





Цикличное десятидневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся общеобразовательных учреждений Волосовского района Ленинградской области в возрасте от 12 до 18 лет с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счёт средств бюджета.

Рацион: старшие школьники (2 вариант з+об) с 01.09.2024 г.

День: 1

				Неделя	: 1		
Сб. рец.	N₂	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещ	ества (г)	Энерге- тическа:
	рец.		порции	Б	ж	У	ценності (ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак	вариант	No1					
2008	184 и	Каша вязкая геркулесовая молочная с	200/5	7,4	7,7	37,7	251,1
		маслом сливочным	20070	1,74	,,,	07,7	201,1
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
1того за 3	Вавтрак в	sap. №1		9	12	60,4	387,4
150	вариант	SERVICED STATE OF THE					
2008	210	Макароны с сыром	200/30	13,8	23,4	45,4	363,6
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
2008	432	Кофейный напиток с молоком	200	1,5	1,6	22,3	109,8
1того за 3	автрак в	ap. №1a		16,9	29,3	77,4	557,8
Обед (С)	VI VIII						
K/K	7405	Огурец соленый	100	0,1		0,2	1,4
2008	76	Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	250/5/5	3,9	5	10,3	113,5
2008	100 и	Суп картофельный с макаронными изделиями и курой	250/5	3,7	4,3	21,5	133,6
2008	239	Котлета рыбная (из тушки)	100	12,3	6,3	14,2	165,5
2008	335	Пюре картофельное	180	3,8	6,2	14,5	163,5
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4		35,8	146,4
K/K	5371	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,2	0,4	19,8	92,8
	бед			22,7	17,9	94,8	683,1
1010 3a O							
того за Об гого за де	нь с зав	траком №1		31,7	29,9	155,2	1070,5

День: 2 Неделя: 1

Сб. рец.	Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге- тическая
со. рец.	рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценності (ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
3207024	вариант	Not					
2008	184 и	Каша вязкая манная молочная с маслом	200/5	7,4	7,7	37,7	251,1
2000		сливочным			.,.		
2008	432	Кофейный напиток с молоком	200	1,5	1,6	22,3	109,8
K/K	5376	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,7	47
				10,5	9,5	69,7	407,9
того за	Завтрак в	ар. №1		1			
Завтрак	вариант	№1a					
1996	214	Омлет натуральный	120	12,8	21,0	2,4	249,6
К/К	3104	Зеленый горошек консервированный	20	0,9	0,1	2,1	12,3
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
		<u> </u>		15,3	25,4	27,2	398,2
Ітого за З	Вавтрак в	ap. №1a		15,3	25,4	27,2	398,2
N				15,3	25,4	27,2	398,2
W-000 1-000 1-000-0	Завтрак в УП НА В 40		100	0,8	25,4	7,4	79,3
Обед (С	УП НА В	ЫБОР)	100		20		
Обед (С 2008	УП НА В 40	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со		0,8	5	7,4	79,3
Обед (С 2008 2008	УП НА В 40 91	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной	250/5/5	0,8	5 5,2	7,4	79,3 132,9
Обед (С 2008 2008 2008	УП НА В 40 91 95 и	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной	250/5/5 250/5/5	0,8	5 5,2 5,8	7,4 17,1	79,3 132,9 112,4
Обед (С 2008 2008 2008 2008	УП НА В 40 91 95 и 314	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы	250/5/5 250/5/5 100	0,8 4,2 2,9 15,4	5 5,2 5,8 15,1	7,4 17,1 11,2 14,6	79,3 132,9 112,4 270,2
Обед (С 2008 2008 2008 2008 2008	УП НА В 40 91 95 и 314 331	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы Макаронные изделия отварные	250/5/5 250/5/5 100 180	0,8 4,2 2,9 15,4 6,6	5 5,2 5,8 15,1	7,4 17,1 11,2 14,6 34,1	79,3 132,9 112,4 270,2 224,1
Обед (С 2008 2008 2008 2008 2008 2008 K/K	УП НА В 40 91 95 и 314 331 410 и	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы Макаронные изделия отварные Кисель из клюквы, протертой с сахаром	250/5/5 250/5/5 100 180 200	0,8 4,2 2,9 15,4 6,6	5 5,2 5,8 15,1 5,6	7,4 17,1 11,2 14,6 34,1 15,5	79,3 132,9 112,4 270,2 224,1 60,3
Обед (С 2008 2008 2008 2008 2008 2008 K/K	УП НА В 40 91 95 и 314 331 410 и 5371	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы Макаронные изделия отварные Кисель из клюквы, протертой с сахаром	250/5/5 250/5/5 100 180 200	0,8 4,2 2,9 15,4 6,6 1,1 2,2	5 5,2 5,8 15,1 5,6	7,4 17,1 11,2 14,6 34,1 15,5	79,3 132,9 112,4 270,2 224,1 60,3 92,8

