|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю:  Директор  Асбестовская СКОШИ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л. М. Салимзянова |

**Двухнедельное меню и пищевая ценность**

**приготовляемых блюд для питания школьников (приходящие учащиеся)**

Государственного казенного специального (коррекционного) образовательного учреждения Свердловской области для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Асбестовская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа – интернат»

**на 2015/2016 учебный год (по сборнику рецептур 2006 г.).**

Неделя: первая/третья

Сезон: осенне- зимне - весенний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет **День: понедельник**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  по сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 93 | Каша «Дружба» | 150 | 4,89 | 6,24 | 26,31 | 180,81 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | 2,56 | 0,30 | 18,02 | 118,00 |
|  | Масло сливочное | 10 | 0,20 | 14,50 | 0,28 | 132,40 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | 2,1 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | **9,75** | **22,92** | **57,01** | **517,32** |
| **ОБЕД** | 42 | Суп картофельный с рыбой | 200 | 10,56 | 3,28 | 8,36 | 92,99 |
| 236/158 | Бефстроганов из мяса говядины с соусом | 120 | 21,72 | 25,11 | 3,85 | 325,69 |
| 204 | Рожки отварные | 150 | 5,52 | 5,28 | 35,31 | 211,08 |
| 221 | Морковь отварная | 60 | 0,68 | 2,25 | 3,74 | 39,89 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | 4,56 | 0,75 | 28,02 | 138,60 |
| 253 | Компот изюм, курага | 200 | 0,33 | - | 22,66 | 91,98 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | **48,97** | **43,07** | **111,34** | **1018,23** |
| **ПОЛДНИК** | х/к-т | Булочка с сыром | 100/15 | 7,74 | 6,49 | 48,17 | 282,17 |
|  | Сок | 200 | - | - | 12,00 | 48,00 |
| **ИТОГО:** | | |  | **7,74** | **6,49** | **60,17** | **330,17** |
| **ИТОГО за день:** | | |  | **66,46** | **72,48** | **228,52** | **1865,72** |

Неделя: первая/третья

Сезон: осенне -зимне - весенний

Возрастная категория: с 7 до11 лет **День: вторник**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  по сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 124 | Запеканка из творога | 170 | | 33,12 | 13,73 | 32,98 | 387,86 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 30 | | 1,54 | 0,18 | 10,82 | 70,00 |
| 299/271 | Чай с сахаром | 200 | | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **36,76** | **15,79** | **56,2** | **543,97** |
| **ОБЕД** | 60 | Рассольник домашний со сметаной | 200 | | 4,02 | 9,04 | 25,90 | 119,68 |
| 147 | Рыба припущенная | 80 | | 7,47 | 2,23 | 3,82 | 65,09 |
| 224/201 | Рис отварной | 150 | | 3,87 | 5,07 | 40,26 | 225,18 |
|  | Морская капуста | 60 | | 0,80 | - | 3,10 | 80,0 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 138,60 |
| 289/261 | Напиток из шиповника | 200 | | 0,68 | 0,11 | 21,01 | 46,87 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **27,00** | **23,39** | **313,51** | **793,42** |
| **ПОЛДНИК** | 304/312 | Пирожок с капустой | 60 | | 4,64 | 3,89 | 28,9 | 169,3 |
| 274/247 | Кисель | 200 | | - | - | 29,02 | 116,79 |
|  | Фрукт свежий | 200 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **5,04** | **4,29** | **67,72** | **333,09** |
| **ИТОГО за день:** | | | |  | **68,8** | **43,47** | **437,43** | **1670,48** |

