



Период: Осень-зима

День: понедельник  
Неделя: 1

Рацион: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	
1	2	3	4	5	6	7		
<b>Завтрак (1 смена)</b>								
204,225	Макаронны отварные с соусом томатным 150/30	180	5,80	4,70	37,80		227,60	
277	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70		100,00	
ТТК 16	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80		47,00	
ТК 42 сб1983	Сыр порц	12	3,20	3,2	0,0		43,3	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20		103,20	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>532</b>	<b>16,25</b>	<b>12,16</b>	<b>82,5</b>		<b>521,1</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>		<b>69,57</b>						
<b>Обед (2 смена)</b>								
52	Щи из свежей капусты со сметаной 195/5	200	1,30	4,05	6,70		68,10	
С6 1996 № 464	Каша гречневая с маслом сливочным	150	4,70	5,00	20,70		146,00	
126	Котлеты куриные с томатным соусом 60/30	90	9,0	11,00	11,00		196,00	
271	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00		40,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55		90,30	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40		68,10	
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>20,2</b>	<b>20,84</b>	<b>81,35</b>		<b>608,5</b>	
<b>Стоимость обеда</b>		<b>78,02</b>						

Рацион: 7-11 лет

День: вторник  
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
<b>Завтрак (1 смена)</b>									
189	Партнер 2013	170	5,30	7,30	28,10	198,30			
	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 165/5								
215	Партнер 2013	90	13	9,9	20,70	228,2			
	Запеканка из творога со сгущ.молоком 70/20								
271	Партнер 2013	200	0,00	0,00	10,00	40,00			
	Чай с сахаром								
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>21,55</b>	<b>17,76</b>	<b>80</b>	<b>569,7</b>			
<b>Стоимость завтрака</b>									
<b>Обед (2 смена)</b>									
59	Партнер	200	2,10	2,00	15,1	89,30			
	Суп картофельный с вермишелью								
99	Партнер 2013	90	11,00	8,00	9,00	153,00			
	Биточки мясные с томатным соусом 60/30								
133	Партнер 2013	150	3,20	5,30	21,80	147,80			
	Картофельное пюре								
281	Партнер 2013	200	0,20	0,00	14,50	58,50			
	Компот из сухофруктов								
тк	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30			
тк	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10			
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>21,7</b>	<b>16,09</b>	<b>93,35</b>	<b>607</b>			
<b>Стоимость обеда</b>									
		<b>78,02</b>							

Рацион: 7-11 лет

День: среда  
Неделя: 1

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	
1	2	3	4	5	6	7		
<b>Завтрак (1 смена)</b>								
116 партнер 2013	Голубцы ленивые "Детские" с томатным соусом	90	5,3	5,00	6,50	93,00		
464 Сб 1996	Каша гречневая с маслом сливочным	170	5,30	5,60	23,50	166,10		
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20		
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>13,85</b>	<b>11,16</b>	<b>61,2</b>	<b>402,3</b>		
<b>Стоимость завтрака</b>								
<b>Обед (2 смена)</b>								
6 партнер 2013	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,30	2,70	6,30	54,60		
56 Партнер 2013	Рассольник по Ленинградски со сметаной 195/5	200	1,60	3,40	10,6	83,20		
115 партнер 2013	Рагу овощное с куриным филе 150/40	190	13,10	9,60	20,70	236,50		
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30		
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10		
<b>Итого за Обед</b>		<b>715</b>	<b>21,29</b>	<b>16,58</b>	<b>82,85</b>	<b>583,3</b>		
<b>Стоимость обеда</b>								
		<b>78,02</b>						

Рацион: 7-11 лет

День: четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак (1 смена)</b>							
96 Партнер 2013	Плов из говядины 22/138	160	10,3	21,80	37,10	386,00	
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00	
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания	100	2,50	2,90	12,60	84,50	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,05</b>	<b>25,26</b>	<b>80,9</b>	<b>613,7</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							
<b>Обед (2 смена)</b>							
63 Партнер 2013	Суп картофельный с чечевицей	200	6,00	4,38	20,10	138,00	
Тк 20/3	Куриные "Наггетсы" запеченные с томатным соусом 40/50	90	11,30	5,70	9,70	137,20	
204 партнер 2013	Макарони отварные с маслом сливочным	150	5,50	4,30	36,00	206,60	
ТТК 12	Компот из ягодной смеси	200	0,20	0,10	11,60	48,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10	
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,2</b>	<b>15,27</b>	<b>110,35</b>	<b>688,2</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							