День: 3 Неделя: 1

							Sugara
C6 par	№ Прием пиши наименование блюда	Macca	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	
Сб. рец.	рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
		Mod					
К/К	вариант 5389	Вермишель молочная с маслом	200/5	4,7	8,9	17,6	169,8
MA	3303	сливочным	(Orange and orange an	150000			484.4
2008	433	Какао с молоком	200	3,9	3,8	25,1	151,4
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
				10,2	17	52,4	405,6
Ітого за 3	автрак в	ap. №1		1			
	вариант		220/5	7,4	9,8	49,3	289,5
2008	212	Макаронник	220/5	1,4	5,0	40,0	200,0
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом	15/5/20	5,8	6,5	9,7	121,9
	100	СЛИВОЧНЫМ	200	3,9	3,8	25,1	151,4
2008	433	Какао с молоком 200 .	200	3,3	3,0	20,1	
				17,1	20,1	84,1	562,8
1 того за 3	автрак в	ap. №1a					
Ofen (C	уп на в	HEOP)					
2011	52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	0,3	2	1,6	25,5
2011	-		100	0,0			20,0
		Cartai no obsistici o parimeri	100	0,0	_		20,0
2008	99 и	Суп картофельный с горохом и курой	250/5	3,1	4,4	9,9	91,1
		Суп картофельный с горохом и курой	250/5	3,1	4,4	9,9	91,1
2008	99 и 84	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и		1			
2008	84	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой	250/5 250/5	3,1	4,4 3,7	9,9	91,1 83,1
		Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и	250/5	3,1	4,4	9,9	91,1 83,1 564,8
2008	84	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой	250/5 250/5	3,1	4,4 3,7	9,9	91,1 83,1
2008	84 265 и	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Плов со свининой Чай с сахаром	250/5 250/5 250	3,1	4,4 3,7	9,9 8,8 49,5	91,1 83,1 564,8
2008	84 265 и 430 и	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Плов со свининой	250/5 250/5 250 200	3,1 2,9 13,4	4,4 3,7 34,8	9,9 8,8 49,5 13	91,1 83,1 564,8 51,9 92,8
2008 2008 2008 K/K	84 265 и 430 и 5371	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Плов со свининой Чай с сахаром	250/5 250/5 250 200	3,1 2,9 13,4	4,4 3,7 34,8	9,9 8,8 49,5	91,1 83,1 564,8 51,9
2008 2008 2008 K/K	84 265 и 430 и 5371	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Плов со свининой Чай с сахаром Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	250/5 250/5 250 200	3,1 2,9 13,4	4,4 3,7 34,8	9,9 8,8 49,5 13	91,1 83,1 564,8 51,9 92,8
2008 2008 2008 K/K	84 265 и 430 и 5371	Суп картофельный с горохом и курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Плов со свининой Чай с сахаром	250/5 250/5 250 200	3,1 2,9 13,4 2,2	4,4 3,7 34,8 0,4 41,6	9,9 8,8 49,5 13 19,8 93,8	91,1 83,1 564,8 51,9 92,8 826,1