Неделя: первая/третья

Сезон : осенне -зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: среда**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  По сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | | жиры | | | | | углеводы | |
| **ЗАВТРАК** | 102 | Каша пшенная | 150 | 4,53 | | 5,43 | | | | | 25,71 | | 170,37 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | 2,56 | | 0,30 | | | | | 18,02 | | 118,00 |
|  | Масло сливочное | 10 | 0,20 | | 14,50 | | | | | 0,28 | | 132,40 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | 2.10 | | 1.88 | | | | | 12.40 | | 86.21 |
| **ИТОГО:** | | |  | **9,39** | **22,11** | | | | | **56,41** | | | **506,98** |
| **ОБЕД** | 27 | Борщ со сметаной | 200 | 1,52 | | 5,32 | | | | | 8,64 | | 88,88 |
| 212/192 | Кура отварная | 80 | 26,02 | | 26,02 | | | | | 1,38 | | 346,68 |
| 214 | Картофель отварной | 150 | 5,8 | | 9,38 | | | | | 36,28 | | 243,28 |
| 4 | Салат из свежей капусты до 29.02.2016 | 60 | 0,50 | | 3,03 | | | | | 3,19 | | 42,01 |
| 221 | Капуста отварная с 01.03.2016 | 60 | 0,68 | | 2,25 | | | | | 3,74 | | 39,86 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | 4,56 | | 0,54 | | | | | 28,02 | | 138,60 |
| 265 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,07 | | 0,01 | | | | | 15,31 | | 61,62 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | 5,6 | | 6,4 | | | | | 9,4 | | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | **44,75** | | | **52,95** | | | | | **105,96** | **1078,93** |
| **ПОЛДНИК** | х/к-т | Булочка с сыром | 100/15 | 7,6 | | 0,90 | | | | | 46,7 | | 231,00 |
|  | Сок | 200 | - | | - | | | | | 12,00 | | 48,00 |
| **ИТОГО:** | | |  | **7,6** | | | **0,90** | | **58,7** | | | | **279,00** |
| **ИТОГО за день:** | | |  | **61,74** | | | | **75,96** | | | | **221,07** | **1864,91** |

Неделя: первая/третья

Сезон: осенне -зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет  **День: четверг**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  По сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 117/132 | Омлет натуральный | 200 | 17,9 | 27,75 | 4,61 | 340,12 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 30 | 1,54 | 0,18 | 10,82 | 70,00 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | **21,54** | **29,81** | **27,83** | **496,23** |
| **ОБЕД** | 37 | Суп картофельный с горохом | 200 | 1,87 | 3,11 | 10,76 | 79,03 |
| 148/163 | Жаркое по-домашнему | 200 | 42,5 | 23,0 | 46,46 | 568,1 |
| 28/22 | Свекла с чесноком | 60 | 1,40 | 10,08 | 9,22 | 133,28 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 138,60 |
| 253 | Компот изюм, курага | 200 | 0,56 | - | 27,89 | 113,73 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | **56,49** | **43,13** | **131,75** | **1150,74** |
| **ПОЛДНИК** | 304 | Сэндвич с колбасой | 35/60 | 7,74 | 6,49 | 48,17 | 282,17 |
| 247 | Кисель | 200 | - | - | 29,02 | 116,79 |
|  | Свежий фрукт (яблоко, банан, груша) | 200 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **ИТОГО:** | | |  | **8,14** | **6,89** | **86,99** | **445,96** |
| **ИТОГО за день:** | | |  | **86,17** | **79,83** | **246,57** | **2092,93** | |

Неделя: первая/третья

Сезон: осенне-зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: пятница**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  По сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 95 | Каша молочная гречневая | 150 | 5,94 | 6,15 | 26,34 | 184,62 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | 2,56 | 0,30 | 18,02 | 118,00 |
|  | Масло сливочное | 10 | 0,20 | 14,50 | 0,28 | 132,40 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | **10,08** | **22,83** | **57,04** | **521,13** |
| **ОБЕД** | 51/67 | Суп пюре овощной с гренками | 200/20 | 2,31 | 4,00 | 10,42 | 86,92 |
| 171 | Шницель из говядины | 80 | 12,21 | 13,40 | 6,56 | 202,00 |
| 241/216 | Пюре картофельное | 150 | 3,18 | 6,06 | 23,28 | 160,44 |
| 246 | Овощи свежие (огурец, помидор) | 80 | 0,6 | 8,00 | 2,00 | 93,00 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 138,60 |
| 274/247 | Кисель | 200 | - | - | 29,02 | 116,79 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | **28,46** | **38,4** | **108,7** | **915,75** |
| **ПОЛДНИК** | х/к-т | Булочка с сыром | 100/15 | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,00 |
|  | Сок-нектар фруктовый | 200 | - | - | - | - |
| **ИТОГО:** | | |  | **7,6** | **0,90** | **46,7** | **231,00** |
| **ИТОГО за день:** | | |  | **46,14** | **62,13** | **212,44** | **1667,88** | |

Неделя: первая/третья

Сезон: осенне- зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: суббота**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  по сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 93 | Каша «Дружба» | 150 | 4,89 | 6,24 | 26,31 | 180,81 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | 2,56 | 0,30 | 18,02 | 70 |
|  | Масло сливочное | 10 | 0,20 | 14,50 | 0,28 | 132,40 |
| 299/271 | Чай с сахаром | 200 | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | **9,75** | **22,92** | **57,01** | **469,32** |

