



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы			
<b>1 неделя, 1 день - понедельник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшеничная молочная	205	6,08	7,3	34,3	227,2	0	96
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>8,78</b>	<b>8,26</b>	<b>64,38</b>	<b>365</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Суп гороховый с гречками б/м	250/10	8,8	5,9	28	208,4	5,8	139/58
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Биточек по-школьному	100	16,2	22,2	14,3	351,6	1,7	тгк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Макароны отварные	180	6,3	7,4	42,3	264,6	0	332
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>865</b>	<b>36,8</b>	<b>37,8</b>	<b>135</b>	<b>1065,8</b>	<b>8,5</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1325</b>	<b>45,58</b>	<b>46,06</b>	<b>199,38</b>	<b>1430,8</b>	<b>8,87</b>	
<b>1 неделя, 2 день- вторник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша манная молочная	205	7,3	7,3	40,7	257	0	88
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10</b>	<b>8,26</b>	<b>70,78</b>	<b>394,8</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Щи из св. капусты с картофелем б/м	250/10	5	9,2	10,7	147,13	18,5	124
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Грудка кури в соусе с томатом	100	28,1	34	4,4	435,57	4	тгк
Греча отварная (каша гречневая рассыпчатая)	180	10,4	9,4	51,12	334,8	0	508
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>835</b>	<b>48,7</b>	<b>53,6</b>	<b>114,22</b>	<b>1136,3</b>	<b>22,8</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1295</b>	<b>58,7</b>	<b>61,86</b>	<b>185</b>	<b>1531,1</b>	<b>23,17</b>	
<b>1 неделя, 3 день- среда</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша Дружба	205	6,6	8,3	35,05	241,1	0	84
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>9,3</b>	<b>9,26</b>	<b>65,13</b>	<b>378,9</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с крупой б/м	250	8,6	8,1	18,6	193,2	8,3	138
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Мясо тушеное	100	10,6	28,2	2,6	305	0,2	256
Картофельное пюре	180	3,8	8,1	26,3	196,2	21,8	520
Сдоба	50	3,9	2,4	26,15	141	0	421
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>875</b>	<b>32,1</b>	<b>47,8</b>	<b>121,65</b>	<b>1054,2</b>	<b>30,6</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1335</b>	<b>41,4</b>	<b>57,06</b>	<b>186,78</b>	<b>1433,1</b>	<b>30,97</b>	
<b>1 неделя, 4 день-четверг</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшеничная молочная	205	7,4	8,07	35,3	244	0	91
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>10,66</b>	<b>17,47</b>	<b>68,6</b>	<b>472</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Борщ из св. капусты с картофелем б/м	250/10	4,64	8,13	13,5	144,53	10,53	110
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Котлета куриная	100	22	19,6	10	309	1,2	498
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Рис отварной	180	4,5	7,4	46,3	273,6	0	511
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685

Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>865</b>	<b>36,64</b>	<b>37,43</b>	<b>120,2</b>	<b>968,33</b>	<b>12,73</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1335</b>	<b>47,3</b>	<b>54,9</b>	<b>188,8</b>	<b>1440,33</b>	<b>13,03</b>	
<b>1 неделя, 5 день-пятница</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,3	2,8	10,8	90	0,5	120
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
Печенье, пряники (весовые)	30	5,18	2,67	38,41	229		
<b>Итого за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>11,74</b>	<b>14,87</b>	<b>82,51</b>	<b>547</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>							
Суп овощной со сметаной	250/10	5,2	10,3	9,6	159,2	10,4	99
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
«Мясные колобки»	100	13,3	26,8	13,4	345	3,3	тгк
Картофельное пюре	180	3,8	8,1	26,3	196,2	21,8	520
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>835</b>	<b>27,5</b>	<b>46,2</b>	<b>97,3</b>	<b>919,2</b>	<b>35,8</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1280</b>	<b>39,24</b>	<b>61,07</b>	<b>179,81</b>	<b>1466,2</b>	<b>36,6</b>	
<b>2 неделя, 1 день –понедельник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшенная молочная	205	6,08	7,3	34,3	227,2	0	96
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>460</b>	<b>8,78</b>	<b>8,26</b>	<b>64,38</b>	<b>365</b>	<b>0,37</b>	
<b>Обед</b>							
Суп гороховый с гречками б/м	250/10	8,8	5,9	28	208,4	5,8	139/58
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Биточек по-школьному	100	16,2	22,2	14,3	351,6	1,7	тгк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Макароны отварные	180	6,3	7,4	42,3	264,6	0	332
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>865</b>	<b>36,8</b>	<b>37,8</b>	<b>135</b>	<b>1065,8</b>	<b>8,5</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1325</b>	<b>45,58</b>	<b>46,06</b>	<b>199,38</b>	<b>1430,8</b>	<b>8,87</b>	
<b>2 неделя, 2 день- вторник</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша манная молочная	205	7,3	7,3	40,7	257	0	88
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>10,56</b>	<b>16,7</b>	<b>74</b>	<b>485</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Щи из св. капусты с картофелем б/м	250/10	5	9,2	10,7	147,13	18,5	124
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Шницель по-тотемски	100	23	18	11,3	262,02	2	тгк
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Рис отварной	180	4,5	7,4	46,3	273,6	0	511
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>865</b>	<b>38</b>	<b>36,9</b>	<b>118,7</b>	<b>923,95</b>	<b>21,5</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1335</b>	<b>48,56</b>	<b>53,6</b>	<b>192,7</b>	<b>1408,95</b>	<b>21,8</b>	
<b>2 неделя, 3 день- среда</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша Дружба	205	6,6	8,3	35,05	241,1	0	84
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>9,86</b>	<b>17,7</b>	<b>68,35</b>	<b>469,1</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Суп картофельный с крупой б/м	250	8,6	8,1	18,6	193,2	8,3	138
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Мясо тушеное	100	10,6	28,2	2,6	305	0,2	256
Греча отварная (каша гречневая рассыпчатая)	180	10,4	9,4	51,12	334,8		508
Сдоба	50	3,9	2,4	26,15	141	0	421
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0

<b>Итого за обед</b>	<b>875</b>	<b>38,7</b>	<b>49,1</b>	<b>146,47</b>	<b>1192,8</b>	<b>8,8</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1345</b>	<b>48,56</b>	<b>66,8</b>	<b>214,82</b>	<b>1661,9</b>	<b>9,1</b>	
<b>2 неделя, 4 день-четверг</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ без проживания)</b>							
Каша пшеничная молочная	205	7,4	8,07	35,3	244	0	91
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Бутерброд с маслом	40/10	3,06	9,4	18,3	170	0	1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>470</b>	<b>10,66</b>	<b>17,47</b>	<b>68,6</b>	<b>472</b>	<b>0,3</b>	
<b>Обед</b>							
Борщ из св. капусты с картофелем б/м	250/10	4,64	8,13	13,5	144,53	10,53	110
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	
Котлета рыбная	100	24,7	8,7	16	251,7	2,4	388
Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,4	0,7	366
Макаронны отварные	180	6,3	7,4	42,3	264,6	0	332
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>865</b>	<b>41,14</b>	<b>26,53</b>	<b>122,2</b>	<b>902,03</b>	<b>13,93</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1335</b>	<b>51,8</b>	<b>44</b>	<b>190,8</b>	<b>1374,03</b>	<b>14,23</b>	
<b>2 неделя, 5 день-пятница</b>							
<b>Завтрак (дети с ОВЗ проживания)</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,3	2,8	10,8	90	0,5	120
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Батон	40	2,5	0,96	15,08	79,8	0,07	
Печенье, пряники (весовые)	35	6,04	3,1	44,8	267,2		
<b>Итого за завтрак</b>	<b>440</b>	<b>12,04</b>	<b>6,86</b>	<b>85,68</b>	<b>495</b>	<b>0,87</b>	
<b>Обед</b>							
Суп картофельный б/м	250	4,7	4,3	15,5	130,5	11,14	104
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4		
Колбаски куриные «Цыпа»	100	19,4	12,8	12,9	242,8	1,7	гтк
Картофельное пюре	180	3,8	8,1	26,3	196,2	21,8	520
Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58	0,3	685
Хлеб дарницкий (или Тотемский)	40	2,5	0,5	16,5	80,4	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>825</b>	<b>33,1</b>	<b>26,2</b>	<b>102,7</b>	<b>788,3</b>	<b>34,94</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1265</b>	<b>45,14</b>	<b>33,06</b>	<b>188,38</b>	<b>1283,3</b>	<b>35,81</b>	
<b>Всего в среднем за 10 дней</b>		<b>47,19</b>	<b>52,45</b>	<b>192,59</b>	<b>1446,05</b>	<b>20,25</b>	
завтрак		10,24	12,51	71,24	444,38	0,44	
обед		36,9	39,9	121,3	1001,7	19,8	