День: 4 Неделя: 1

			Hara de monte produc	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энерге-
Сб. рец.	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Б	ж	У	ценность
	peu.						(ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
	вариант	Nº1	120	12,8	21	2,4	249,6
1996	214	Омлет натуральный	120	,0	040000	1000000	12.1
K/K	3104	Зеленый горошек консервированный	20	0,9	0,1	2,1	12,3
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
K/K	5376	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,7	47
				15,3	21,3	27,2	360,8
TOTO 22 3	Вавтрак в	an No1		10,0	21,0	21,2	,
1010 38 3	автрак в	ap. Na 1					
Завтпак	вариант	A STATE OF THE STA					
2011	190	Запеканка рисовая с яблоками, соус	200/30	5,4	5,6	52,1	268,7
дошк.		клюквенный					404.0
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом	15/5/20	5,8	6,5	9,7	121,9
		сливочным	***			13	51,9
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,5
				11,2	12,1	74,8	442,5
				11,2	12,1	,.	442,0
1того за 3	Завтрак в	ap. №1a		11,2	12,1	,•	442,0
				11,2	12,1		442,0
Обед (С	уп на в	ЫБОР)	100	0,4	1,8	1,5	23,8
			1777	0,4	1,8	1,5	23,8
Обед (С	уп на в	ЫБОР)	100				
Обед (С К/К 2008	УП НА В 7409 95 и	ЫБОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной	250/5/5	0,4	1,8	1,5	23,8
Обед (С К/К	УП НА В 7409	ЫБОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со	1777	0,4	1,8	1,5	23,8
Обед (С К/К 2008 2008	УП НА В 7409 95 и 91	ЫБОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной	250/5/5 250/5/5	0,4 2,9 4,2	1,8 5,8 5,2	1,5 11,2 17,1	23,8 112,4 132,9
Обед (С К/К 2008	УП НА В 7409 95 и	ЫБОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со	250/5/5	0,4	1,8	1,5 11,2 17,1 30,9	23,8
Обед (С К/К 2008 2008	УП НА В 7409 95 и 91	ЫБОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной	250/5/5 250/5/5	0,4 2,9 4,2	1,8 5,8 5,2	1,5 11,2 17,1	23,8 112,4 132,9
Обед (С К/К 2008 2008 2008	УП НА В 7409 95 и 91 258 и	ББОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Жаркое по-домашнему с курицей Компот из смеси сухофруктов	250/5/5 250/5/5 240 200	0,4 2,9 4,2 15 0,4	1,8 5,8 5,2 18,7	1,5 11,2 17,1 30,9 35,8	23,8 112,4 132,9 349 146,4
Обед (С К/К 2008 2008 2008	УП НА В 7409 95 и 91 258 и	ЫБОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Жаркое по-домашнему с курицей	250/5/5 250/5/5 240	0,4 2,9 4,2	1,8 5,8 5,2	1,5 11,2 17,1 30,9	23,8 112,4 132,9 349
Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008	УП НА В 7409 95 и 91 258 и 402	ББОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Жаркое по-домашнему с курицей Компот из смеси сухофруктов	250/5/5 250/5/5 240 200	0,4 2,9 4,2 15 0,4	1,8 5,8 5,2 18,7	1,5 11,2 17,1 30,9 35,8	23,8 112,4 132,9 349 146,4
Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008 K/K	УП НА В 7409 95 и 91 258 и 402 5371	ББОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Жаркое по-домашнему с курицей Компот из смеси сухофруктов	250/5/5 250/5/5 240 200	0,4 2,9 4,2 15 0,4 2,2 20,9	1,8 5,8 5,2 18,7 0,4 26,7	1,5 11,2 17,1 30,9 35,8 19,8	23,8 112,4 132,9 349 146,4 92,8
Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008 К/К	УП НА В 7409 95 и 91 258 и 402 5371	ББОР) Икра кабачковая (конс.) Суп из овощей со свининой и сметаной Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной Жаркое по-домашнему с курицей Компот из смеси сухофруктов	250/5/5 250/5/5 240 200	0,4 2,9 4,2 15 0,4 2,2	1,8 5,8 5,2 18,7	1,5 11,2 17,1 30,9 35,8 19,8	23,8 112,4 132,9 349 146,4 92,8 724,4

