

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОШ №1-п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир

Утверждаю
 Директор
 ООО «Ириклинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова

Меню приготавливаемых блюд
 Первая неделя. 1 день – понедельник
 Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне – зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Калорийность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	267,85	54-9к
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	54-1з
	Фрукт (расчет: мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49	Пром.
	чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого на завтрак:		625	18,5	16,7	81,7	545,45	
Обед:	Борщ с капустой и картофелем со сметанной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	54-2с
	Макароны отварные с маслом	200	7,80	8,20	41,68	276,50	54-1г
	Гуляш	100	9,47	4,97	4,41	100,04	54-2м
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	54-8з
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
Итого за обед:		850	30,07	25,87	121,29	841,24	
Итого за день:		1475	48,57	42,57	202,99	1386,69	
Завтрак для детей с ОВЗ:	йогурт	100	2,70	1,20	17,90	359	Пром.
Итого за завтрак:			2,70	1,20	17,90	359	
Обед для детей с ОВЗ:	Борщ с капустой и картофелем со сметанной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	54-2с
	Макароны отварные с маслом	200	7,80	8,20	41,68	276,50	54-1г
	Гуляш	100	9,47	4,97	4,41	100,04	54-2м
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	54-8з
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
Итого обед:		850	30,07	25,87	121,29	841,24	
Итого за день для детей с ОВЗ:		950	32,77	27,07	139,19	1200,24	

Согласовано

Утверждаю

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОЦ №1 п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир

Утверждаю
 Директор
 ООО «Ириклинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова

Менюготавливаемых блюд

Первая неделя. 2 день – вторник

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне - зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Калорийность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Овощи в нарезке (расчет: огурец)	30	0,2	0	0,6	3,2	54-2з
	Каша жидкая молочная кукурузная	100	2,9	2,9	16,5	103,9	54-1к
	Омлет натуральный	75	6,3	9	1,6	112,8	54-1о
	Фрукт (расчет: яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	Пром.
	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	54-21гн
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак		595	19,7	16,6	73,5	521,7	
Обед:	Суп картофельный с гречневой крупой с мясом	200	4,73	2,5	19,38	140,65	54-8с
	Плов с мясом птицы	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-11м
	салат из свежей моркови	100	1,10	7,15	4,5	88,69	54-17з
	Компот из изюма	200	0,7	-	14,5	59,7	54-3хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		790	17,95	16,91	134,68	786,28	
Итого за день:		1385	37,65	33,51	208,18	1307,98	
Завтрак для детей с ОВЗ:	Кекс	50	2,25	6,5	26,5	175	Пром.
Итого за завтрак:			2,25	6,5	26,5	175	
Обед для детей с ОВЗ:	Суп картофельный с гречневой крупой с мясом	200	4,73	2,5	19,38	140,65	54-8с
	Плов с мясом птицы	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-11м
	салат из свежей моркови	100	1,10	7,15	4,5	88,69	54-17з
	Компот из изюма	200	0,7	-	14,5	59,7	54-3хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед для детей с ОВЗ:		790	17,95	16,91	134,68	786,28	
Итого за день для детей с ОВЗ:		840	20,2	23,41	161,18	943,28	

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОШ №1 п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир

Утверждаю
 Директор
 ООО «Прикинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова

Меню приготавливаемых блюд

Первая неделя. 3 день – среда

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Калори йность	N рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	54-6к
	Фрукт (расчет: груша)	150	0,6	0,5	15,5	68,3	Пром.
	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак		620	15.6	12.4	92.2	542.2	
Обед:	Суп гороховый	200	4,73	2,5	19,38	140,65	54-8с
	Сложный гарнир	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-10м
	Котлета рыбная	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
	Овощи в нарезке (расчет: помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед		850	30.15	13.96	143.88	843.99	
Итог за день		1470	45.75	26.36	236.08	1386.19	
Завтрак для детей с ОВЗ:	Пряники	40	3,58	3,71	36,15	47	Пром.
Итого завтрак:			3.58	3.71	36.15	47	
Обед для детей с ОВЗ:	Суп гороховый	200	4,73	2,5	19,38	140,65	54-8с
	Сложный гарнир	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-10м
	Котлета рыбная	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
	Овощи в нарезке (расчет: помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		850	30.15	13.96	143.88	843.99	
Итого за день для детей с ОВЗ:		890	33.73	17.67	180.03	890.99	

