



**Меню приготавливаемых блюд**  
 Первая неделя. 1 день – понедельник  
 Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний 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.       |
| <b>Итого на завтрак:</b>         |  | <b>625</b>  | <b>18,5</b>         | <b>16,7</b>  | <b>81,7</b>   | <b>545,45</b>  |             |
| 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       |
|                                  | Овощи в нарезке ( расчет: помидор)             | 60          | 0,7                 | 0,1          | 2,3           | 12,8           | 54-3з       |
|                                  | 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 витаминизированный | 200         | 0,5                 | 0            | 19,8          | 81             | 54-1хн      |
| <b>Итого за обед:</b>            |  | <b>850</b>  | <b>29,77</b>        | <b>19,87</b> | <b>117,79</b> | <b>772,54</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>            |  | <b>1475</b> | <b>48,27</b>        | <b>36,57</b> | <b>199,49</b> | <b>1317,99</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ:         | йогурт   | 100         | 2,70                | 1,20         | 17,90         | 359            | Пром.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>         |  |             | <b>2,70</b>         | <b>1,20</b>  | <b>17,90</b>  | <b>359</b>     |             |
| 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       |
|                                  | Овощи в нарезке ( расчет: помидор)             | 60          | 0,7                 | 0,1          | 2,3           | 12,8           | 54-3з       |
|                                  | 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 витаминизированный | 200         | 0,5                 | 0            | 19,8          | 81             | 54-1хн      |
| <b>Итог обед:</b>                |  | <b>850</b>  | <b>29,77</b>        | <b>19,87</b> | <b>117,79</b> | <b>772,54</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с</b> |  | <b>950</b>  | <b>32,47</b>        | <b>21,07</b> | <b>135,69</b> | <b>1134,54</b> |             |



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

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Первая неделя. 2 день – вторник  
 Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний период

| Прием пищи                            | Наименование блюда                          | Вес блюда   | Пищевые вещества(г) |              |               | Калорийность   | N рецептуры |
|---------------------------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
|                                       |   |             | Белки               | Жиры         | Углеводы      |                |             |
| <b>Завтрак:</b>                       | 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.       |
| <b>Итого за завтрак</b>               |   | <b>595</b>  | <b>19,7</b>         | <b>16,6</b>  | <b>73,5</b>   | <b>521,7</b>   |             |
| <b>Обед:</b>                          | 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 припущенной моркови                | 100         | 1,10                | 7,15         | 4,5           | 88,69          | 54-17з      |
|                                       | Компот из изюма витаминизированный          | 200         | 0,7                 | -            | 14,5          | 59,7           | 54-3хи      |
|                                       | Хлеб ржаной                                 | 30          | 2                   | 0,4          | 10            | 51,2           | Пром.       |
|                                       | Хлеб пшеничный                              | 60          | 4,6                 | 0,5          | 29,5          | 140,6          | Пром.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |   | <b>790</b>  | <b>17,95</b>        | <b>16,91</b> | <b>134,68</b> | <b>786,28</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>                 |   | <b>1385</b> | <b>37,65</b>        | <b>33,51</b> | <b>208,18</b> | <b>1307,98</b> |             |
| <b>Завтрак для детей с ОВЗ:</b>       | Кекс  | 50          | 2,25                | 6,5          | 26,5          | 175            | Пром.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |   |             | <b>2,25</b>         | <b>6,5</b>   | <b>26,5</b>   | <b>175</b>     |             |
| <b>Обед для детей с ОВЗ:</b>          | 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 припущенной моркови                | 100         | 1,10                | 7,15         | 4,5           | 88,69          | 54-17з      |
|                                       | Компот из изюма витаминизированный          | 200         | 0,7                 | -            | 14,5          | 59,7           | 54-3хи      |
|                                       | Хлеб ржаной                                 | 30          | 2                   | 0,4          | 10            | 51,2           | Пром.       |
|                                       | Хлеб пшеничный                              | 60          | 4,6                 | 0,5          | 29,5          | 140,6          | Пром.       |
| <b>Итого за обед для детей с ОВЗ:</b> |   | <b>790</b>  | <b>17,95</b>        | <b>16,91</b> | <b>134,68</b> | <b>786,28</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |   | <b>840</b>  | <b>20,2</b>         | <b>23,41</b> | <b>161,18</b> | <b>943,28</b>  |             |