День: 5 Неделя: 1

					: 1		THE PERSON NAMED IN
Сб. рец.	Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
оо. рец	рец.	прием пищи, наименование опода	порции	Б	ж	У	ценност (ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
Завтра	к вариант	No.1		,			
2008	184 и	Каша вязкая рисовая молочная с маслом	200/5	6	7,7	43,2	267,1
		сливочным	200/5	"	1 ","	43,2	201,1
2008	432	Кофейный напиток с молоком	200	1,5	1,6	22,3	109,8
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	6,2	6,6	12,1	133,7
		сливочным		10.5			
того за	Завтрак в	ap. №1		13,7	15,9	77,6	510,6
				2			
	к вариант						
1996	214	Омлет натуральный	120	12,8	21,0	2,4	249,6
K/K	3104	Зеленый горошек консервированный	20	0,9	0,1	2,1	12,3
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
	400	Vode Surviva		4.5	4.0		
2008	432	глошенный напиток с молоком	200	7.5	1 7 6	1 22 3 1	100 8
2008	432	Кофейный напиток с молоком	200	1,5	1,6	22,3	109,8
(Contractive)			200	16,8	27,0	36,5	456,1
того за	Завтрак ва	ap. №1a	200	70,000		2005A512	
того за	Завтрак ва	ap. №1a ЫБОР)		70,000		2005A512	
того за	Завтрак ва	ap. №1a	100	70,000		2005A512	
того за	Завтрак ва	ар. №1а ЫБОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и		16,8		36,5	456,1
того за Обед (С К/К 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405	ар. №1а ЫБОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой	100	0,1	3,7	0,2	1,4 83,1
того за Обед (С К/К	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405	ар. №1а ЫБОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и	100	16,8	27,0	36,5	456,1
того за Обед (С К/К 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405	ар. №1а ЫБОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой	100	0,1	3,7	0,2	1,4 83,1
обед (С К/К 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405 84 99 и	ар. №1а ЫБОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой	100 250/5 250/5	0,1 2,9 3,1	3,7	36,5 0,2 8,8 9,9	1,4 83,1 91,1
того за с Обед (С К/К 2008 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405 84 99 и 283 / 364	ар. №1а ББОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой Тефтели (1 вар.) в томатном соусе	100 250/5 250/5 80/30	0,1 2,9 3,1 6,2	3,7 4,4 17,8	36,5 0,2 8,8 9,9 8,1	456,1 1,4 83,1 91,1 223,1
того за с Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405 84 99 и 283 / 364 331	ар. №1а ББОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой Тефтели (1 вар.) в томатном соусе Макаронные изделия отварные	100 250/5 250/5 80/30 180	0,1 2,9 3,1 6,2 6,6 0,4	3,7 4,4 17,8 5,6	36,5 0,2 8,8 9,9 8,1 34,1 35,8	456,1 1,4 83,1 91,1 223,1 224,1 146,4
того за с Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405 84 99 и 283 / 364 331 402	ар. №1а ББОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой Тефтели (1 вар.) в томатном соусе Макаронные изделия отварные Компот из смеси сухофруктов	100 250/5 250/5 80/30 180 200	0,1 2,9 3,1 6,2 6,6 0,4 2,2	3,7 4,4 17,8 5,6	36,5 0,2 8,8 9,9 8,1 34,1 35,8 19,8	456,1 1,4 83,1 91,1 223,1 224,1 146,4 92,8
того за с Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008 2008	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405 84 99 и 283 / 364 331 402 5371	ар. №1а ББОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой Тефтели (1 вар.) в томатном соусе Макаронные изделия отварные Компот из смеси сухофруктов	100 250/5 250/5 80/30 180 200	0,1 2,9 3,1 6,2 6,6 0,4	3,7 4,4 17,8 5,6	36,5 0,2 8,8 9,9 8,1 34,1 35,8	456,1 1,4 83,1 91,1 223,1 224,1 146,4
того за с Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008 2008 2008 K/К	Завтрак ва СУП НА ВІ 7405 84 99 и 283 / 364 331 402 5371	ар. №1а ББОР) Огурец соленый Щи из свежей капусты с картофелем и курой Суп картофельный с горохом и курой Тефтели (1 вар.) в томатном соусе Макаронные изделия отварные Компот из смеси сухофруктов	100 250/5 250/5 80/30 180 200	0,1 2,9 3,1 6,2 6,6 0,4 2,2	3,7 4,4 17,8 5,6	36,5 0,2 8,8 9,9 8,1 34,1 35,8 19,8	456,1 1,4 83,1 91,1 223,1 224,1 146,4 92,8

