11	85	0,09	8,25		1,23	26,7	55,98	22,78	0,88	
202/203(2017)	Макаронные отварные, со сливочным маслом	150	5,46	5,78	30,46	195,71	0,06		30,00	0,86	6,38	19,73	4,28	0,43	
260(2017)	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	0,03	0,92		2,61	21,81	154,15	22,03	3,06	
389(2017)	Сок фруктовый п/л	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
338(2017)	Яблоко свежее	120	0,44	0,44	11,78	51,70	0,0333	11,00		0,22	17,60	12,00	9,90	2,42	
			29,29	26,55	116,25	851,70	0,33	36,06	30,00	15,15	133,94	342,83	97,30	11,36	

* - с 1-ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ реч.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	З а в т р а к														
219(2017)	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/60	32,52	26,91	51,420	579,00	0,13	0,99	110,70	4,41	422,10	470,64	55,02	1,14	
378(2017)	Чай с молоком	140/50/10	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00		126,60	92,80	15,40	0,41	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	4,99	248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		43,04	37,29	95,11	888,52	0,25	2,92	180,70	4,99	807,10	783,74	111,62	2,20	
70(2017)	О б е д														
	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,2	0,04	10,5		0,42	8,4	15,6	12	0,54	
101(2017)	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	1,98	2,71	12,110	85,00	0,09	8,25		1,23	26,70	55,98	22,78	0,88	
268(2017)	Биточки из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,810	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21	
312(2017)	Пюре картофельное со сливочным маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04	
389(2017)	Сок фруктовый п/л	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
	Итого:		24,55	31,15	97,12	781,79	1,442	40,56	82,77	5,79	117,34	378,1	115,92	8,84	

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" или "Нарезка из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Мg	Fe	15					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	Завтрак																			
ПП	Икра кабачковая п/п	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20			1,90						
382(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22	124,56	21,34	0,48						
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01						
211(2017)	Омлет с сыром	150	19,50	3,45	2,77	304,64	0,11	0,27	340,14	0,90	284,51	339,73	23,74	2,99						
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20						
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44						
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,62						
	Итого:		34,33	20,62	62,39	753,74	0,30	8,22	424,54	1,66	718,93	705,79	93,18	4,99						
	ОБЕД																			
70(2017)	Нарезка из соленых огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94			10,20	18,00	8,40	0,30						
	Суп с макаронными изделиями и картофелем,																			
112(2017)	на п/б	250	2,69	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13						
291(2017)	Плов из птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23						
389(2017)	Сок фруктовый п/п	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80						
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44						
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93						
	Итого:		30,60	15,34	116,16	730,24	0,40	23,01	33,52	3,13	112,70	392,78	128,94	7,83						

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов" (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимне-весенний
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Завтрак														
182(2017)	Каша жидкая молочная пшеничная	150	5,44	8,50	26,86	206,63	0,14	0,85	42,05	0,15	100,12	133,67	34,51	0,89	
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03							
15(2017)	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90		71,66	0,01	0,14	52,00	0,10	116,00	2,80	1,40	0,28	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0,60	40,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00	0,52	248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		19,15	23,45	69,65	566,81	0,23	1,62	154,05	0,83	545,62	456,77	84,11	2,02	
70(2017)	Нарезка из соленых томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,2	0,04	10,5		0,42	8,4	15,6	12	0,3	
102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на п/б	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	88,1	35,58	2,05	
139(2017)	Калуста тушеная	150	3,11	4,86	14,15	112,65	0,04	29,74		2,60	83,18	60,21	30,98	1,20	
338(2017)	Яблочки свежие	150	0,60	0,60	14,700	66,60	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30	
268(2017)	Котлета из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21	
349(2017)	Компот из смеси сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
	Итого:		27,62	30,00	120,75	879,59	0,93	47,26	32,77	9,05	207,30	384,27	148,06	10,79	

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соленых томатов" заменяется на "Нарезку из соленых огурцов"или "Нарезку из соленых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимне-весенний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Завтрак														
182(2017)	Каша жидкая молочная овсяная	150	5,67	9,30	24,85	206,63	0,15	0,85	42,05	0,51	110,75	166,97	43,98	1,24	
14(2017)	Масло сливочное порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50	2,40	0,01	
377(2017)	Чай с лимоном	190/107	0,13	0,02	15,20	62,00		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Йогурт фасовка	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
	Итого:		14,80	18,35	67,84	497,15	0,23	4,28	102,05	1,10	383,35	391,67	87,58	2,25	
	ОБЕД														
ПП	Икра кабачковая пром. произ-ва	60	0,63	4,38	4,38	56,00	0,03	5,76			19,20		1,90	0,25	
88(2017)	Щи из свежей капусты, картофелем на п/п	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0,063	15,78		2,35	425	49	22,13	0,83	
312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04	
234(2017)	Котлеты или биточки рыбные (минтай)	100	10,60	8,74	14,67	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27	
593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12	
389(2017)	Сок фруктовый п/п	200	1,00		19,80	84,80	0,22	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,90	
338(2017)	Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,03	12,00		0,24	19,20	13,20	10,80	2,64	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
	Итого:		22,95	29,93	112,74	823,59	1,66	56,03	80,78	8,10	592,57	382,73	127,53	10,32	

* - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" или "Нарезка из соевых томатов" заменяется на "Нарезку из соевых огурцов" или "Нарезку из соевых помидор" выход 60 гр (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)

П Р И М Е Ч А Н И Е :

1. Говядина - отрубы из мяса говядины бескостные
2. Птица - тушки цыплят-бройлеров охлажденные 1 категории
3. Йодообогащенные продукты : соль йодированная (соль поваренная обогащенная калиййодом, массовая доля йода $(40,0 \pm 15,0) * 10^4$ мг)
Хлебобулочное изделие обогащенное йодказеином (содержание йода 0,033 мг на 100г готовой продукции)
4. С - витаминизация Ш блюд
5. * - с 1 ноября "Нарезка из свежих томатов" заменяется на "Нарезку из квашеных томатов" (рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)
6. * - с 1 ноября "Нарезка из свежих огурцов" заменяется на "Нарезку из квашеных огурцов"(рецептура №70, сборник М.П.Могильный, 2017г)
7. С 1 марта овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) используются только после термической обработки