Неделя: вторая/четвертая

Сезон: осенне - зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: понедельник**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  По сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 96 | Каша манная молочная | 150 | | 7,24 | 7,21 | 40,74 | 256,81 |
|  | Масло сливочное | 10 | | 0,2 | 14,5 | 0,28 | 66 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 118,00 |
| 247 | Чай с сахаром | 200 | | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **14,1** | **24,13** | **81,44** | **526,92** |
| **ОБЕД** | 37 | Суп картофельный с горохом | 200 | | 1,87 | 3,11 | 10,76 | 79,03 |
| 173 | Плов из мяса говядины | 200 | | 24,33 | 20,69 | 33,71 | 418,37 |
| 221 | Морковь отварная | 60 | | 0,68 | 2,25 | 3,74 | 39,89 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 138,60 |
| 253 | Компот изюм, курага | 200 | | 0,56 | - | 27,89 | 113,73 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **37,6** | **32,99** | **113,52** | **907,62** |
| **ПОЛДНИК** | х/к-т | Булочка с сыром | 100/15 | | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,00 |
|  | Сок-нектар фруктовый | 200 | | - | - | 11 | 44 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **7,6** | **0,90** | **57,7** | **275,00** |
| **ИТОГО за день:** | | | |  | **59,3** | **58,02** | **252,66** | **1709,54** |

Неделя: вторая/четвертая

Сезон: осенне -зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: вторник**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  по сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 124 | Запеканка из творога | 170 | | 33,12 | 13,73 | 33,98 | 387,86 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 30 | | 1,54 | 0,18 | 10,82 | 70,00 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | | 2,40 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **37,06** | **15,79** | **57,2** | **543,97** |
| **ОБЕД** | 60 | Рассольник домашний | 200 | | 40,2 | 9,04 | 25,90 | 119,68 |
| 147 | Рыба припущенная | 80 | | 9,33 | 2,78 | 4,77 | 81,36 |
| 204 | Рожки отварные | 150 | | 5,52 | 5,28 | 35,31 | 211,08 |
| 9 | Салат из свежей моркови (до 29.02. 2016) | 60 | | 0,84 | 5,06 | 5,32 | 70,02 |
|  | Морская капуста (с 01.03.2016) | 60 | | 0,80 | - | 3,10 | 80,0 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,00 |
| 247 | Кисель плодово-ягодный | 200 | | 1,36 | - | 29,02 | 116,19 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **71,25** | **29,46** | **159,52** | **1027,33** |
| **ПОЛДНИК** | 304 | Пирожок с повидлом | 60 | | 4,64 | 3,89 | 28,9 | 169,3 |
| 261 | Напиток из шиповника | 200 | | 0,68 | - | 21,01 | 46,87 |
|  | Фрукт свежий (яблоко, банан, груша) | 200 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **5,72** | **4,29** | **59,71** | **263,17** |
| **ИТОГО за день:** | | | |  | **114,03** | **49,54** | **276,43** | **1834,47** |

Неделя: вторая/четвертая

Сезон: осенне -зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: среда**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  по сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 220/100 | Каша геркулесовая | 150 | | 6,33 | 8,9 | 25,49 | 207,38 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 118 |
|  | Масло сливочное | 10 | | 0,20 | 14,50 | 0,28 | 132,40 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | | 2,79 | 2,55 | 13,27 | 87,25 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **13,88** | **26,49** | **67,06** | **545,03** |
| **ОБЕД** | 42 | Суп картофельный с рыбой  (минтай, горбуша) | 200 | | 13,21 | 4,11 | 6,7 | 116,24 |
| 212/192 | Курица отварная | 80 | | 26,02 | 26,02 | 1,38 | 346,68 |
| 214 | Картофель отварной | 150 | | 4,1 | 9,2 | 36,2 | 243 |
| 22 | Свекла с чесноком | 60 | | 1,4 | 10,08 | 9,22 | 133,28 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,00 |
| 265 | Чай с лимоном | 200/7 | | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **58,00** | **56,72** | **124,91** | **1249,82** |
| **ПОЛДНИК** | х/к-т | Булочка с сыром | 100/15 | | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,0 |
|  | Сок-нектар фруктовый | 200 | | - | - | 11 | 44 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **7,6** | **0,90** | **57,7** | **275** |
| **ИТОГО за день:** | | | |  | **79,48** | **84,11** | **249,67** | **2069,85** |