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



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



**Меню приготавливаемых блюд**  
 Первая неделя. 3 день – среда  
 Возрастная категория: с 6.6до 11 лет весенний период

| Прием пищи                            | Наименование блюда                       | Вес блюда   | Пищевые вещества(г) |              |               | Калорийность   | N рецептуры |
|---------------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
|                                       |  |             | 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.       |
| <b>Итого за завтрак</b>               |  | <b>620</b>  | <b>15.6</b>         | <b>12.4</b>  | <b>92.2</b>   | <b>542.2</b>   |             |
| 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      |
|                                       | Салат из тушеной свеклы                  | 100         | 1,10                | 7,15         | 4,5           | 93,9           | 54-28з      |
|                                       | Компот из сухофруктов витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед</b>                  |  | <b>890</b>  | <b>30.55</b>        | <b>21.01</b> | <b>146.08</b> | <b>925.09</b>  |             |
| <b>Итого за день</b>                  |  | <b>1510</b> | <b>46.15</b>        | <b>33.41</b> | <b>238.28</b> | <b>1467.29</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ:              | Пряники                                  | 40          | 3,58                | 3,71         | 36,15         | 47             | Пром.       |
| <b>Итого завтрак:</b>                 |  | <b>40</b>   | <b>3.58</b>         | <b>3.71</b>  | <b>36.15</b>  | <b>47</b>      |             |
| 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      |
|                                       | Салат из тушеной свеклы                  | 100         | 1,10                | 7,15         | 4,5           | 93,9           | 54-28з      |
|                                       | Компот из сухофруктов витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>890</b>  | <b>30.55</b>        | <b>21.01</b> | <b>146.08</b> | <b>925.09</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |  | <b>930</b>  | <b>34.13</b>        | <b>24.81</b> | <b>182.23</b> | <b>972.09</b>  |             |



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



### Меню приготавливаемых блюд

Первая неделя. 4 день – четверг

Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний период

| Прием пищи                            | Наименование блюда                         | Вес блюда   | Пищевые вещества(г) |              |              | калорийность   | N рецептуры |
|---------------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|--------------|----------------|-------------|
|                                       |  |             | 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.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |  | <b>555</b>  | <b>24.6</b>         | <b>10.9</b>  | <b>79.4</b>  | <b>514.1</b>   |             |
| Обед:                                 | Суп картофельный с макаронными изделиями   | 200         | 5.2                 | 2.8          | 18.5         | 119.6          | 54-7с       |
|                                       | Тефтели 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>810</b>  | <b>38.81</b>        | <b>19.09</b> | <b>133.9</b> | <b>891.51</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>                 |  | <b>1365</b> | <b>63.51</b>        | <b>29.99</b> | <b>213.3</b> | <b>1405.61</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ:              | Яблоко                                     | 100         | 0,6                 |              | 14,7         | 38             | Пром.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |  |             | <b>0,6</b>          |              | <b>14,7</b>  | <b>38</b>      |             |
| Обед для детей с ОВЗ:                 | Суп картофельный с макаронными изделиями   | 200         | 5.2                 | 2.8          | 18.5         | 119.6          | 54-7с       |
|                                       | Тефтели 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>810</b>  | <b>38.81</b>        | <b>19.09</b> | <b>133.9</b> | <b>891.51</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |  | <b>910</b>  | <b>39.41</b>        | <b>19.09</b> | <b>148.6</b> | <b>929.51</b>  |             |



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



**Меню приготавливаемых блюд**

Первая неделя. 5 день – пятница

Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний период

| Прием пищи                            | Наименование блюда                       | Вес блюда   | Пищевые вещества(г) |             |              | калорийность  | N рецептуры |
|---------------------------------------|--|-------------|---------------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
|                                       |  |             | Белки               | Жиры        | Углеводы     |               |             |
| <b>Завтрак:</b>                       | 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.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |  | <b>635</b>  | <b>20</b>           | <b>14.4</b> | <b>88.5</b>  | <b>562.8</b>  |             |
| <b>Обед</b>                           | 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>790</b>  | <b>32.6</b>         | <b>15.9</b> | <b>105.8</b> | <b>695.8</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>                 |  | <b>1425</b> | <b>52.6</b>         | <b>30.3</b> | <b>194.3</b> | <b>1258.6</b> |             |
| <b>Завтрак для детей с ОВЗ:</b>       | апельсин                                 | 100         | 0,6                 |             | 14,7         | 38            | Пром.       |
| <b>Итого завтрак:</b>                 |  |             | <b>0,6</b>          |             | <b>14,7</b>  | <b>38</b>     |             |
| <b>Обед для детей с ОВЗ:</b>          | 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>790</b>  | <b>32.6</b>         | <b>15.9</b> | <b>105.8</b> | <b>695.8</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |  | <b>890</b>  | <b>33.2</b>         | <b>15.9</b> | <b>120.5</b> | <b>733.8</b>  |             |