День: 6 Неделя: 2

				Неделя			
Сб. рец.	Nº	Приом пинии изимочерание блюде	Macca	Пище	вые вещ	ества (г)	Энерге- тическая
со, рец.	рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	у	ценності (ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак	вариант	Ne1				4.	
2008	184 и	Каша вязкая манная молочная с маслом	200/5	7,4	7,7	37,7	251,1
		сливочным					
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
Ітого за 3	antnay n	on Mod		9	12	60,4	387,4
	ab (pan b						
Завтрак 2012	вариант 208		000/#			1 1	
дошк.	208	Макароны, запеченные с яйцом с маслом сливочным	230/5	6,9	16,1	38,5	374,8
2008	2	Бутерброд с маслом сливочным и джемом	25/5/20	2,6	4,4	36	190,7
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
				0.5	20.5	07.7	
того за 3	автрак в	ap. №1a		9,5	20,5	87,5	617,4
	автрак в ИП на в			9,5	20,5	87,5	617,4
	автрак в /П НА В 40		100	0,8	5	7,4	79,3
Обед (С)	/П НА В	ЫБОР)	100				
Обед (С) 2008	/П НА В 40	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и	167/51	0,8	5	7,4	79,3
Обед (C) 2008 2008	/П НА В 40 91	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой	250/5	0,8 4,1 2,9	5 4,5 3,7	7,4 16,9 8,8	79,3 124,9 83,1
Обед (СУ 2008 2008 2008 2008	/П НА В 40 91 84 239	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Котлета рыбная (из тушки)	250/5 250/5 100	0,8 4,1 2,9	5 4,5 3,7 6,3	7,4 16,9 8,8	79,3 124,9 83,1 165,5
Обед (СУ 2008 2008 2008 2008 2008	/П НА В 40 91 84 239 335	БІБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Котлета рыбная (из тушки) Пюре картофельное	250/5 250/5	0,8 4,1 2,9	5 4,5 3,7	7,4 16,9 8,8	79,3 124,9 83,1
Обед (СУ 2008 2008 2008 2008	/П НА В 40 91 84 239	ЫБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Котлета рыбная (из тушки)	250/5 250/5 100	0,8 4,1 2,9	5 4,5 3,7 6,3	7,4 16,9 8,8	79,3 124,9 83,1 165,5
Обед (СУ 2008 2008 2008 2008 2008	/П НА В 40 91 84 239 335	БІБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Котлета рыбная (из тушки) Пюре картофельное	250/5 250/5 100 180	0,8 4,1 2,9 12,3 3,8	5 4,5 3,7 6,3	7,4 16,9 8,8 14,2	79,3 124,9 83,1 165,5 163,5
Обед (С) 2008 2008 2008 2008 2008 2008 2008 K/K	/П НА В 40 91 84 239 335 402 5371	БІБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Котлета рыбная (из тушки) Пюре картофельное Компот из смеси сухофруктов	250/5 250/5 100 180 200	0,8 4,1 2,9 12,3 3,8 0,4	5 4,5 3,7 6,3 6,2	7,4 16,9 8,8 14,2 14,5 35,8	79,3 124,9 83,1 165,5 163,5
Обед (С) 2008 2008 2008 2008 2008 2008 K/K	/П НА В 40 91 84 239 335 402 5371	БІБОР) Салат из квашеной капусты Рассольник Ленинградский с курой Щи из свежей капусты с картофелем и курой Котлета рыбная (из тушки) Пюре картофельное Компот из смеси сухофруктов	250/5 250/5 100 180 200	0,8 4,1 2,9 12,3 3,8 0,4 2,2	5 4,5 3,7 6,3 6,2	7,4 16,9 8,8 14,2 14,5 35,8 19,8	79,3 124,9 83,1 165,5 163,5 146,4 92,8