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОИД №1 п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир



Утверждаю
 Директор
 ООО «Мриклинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова



Меню приготавливаемых блюд

Первая неделя. 4 день – четверг

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне- зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			калори йность	N рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Каша вязкая молочная ячневая	100	3.6	4.7	17	124.5	54-21к
	Запеканка из творога	75	14.8	5.3	10.8	150.6	54-1т
	Фрукт (расчет: мандарин)	100	0.8	0.2	7.5	35	Пром.
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
	Джем из абрикосов	10	0.1	0	7.2	29	Пром.
Итого за завтрак:		555	24.6	10.9	79.4	514.1	
Обед:	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5.2	2.8	18.5	119.6	54-7с
	Тефтеля мясная	90	17.2	3.9	12	151.8	54-8м
	гречневая каша	150	8.2	6.3	35.9	233.7	51-4г
	Винегрет с растительным маслом	80	1.61	5.19	8.40	114.61	54-16з
	Кисель плодово -ягодный	200	0	0	19.6	80	54-12хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		810	38.81	19.09	133.9	891.51	
Итого за день:		1365	63.51	29.99	213.3	1405.61	
Завтрак для детей с ОВЗ:	Яблоко	100	0,6		14,7	38	Пром.
Итого за завтрак:			0,6	-	14,7	38	
Обед для детей с ОВЗ:	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5.2	2.8	18.5	119.6	54-7с
	Тефтеля мясная	90	17.2	3.9	12	151.8	54-8м
	гречневая каша	150	8.2	6.3	35.9	233.7	51-4г
	Винегрет с растительным маслом	80	1.61	5.19	8.40	114.61	54-16з
	Кисель плодово -ягодный	200	0	0	19.6	80	54-12хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		810	38.81	19.09	133.9	891.51	
Итого за день для детей с ОВЗ:		910	39.41	19.09	148.6	929.51	



Утверждаю
Директор
ООО «Мирклинная пекарня»
Л.Н. Котельникова

Меню приготавливаемых блюд

Первая неделя. 5 день – пятница

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			калорийность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Каша вязкая молочная пшеничная	200	6,9	5,8	32,1	208,3	54-23к
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	54-1з
	Фрукт (расчет: яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	66,6	Пром.
	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак:		635	20	14,4	88,5	562,8	
	Овощи в нарезке (расчет: огурец)	60	0,4	0	1,1	6,3	54-2з
	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	54-3с
	Пюре картофельное	150	3,1	5,3	19,8	139,4	54-11г
	Шницель	90	17,2	3,9	12	151,8	54-24м
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		790	32,6	15,9	105,8	695,8	
Итого за день:		1425	52,6	30,3	194,3	1258,6	
Завтрак для детей с ОВЗ:	апельсин	100	0,6		14,7	38	Пром.
Итого завтрак:			0,6		14,7	38	
Обед для детей с ОВЗ:	Овощи в нарезке (расчет: огурец)	60	0,4	0	1,1	6,3	54-2з
	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	54-3с
	Пюре картофельное	150	3,1	5,3	19,8	139,4	54-11г
	Шницель	90	17,2	3,9	12	151,8	54-24м
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		790	32,6	15,9	105,8	695,8	
Итого за день для детей с ОВЗ:		890	33,2	15,9	120,5	733,8	

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОШ №1 п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир



Утверждаю
 Директор
 ООО «Ириклинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова



Меню приготавливаемых блюд

Вторая неделя. 1 день – понедельник

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне – зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			калорийность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8.3	10.1	37.6	274.9	54-6к
	Фрукт (расчет: мандарин)	140	1.1	0.3	10.5	49	Пром.
	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4	54-21г
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак:		610	19.2	14.6	91.1	572.5	
Обед:	Салат из моркови	60	0.5	6.1	4.3	74.3	54-11з
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4.7	5.6	5.7	92.2	54-1с
	горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8	54-21г
	Котлета куриная	90	17.2	3.9	12	151.8	54-5м
	Компот из изюма	200	0.5	0	19.8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		790	44	17.8	115.1	795.9	
Итого за день:		1400	63.2	32.4	206.2	1368.9	
Завтрак для детей с ОВЗ:	Пряники	40	3,58	3,72	36,15	47	
Итого за завтрак:			3.58	3.72	36.15	47	
Обед для детей с ОВЗ:	Салат из моркови	60	0.5	6.1	4.3	74.3	54-11з
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4.7	5.6	5.7	92.2	54-1с
	горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8	54-21г
	Котлета куриная	90	17.2	3.9	12	151.8	54-5м
	Компот из изюма	200	0.5	0	19.8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		790	44	17.8	151.1	795.9	
Итого за день для детей с ОВЗ:		830	47.58	21.52	187.25	842.9	

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОШ №1 п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир

Утверждаю
 Директор
 ООО «Ириктинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова

Меню приготавливаемых блюд

Вторая неделя. 2 день – вторник

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне- зимний период.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			калорийность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5.9	5.8	33	207.8	54-1к
	Фрукт (расчет: груша)	150	0.6	0.5	15.5	68.3	Пром.
	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86	54-23гн
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак		620	15.5	9.9	90.2	510.3	
Обед:	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	54-8з
	Суп с рыбными консервами	200	5.1	5.8	10.8	115.6	54-12с
	Макароны отварные	200	7,80	8,20	41,68	276,50	54-1г
	Гуляш	100	9,47	4,97	4,41	100,04	54-2м
	Компот из изюма	200	0,7	-	14,5	59,7	54-3хн
	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.	
Итого за обед		850	29.17	25.77	107.69	781.44	
Итого за день:		1470	44.67	35.67	197.89	1291.64	
Завтрак для детей с ОВЗ:	Яблоко	100	0,6	0	14,7	38	Пром.
Итого завтрак:			0,6	0	14,7	38	
Обед для детей с ОВЗ:	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	54-8з
	Суп с рыбными консервами	200	5.1	5.8	10.8	115.6	54-12с
	Макароны отварные	200	7,80	8,20	41,68	276,50	54-1г
	Гуляш	100	9,47	4,97	4,41	100,04	54-2м
	Компот из изюма	200	0,7	-	14,5	59,7	54-3хн
	Хлеб пшеничный	60	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.	
Итог за обед:		850	29.17	25.77	107.69	781.44	
Итого за день для детей с ОВЗ:		950	29.23	25.77	122.69	819.44	