Неделя: вторая/четвертая

Сезон: осенне -зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: четверг**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  По сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 117 | Омлет натуральный с маслом | 200 | | 17,9 | 27,75 | 4,61 | 340,12 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 30 | | 1,54 | 0,18 | 10,82 | 70,00 |
| 295/268 | Чай с сахаром | 200 | | 2,79 | 2,55 | 13,27 | 87,25 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **22,23** | **30,48** | **28,7** | **497,37** |
| **ОБЕД** | 44 | Суп молочный с гречкой | 200 | | 7,95 | 6,07 | 18,63 | 148,55 |
| 148/163 | Жаркое по-домашнему | 200 | | 42,5 | 23,0 | 46,46 | 568,1 |
| 24 | Морковь отварная | 60 | | 0,68 | 2,25 | 3,74 | 39,89 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 138,60 |
| 253 | Компот изюм, курага | 200 | | 0,56 | - | 27,89 | 113,73 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **68,85** | **38,26** | **134,14** | **1126,87** |
| **ПОЛДНИК** | 304/312 | Пирожок с капустой | 60 | | 4,64 | 3,89 | 28,9 | 169,3 |
| 247 | Кисель | 200 | | 1,36 | - | 29,02 | 116,19 |
|  | Фрукт свежий (яблоко, банан, груша) | 200 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **6,4** | **4,29** | **67,72** | **332,49** |
| **ИТОГО за день:** | | | |  | **97,48** | **73,03** | **230,56** | **1956,73** |

Неделя: вторая/четвертая

Сезон: осенне - зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: пятница**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  По сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 93 | Каша «Дружба» | 150 | | 4,89 | 6,24 | 26,31 | 180,81 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный | 50 | | 4,56 | 0,54 | 28,02 | 138,60 |
|  | Масло сливочное | 10 | | 0,20 | 14,50 | 0,28 | 132,40 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **11,75** | **23,16** | **67,01** | **537,92** |
| **ОБЕД** | 27 | Борщ со сметаной | 200 | | 1,52 | 5,32 | 8,64 | 88,88 |
| 162 | Гуляш из говядины с/с | 120 | | 21,68 | 24,4 | 6,74 | 331,53 |
| 204 | Рожки отварные | 150 | | 5,52 | 5,28 | 35,31 | 211,08 |
| 246 | Овощи свежие (огурец, помидор) | 60-100 | | 47,5 | 0,07 | 1,97 | 9,25 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, ржаной | 40/40 | | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,00 |
| 283/253 | Компот из кураги, изюма | 200 | | 0,33 | - | 22,66 | 91,98 |
| 260 | Молоко Витаминизированное | 200 | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 118 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **89,75** | **42,37** | **131,42** | **1081,72** |
| **ПОЛДНИК** | х/к-т | Булочка с сыром | 100/15 | | 7,6 | 0,90 | 46,7 | 231,00 |
|  | Сок-нектар фруктовый | 200 | | - | - | 11 | 44 |
| **ИТОГО:** | | |  | | **7,6** | **0,90** | **57,7** | **275,00** |
| **ИТОГО за день:** | | | |  | **109,1** | **66,43** | **256,13** | **1894,64** |

Неделя: вторая/четвертая

Сезон: осенне - зимне - весенний

Возрастная категория: с 7- 11 лет **День: суббота**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № рец.  по сборнику | Наименование блюда,  кулинарного изделия | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| белки | жиры | углеводы |
| **ЗАВТРАК** | 103 | Каша пшенная | 150 | 4,53 | 5,43 | 25,71 | 170,37 |
| х/к-т | Хлеб пшеничный, масло сливочное | 50/10 | 2,56 | 0,30 | 18,02 | 70 |
| 271 | Чай с сахаром | 200 | 2,10 | 1,88 | 12,40 | 86,11 |
| **ИТОГО:** | | |  | **9,19** | **7,61** | **56,13** | **326,48** |

|  |  |
| --- | --- |
| Главный бухгалтер  Фельдшер I отделения  Фельдшер II отделения  Заведующая столовой  Заведующая производством | Мерзлякова Ю.С.  Мартова К.Э  Шрамкова Е.С .  Лунегова Н.В. Бутакова Т.А. |