День: 7 Неделя: 2

	№	Macca	Пищевы	Пищевые вещества (г)				
б. рец.	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Б Ж У		ценность (ккал)	
		2	3	4	5	6	7	
0	1	2						
Завтрак	вариант !	N21	200/5	6	7,7	43,2	267,1	
2008	184 и	Каша вязкая рисовая молочная с маслом сливочным	200/5				151,4	
2008	433	Какао с молоком	200	3,9	3,8	25,1	14094.09-4.50	
К/К	5376	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,7	47	
4				11,5	11,7	78	465,5	
того за 3	Вавтрак в	ap. №1						
Завтрак 2008	вариант 204	№1а Биточки рисовые с молоком сгущенным	200/40	7,7	11,8	79,5	435,2	
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом	15/5/20	5,8	6,5	9,7	121,9	
2000					0.0	05.4	151,4	
2008	433	сливочным Какао с молоком	200	3,9	3,8	25,1	101,4	
	433		200	3,9	22,1	114,3	708,5	
2008		Какао с молоком	200	1000			088001000	
2008 1того за :	Завтрак в	Какао с молоком ар. №1а	200	1000			708,5	
2008 1того за : Обед (С	Завтрак в	Какао с молоком ар. №1а ВЫБОР)	100	1000			088001000	
2008 1того за :	Завтрак в	Какао с молоком ар. №1а	100	0,1	22,1	0,2	708,5	
2008 1того за : Обед (С	Завтрак в	Какао с молоком ар. №1а ВЫБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем,		17,4		0,2	708,5 1,4 113,5	
2008 Птого за 3 Обед (С К/К	Завтрак в СУП НА Е 7405	Какао с молоком ар. №1а ВЫБОР) Огурец соленый	100	0,1	5 5,8	114,3 0,2 10,3 11,2	708,5 1,4 113,5 112,4	
2008 Птого за : Обед (С К/К 2008	Завтрак в СУП НА Е 7405	Какао с молоком ар. №1а ВЫБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	100	0,1	5 5,8 15,1	114,3 0,2 10,3 11,2 14,6	708,5 1,4 113,5 112,4 270,2	
2008 Итого за 3 Обед (С К/К 2008	Завтрак в СУП НА Е 7405 76 95 и	Какао с молоком ар. №1а ВЫБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной	100 250/5/5 250/5/5	17,4 0,1 3,9 2,9 15,4 10,5	5 5,8	114,3 0,2 10,3 11,2 14,6 47,3	708,5 1,4 113,5 112,4 270,2 299,9	
2008 Обед (С К/К 2008 2008 2008	Завтрак в СУП НА Е 7405 76 95 и 314	Какао с молоком ар. №1а ВЫБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы	100 250/5/5 250/5/5 100	17,4 0,1 3,9 2,9 15,4 10,5 0,1	5 5,8 15,1 7,7	114,3 0,2 10,3 11,2 14,6 47,3 12,9	708,5 1,4 113,5 112,4 270,2 299,9 50,5	
2008 Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008	Завтрак в СУП НА Е 7405 76 95 и 314 323	Какао с молоком лар. №1а ВЫБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы Каша гречневая рассыпчатая	100 250/5/5 250/5/5 100 180	17,4 0,1 3,9 2,9 15,4 10,5 0,1 2,2	5 5,8 15,1 7,7	114,3 0,2 10,3 11,2 14,6 47,3 12,9 19,8	708,5 1,4 113,5 112,4 270,2 299,9 50,5 92,8	
2008 Обед (С К/К 2008 2008 2008 2008 2008	Завтрак в СУП НА Е 7405 76 95 и 314 323 439	какао с молоком пар. №1а ВыБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы Каша гречневая рассыпчатая Напиток из клюквы, протертой с сахаром	100 250/5/5 250/5/5 100 180 200	17,4 0,1 3,9 2,9 15,4 10,5 0,1	5 5,8 15,1 7,7	114,3 0,2 10,3 11,2 14,6 47,3 12,9	708,5 1,4 113,5 112,4 270,2 299,9 50,5 92,8 908,7	
2008 Обед (СК/К 2008 2008 2008 2008 2008 K/К Итого за	Завтрак в СУП НА Е 7405 76 95 и 314 323 439 5371	какао с молоком пар. №1а ВыБОР) Огурец соленый Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной Суп из овощей со свининой и сметаной Котлеты рубленые из птицы Каша гречневая рассыпчатая Напиток из клюквы, протертой с сахаром	100 250/5/5 250/5/5 100 180 200	17,4 0,1 3,9 2,9 15,4 10,5 0,1 2,2	5 5,8 15,1 7,7	114,3 0,2 10,3 11,2 14,6 47,3 12,9 19,8	708,5 1,4 113,5 112,4 270,2 299,9 50,5 92,8	