Согласовано
 Директор МАОУ
 «СОШ №1 п. Энергетик»
 Е.И. Кушнир



Утверждаю
 Директор
 ООО «Ириклинская пекарня»
 Л.Н. Котельникова



Меню приготавливаемых блюд

Вторая неделя. 3 день – среда

Возрастная категория: с 12 до 18 лет-осенне – зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Калорийность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7	54-1з
	Каша вязкая молочная овсяная	200	8.6	11.3	34.3	272.8	54-9к
	Фрукт (расчет: мандарин)	140	1.1	0.3	10.5	49	Пром.
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	54-2гв
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак:		625	18.5	16.7	81.7	550.5	
Обед:	Салат из морской капусты	60	1	0.56	5.8	25.8	Пром.
	Суп крестьянский	200	2,5	5,25	14,25	115	54-10с
	Плов с мясом птицы	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-11м
	кисель плодово-ягодный	200	-	-	19,60	80	54-12хв
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		750	14.92	13.07	135.95	718.04	
Итого за день:		1375	33.42	29.77	217.65	1268.54	
Завтрак для детей с ОВЗ:	йогурт	100	2,70	1,20	17,90	359	
Итого завтрак:			2,70	1,20	17,90	359	
Обед для детей с ОВЗ:	Салат из морской капусты	60	1	0.56	5.8	25.8	Пром.
	Суп крестьянский	200	2,5	5,25	14,25	115	54-10с
	Плов с мясом птицы	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-11м
	кисель плодово-ягодный	200	-	-	19,60	80	54-12хв
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итог за обед:		750	14.92	13.07	135.95	718.04	
Итого за день для детей с ОВЗ:		850	17.62	14.27	153.85	1077.04	



Меню приготавливаемых блюд
 Вторая неделя. 4 день – четверг
 Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне- зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			калорийность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Горошек зеленый	20	0,6	0	1,2	7,4	54-20з
	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5	54-1о
	Фрукт (расчет: мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49	Пром.
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого за завтрак:		580	19.2	19.2	60.8	500.5	
Обед:	Овощи в нарезке (расчет: огурец)	60	0,4	0	1,1	6,3	54-2з
	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	54-3с
	Сложный гарнир	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-10м
	Котлета рыбная	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		850	29.92	17.16	136.9	822.34	
Итого за день:		1430	49.12	36.36	197.7	1322.84	
Завтрак для детей с ОВЗ	Апельсин	100	0,6	0	14,7	38	
Итого за завтрак:			0,6	0	14,7	38	
Обед для детей с ОВЗ	Овощи в нарезке (расчет: огурец)	60	0,4	0	1,1	6,3	54-2з
	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	54-3с
	Сложный гарнир	200	4,82	6,36	56,8	305,44	54-10м
	Котлета рыбная	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
Итого за обед:		850	29.92	17.16	136.9	822.34	
Итого за день для детей с ОВЗ:		950	30.52	17.16	151.6	860.34	



Утверждаю
 Директор
 ООО «Ириктинская пекарня»
 Д.Н. Котельникова

Меню приготавливаемых блюд

Вторая неделя. 5 день – пятница

Возрастная категория: с 12 до 18 лет осенне- зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Калори йность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак:	Макароны отварные с сыром	150	7.9	6.8	28.7	207.7	54-3г
	Фрукт (расчет: яблоко)	120	0.5	0.5	11.8	56.4	Пром.
	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86	54-23гн
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,4	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
Итого на завтрак		540	17.4	10.9	82.2	498.2	
Обед:	Овощи в нарезке (расчет: помидор)	60	0.7	0.1	2.3	12.8	54-3з
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5.2	2.8	18.5	119.6	54-7с
	Тефтеля мясная	90	17.2	3.9	12	151.8	54-8м
	гречневая каша	150	8.2	6.3	35.9	233.7	51-4г
	Кисель плодово -ягодный	200	0	0	19.6	80	54-12хн
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0,5	29,5	140,6	Пром.
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
Итого за обед:		790	37.9	14	127.8	789.7	
Итого за день:		1330	55.3	24.9	210	1287.9	
Завтрак для детей с ОВЗ:	Пряники	40	3,58	3,71	36,15	47	Пром.
Итого завтрак:			3.58	3.71	36.15	47	
Обед для детей с ОВЗ:	Овощи в нарезке (расчет: помидор)	60	0.7	0.1	2.3	12.8	54-3з
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5.2	2.8	18.5	119.6	54-7с
	Тефтеля мясная	90	17.2	3.9	12	151.8	54-8м
	гречневая каша	150	8.2	6.3	35.9	233.7	51-4г
	Кисель плодово -ягодный	200	0	0	19.6	80	54-12хн
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0,5	29,5	140,6	Пром.
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
Итог за обед:		790	37.9	14	127.8	789.7	
Итого за день для детей с ОВЗ:		830	41.48	17.71	163.95	836.1	