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

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Вторая неделя. 1 день – понедельник  
 Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весевний 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.      |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |                                    | <b>610</b>  | <b>19.2</b>         | <b>14.6</b>  | <b>91.1</b>   | <b>572.5</b>  |            |
| Обед:                                 | Салат «Кабачковая икра»            | 60          | 0.6                 | 4.2          | 4.2           | 58.2          | Пром.      |
|                                       | 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 витаминизированный | 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.      |
| <b>Итого за обед:</b>                 |                                    | <b>790</b>  | <b>44.1</b>         | <b>15.9</b>  | <b>115</b>    | <b>779.8</b>  |            |
| <b>Итого за день:</b>                 |                                    | <b>1400</b> | <b>63.3</b>         | <b>30.5</b>  | <b>206.1</b>  | <b>1352.3</b> |            |
| Завтрак для детей с ОВЗ:              | Пряники                            | 40          | 3,58                | 3,72         | 36,15         | 47            |            |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |                                    |             | <b>3.58</b>         | <b>3.72</b>  | <b>36.15</b>  | <b>47</b>     |            |
| Обед для детей с ОВЗ:                 | Салат «Кабачковая икра»            | 60          | 0.6                 | 4.2          | 4.2           | 58.2          | Пром.      |
|                                       | 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 витаминизированный | 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.      |
| <b>Итог за обед:</b>                  |                                    | <b>790</b>  | <b>44.1</b>         | <b>15.9</b>  | <b>115</b>    | <b>779.8</b>  |            |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |                                    | <b>830</b>  | <b>47.68</b>        | <b>19.62</b> | <b>151.15</b> | <b>826.8</b>  |            |

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



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



**Меню приготавливаемых блюд**

Вторая неделя. 2 день – вторник

Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний 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             | 54-23ги     |
|                                  | Хлеб пшеничный                     | 45          | 3,4                 | 0,4          | 22,1          | 105,4          | Пром.       |
|                                  | Хлеб ржаной                        | 25          | 1,7                 | 0,3          | 8,4           | 42,7           | Пром.       |
| <b>Итого за завтрак</b>          |                                    | <b>620</b>  | <b>15.5</b>         | <b>9.9</b>   | <b>90.2</b>   | <b>510.3</b>   |             |
| Обед:                            | Свекла отварная дольками           | 60          | 0.9                 | 0.1          | 5.2           | 25.2           | 54-28з      |
|                                  | 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 витаминизированный | 200         | 0,7                 | -            | 14,5          | 59,7           | 54-3хи      |
|                                  | Хлеб пшеничный                     | 60          | 3,4                 | 0,4          | 22,1          | 105,4          | Пром.       |
| Хлеб ржаной                      | 30                                 | 1,7         | 0,3                 | 8,4          | 42,7          | Пром.          |             |
| <b>Итого за обед</b>             |                                    | <b>850</b>  | <b>29.07</b>        | <b>19.47</b> | <b>107.09</b> | <b>725.14</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>            |                                    | <b>1470</b> | <b>44.57</b>        | <b>29.37</b> | <b>167.29</b> | <b>1235.44</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ:         | Яблоко                             | 100         | 0,6                 | 0            | 14,7          | 38             | Пром.       |
| <b>Итого завтрак:</b>            |                                    | <b>100</b>  | <b>0,6</b>          | <b>0</b>     | <b>14,7</b>   | <b>38</b>      |             |
| Обед для детей с ОВЗ:            | Свекла отварная дольками           | 60          | 0.9                 | 0.1          | 5.2           | 25.2           | 54-28з      |
|                                  | 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 витаминизированный | 200         | 0,7                 | -            | 14,5          | 59,7           | 54-3хи      |
|                                  | Хлеб пшеничный                     | 60          | 3,4                 | 0,4          | 22,1          | 105,4          | Пром.       |
| Хлеб ржаной                      | 30                                 | 1,7         | 0,3                 | 8,4          | 42,7          | Пром.          |             |
| <b>Итог за обед:</b>             |                                    | <b>850</b>  | <b>29.77</b>        | <b>25.77</b> | <b>107.69</b> | <b>781.44</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с</b> |                                    | <b>950</b>  | <b>29.23</b>        | <b>25.77</b> | <b>122.39</b> | <b>819.44</b>  |             |