День: 8 Неделя: 2

				неделя:			
Сб. рец.	Nº	Памена пиним мамини положе блита	Macca	Пищев	вые веще	ества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)
со. рец.	рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	
0	1	2	3	4	- 5	6	7
Завтран	вариант	Ne1					
2008	184 и	Каша вязкая пшенная молочная с маслом сливочным	200/5	8,6	8,9	42,9	289,4
2008	432	Кофейный напиток с молоком	200	1,5	1,6	22,3	109,8
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/30	2,4	4,4	14,5	107,9
Aroro 22	Завтрак в	No.		12,5	14,9	79,7	507,1
Завтрак	вариант	N <u>º</u> 1a					
K/K	5389	Вермишель молочная с маслом сливочным	200/5	4,7	8,9	17,6	169,8
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
Ітого за З	Вавтрак в	ap. №1a		6,3	13,2	40,3	306,1
	УП НА В						
2011	52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	0,3	2	1,6	25,5
2008	100 и	Суп картофельный с макаронными изделиями и курой	250/5	3,7	4,3	21,5	133,6
2008	91	Рассольник Ленинградский с курой, со сметаной	250/5/5	4,2	5,2	17,1	132,9
2008	306 и	Голубцы ленивые со сметаной	240/10	16,3	39,7	18	489,3
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
К/К	5371	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,2	0,4	19,8	92,8
	бед	-		22,5	46,4	73,9	793,1
того за С	Ітого за Обед						
		траком №1		35	61,3	153,6	1300,2

День: 9

	Неделя: 2						Quanta
Сб. рец.	NΩ	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещ	ества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)
оо. рец.	рец.	прием пищи, паименование отгода	порции	Б	ж	У	
0	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак	вариант	Nº1					
2008	184 и	Каша вязкая геркулесовая молочная с	200/5	7,4	7,7	37,7	251,1
		маслом сливочным		"			
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
2008	2	Бутерброд с маслом сливочным и джемом	25/5/30	2,6	4,4	36	190,7
		джемом		10	12,1	86,7	493,7
1того за 3	автрак в	ap. №1			12,1	00,1	400,1
Завтпак	вариант	No1a					
2008	210	Макароны с сыром 200/30		13,8	23,4	45,4	363,6
2008	2	Бутерброд с маслом сливочным и	25/5/30	2,6	4,4	36	190,7
		джемом	1200000000	89999	33,555	555	SSSS ASS
2008	430 и	Чай с сахаром	200			13	51,9
Ітого за З	автрак в	ap. Ng1a		16,4	27,8	94,4	606,2
Обед (С)	WALL BOOKEN						
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	0,8	5	7,4	79,3
					850	5556	007.5
2008	84 и	Щи из свежей капусты с картофелем, свининой и сметаной	250/5/5	2,7	5,7	8,4	99
2008	76	Борщ из свежей капусты с картофелем,	250/5/5	3,9	5	10.3	113,5
STEENSON.		курой и сметаной				,.	,0
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	100	15,4	15,1	14,6	270,2
2008	335	Пюре картофельное	180	3,8	6,2	14,5	163,5
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4		35,8	146,4
1404							
K/K	5371	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,2	0,4	19,8	92,8
того за О	бед		-14	25,3	32,4	100,5	851,2
		Thayou Not		35,3	44,5	187,2	1344,9
		траком №1		41,7	60,2	194,9	1457,4
того за де	ень с зав	траком № 1а			V	***************************************	- Section # Act

День: 10 Неделя: 2

				педеля.			Энерге-
	Ne	5000	Macca	Пищевь	е вещес	тва (г)	тическая
26. рец.	peu.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)
0	1	2	3	4	5	6	7
U							
Завтрак	вариант N	91	200/5	10,8	7,7	40,8	270,4
2008	184 и	Каша вязкая пшеничная молочная с маслом сливочным	200/3			182562	151.1
2008	433	Какао с молоком	200	3,9	3,8	25,1	151,4
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	15/5/20	5,8	6,5	9,7	121,9
		CHAROLINI		20,5	18	75,6	543,7
1того за	Завтрак ва	p. №1					
		4					
	вариант М	№1a	120	12,8	21,0	2,4	249,6
1996	214	Омлет натуральный		,-		0.000	
К/К	3104	Зеленый горошек консервированный	20	0,9	0,1	2,1	12,3
2008	1	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,6	4,3	9,7	84,4
2008	432	Кофейный напиток с молоком	200	1,5	1,6	22,3	109,8
				16,8	27,0	36,5	456,1
Итого за	Завтрак ва	p. №1a					
0500 (суп на вы	JEOP)					
K/K	7405	Огурец соленый	100	0,1		0,2	1,4
		Суп картофельный с перловой крупой с	250/20	6,2	3,2	19,3	143,3
2008	92	рыбой	200/20	3/-			
2008	99 и	Суп картофельный с горохом и курой	250/5	3,1	4,4	9,9	91,1
			80/30	6,2	17,8	8,1	223,1
2008	284 / 364	Тефтели мясные с рисом в томатном соусе	80/30	0,2	17,0	0,,	
2008	331	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,6	34,1	224,1
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3		30,8	125,7
20.8V256	100		40	2,2	0,4	19,8	92,8
K/K	5371	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40				1.050-2.01
O SECTION OF	0505			21,6	27	112,3	810,4
Итого за				42,1	45	187,9	1354,1
Итого за	день с зав	втраком №1		38,4	54,0	148,8	1266,5
14	BON C 225	втраком № 1а					

⁻ Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга,СПб, Речь,2008, -200 с. под редакцией Куткиной М.Н.

Петербурга, СПб, Речь, 2008, -200 с. под редакцией куткиной м.п. - Сборник рецептур на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва ДелиПринт 2011.

Рекомендовано НИИ питания РАМН ,редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сборник технологических нормативов. Москва, Хлебпродинформ, 1996 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Москва ДелиПринт 2011.
 Рекомендовано НИИ питания РАМН ,редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

⁻ Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Москва ДелиПринт 2012. Рекомендовано НИИ питания РАМН ,редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.