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

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

**Меню приготавливаемых блюд**

Вторая неделя. 3 день – среда

Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний 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           | 54-2гн      |
|                                       | Хлеб пшеничный                            | 45          | 3,4                 | 0,4          | 22,1          | 105,4          | Пром.       |
|                                       | Хлеб ржаной                               | 25          | 1,7                 | 0,3          | 8,4           | 42,7           | Пром.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |   | <b>625</b>  | <b>18.5</b>         | <b>16.7</b>  | <b>81.7</b>   | <b>550.5</b>   |             |
| 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 витаминизированный | 200         | -                   | -            | 19,60         | 80             | 54-12хи     |
|                                       | Хлеб ржаной                               | 30          | 2                   | 0,4          | 10            | 51,2           | Пром.       |
|                                       | Хлеб пшеничный                            | 60          | 4,6                 | 0,5          | 29,5          | 140,6          | Пром.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |   | <b>750</b>  | <b>14.92</b>        | <b>13.07</b> | <b>135.95</b> | <b>718.04</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>                 |   | <b>1375</b> | <b>33.42</b>        | <b>29.77</b> | <b>217.65</b> | <b>1268.54</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ:              | йогурт                                    | 100         | 2,70                | 1,20         | 17,90         | 359            |             |
| <b>Итого завтрак:</b>                 |   |             | <b>2,70</b>         | <b>1,20</b>  | <b>17,90</b>  | <b>359</b>     |             |
| 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 витаминизированный | 200         | -                   | -            | 19,60         | 80             | 54-12хи     |
|                                       | Хлеб ржаной                               | 30          | 2                   | 0,4          | 10            | 51,2           | Пром.       |
|                                       | Хлеб пшеничный                            | 60          | 4,6                 | 0,5          | 29,5          | 140,6          | Пром.       |
| <b>Итог за обед:</b>                  |   | <b>750</b>  | <b>14.92</b>        | <b>13.07</b> | <b>135.95</b> | <b>718.04</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |   | <b>850</b>  | <b>17.62</b>        | <b>14.27</b> | <b>153.85</b> | <b>1077.04</b> |             |





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

**Меню приготавливаемых блюд**

Вторая неделя. 4 день – четверг

Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний период

| Прием пищи                            | Наименование блюда                       | Вес блюда   | Пищевые вещества(г) |              |               | калорийность   | № рецептуры |
|---------------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
|                                       |  |             | Белки               | Жиры         | Углеводы      |                |             |
| Завтрак:                              | Горошек зеленый                          | 60          | 3,0                 | 0,12         | 8.28          | 43.8           | 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           | 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.       |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |  | <b>630</b>  | <b>21.6</b>         | <b>19.32</b> | <b>63.88</b>  | <b>512.5</b>   |             |
| 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>850</b>  | <b>29.92</b>        | <b>17.16</b> | <b>136.9</b>  | <b>822.34</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>                 |  | <b>1480</b> | <b>51.52</b>        | <b>36.48</b> | <b>200.78</b> | <b>1334.84</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ               | Апельсин                                 | 100         | 0,6                 | 0            | 14,7          | 38             |             |
| <b>Итого за завтрак:</b>              |  |             | <b>0,6</b>          | <b>0</b>     | <b>14,7</b>   | <b>38</b>      |             |
| 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>850</b>  | <b>29.92</b>        | <b>17.16</b> | <b>136.9</b>  | <b>822.34</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |  | <b>950</b>  | <b>30.52</b>        | <b>17.16</b> | <b>151.6</b>  | <b>860.34</b>  |             |

Согласовано  
 Директор МАДОУ  
 «СОШ №1 в Энергетике»



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



**Меню приготавливаемых блюд**

Вторая неделя. 5 день – пятница

Возрастная категория: с 6.6 до 11 лет весенний период

| Прием пищи                            | Наименование блюда                         | Вес блюда   | Пищевые вещества(г) |              |               | Калорийность  | 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.       |
| <b>Итого на завтрак</b>               |  | <b>540</b>  | <b>17.4</b>         | <b>10.9</b>  | <b>82.2</b>   | <b>498.2</b>  |             |
| 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итого за обед:</b>                 |  | <b>790</b>  | <b>37.9</b>         | <b>14</b>    | <b>127.8</b>  | <b>789.7</b>  |             |
| <b>Итого за день:</b>                 |  | <b>1330</b> | <b>55.3</b>         | <b>24.9</b>  | <b>210</b>    | <b>1287.9</b> |             |
| Завтрак для детей с ОВЗ:              | Пряники                                    | 40          | 3,58                | 3,71         | 36,15         | 47            | Пром.       |
| <b>Итого завтрак:</b>                 |  |             | <b>3.58</b>         | <b>3.71</b>  | <b>36.15</b>  | <b>47</b>     |             |
| 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 витаминизированный | 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.       |
| <b>Итог за обед:</b>                  |  | <b>790</b>  | <b>37.9</b>         | <b>14</b>    | <b>127.8</b>  | <b>789.7</b>  |             |
| <b>Итого за день для детей с ОВЗ:</b> |  | <b>830</b>  | <b>41.48</b>        | <b>17.71</b> | <b>163.95</b> | <b>836.1</b>  |             |