Рацион: 7-11 лет

День: четверг  
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак (1 смена)</b>							
96 Партнер 2013	Плов из говядины 22/138	160	10,3	21,80	37,10	386,00	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00	
Пром	Кисломолочный продукт для детского питания	100	2,50	2,90	12,60	84,50	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,05</b>	<b>25,26</b>	<b>80,9</b>	<b>613,7</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							
<b>Обед (2 смена)</b>							
63 Партнер 2013	Суп картофельный с чечевицей	200	6,00	4,38	20,10	138,00	
Ттк 20/3	Куриные "Нагетсы" запеченные с томатным соусом 40/50	90	11,30	5,70	9,70	137,20	
204 партнер2013	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,50	4,30	36,00	206,60	
ТТК 12	Компот из ягодной смеси	200	0,20	0,10	11,60	48,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10	
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,2</b>	<b>15,27</b>	<b>110,35</b>	<b>688,2</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							

День: пятница

Неделя: 1

Рацион: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	
1	2	3	4	5	6	7		
<b>Завтрак (1 смена)</b>								
НИИ № 54-14р	Котлета Рыбная Любительская с томатным соусом 60/30	90	7,70	4,70	4,50	81,90		
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	170	3,60	6,00	24,70	167,50		
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витошка	200	0,08	0,00	11,80	45,20		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20		
		<b>500</b>	<b>14,63</b>	<b>11,26</b>	<b>62,2</b>	<b>397,8</b>		
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>69,57</b>						
<b>Стоимость завтрака</b>								
<b>Обед (2 смена)</b>								
Сб 1983 № 216	Суп Крестьянский со сметаной 195/5	200	1,50	4,20	7,0	80,90		
116 партнер 2013	Голубцы ленивые "Детские"	90	5,30	5,00	6,5	93,00		
Сб 1996 № 464	Каша гречневая с маслом сливочным	150	4,70	5,00	20,70	146,00		
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30		
		<b>30</b>	<b>2,40</b>	<b>0,30</b>	<b>14,40</b>	<b>68,10</b>		
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	<b>705</b>	<b>16,9</b>	<b>14,99</b>	<b>81,65</b>	<b>536,8</b>		
	<b>Итого за Обед</b>	<b>78,02</b>						
	<b>Стоимость обеда</b>							

Рацион: 7-11 лет

День: понедельник  
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак (1 смена)</b>							
Тк 20/3	Куриные Наггетсы запеченные с томатным соусом 40/50	90	11,30	5,70	9,70	137,20	
204 Партнер 2013	Макаронные изделия с маслом сливочным	170	6,3	4,9	40,80	234,1	
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70	100,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20	
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>24,45</b>	<b>14,46</b>	<b>85,4</b>	<b>574,5</b>	
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>69,57</b>					
<b>Стоимость завтрака</b>							
<b>Обед (2 смена)</b>							
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 195/5	200	1,30	4,05	6,70	68,10	
96 Партнер 2013	Плов из говядины 20/130	150	9,5	20,40	34,80	361,90	
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00	
ТТк16	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10	
	<b>Итого за Обед</b>	<b>715</b>	<b>16,4</b>	<b>25,64</b>	<b>94,25</b>	<b>675,4</b>	
	<b>Стоимость обеда</b>	<b>78,02</b>					

Рацион: 7-11 лет

День: вторник  
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	
1	2	3	4	5	6	7		
<b>Завтрак (1 смена)</b>								
ТК 18	Котлеты мясные "Люля-кебаб" с томатным соусом 60/30	90	9,60	10,60	7,20	162,80		
Сб 1996 № 464	Каша гречневая с маслом сливочным	170	5,30	5,60	23,50	166,10		
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20		
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,15</b>	<b>16,76</b>	<b>61,9</b>	<b>472,1</b>		
<b>Стоимость завтрака</b>		<b>69,57</b>						
<b>Обед (2 смена)</b>								
59 партнер 2013	Суп картофельный с вермишелью	200	2,10	2,00	15,1	89,30		
НИИ № 54-14р	Котлета Рыбная Любительская с томатным соусом 60/30	90	7,70	4,70	4,50	81,90		
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	150	3,20	5,30	21,80	147,80		
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60		
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30		
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10		
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>18,29</b>	<b>12,88</b>	<b>86,65</b>	<b>528</b>		
<b>Стоимость обеда</b>		<b>78,02</b>						

Рацион: 7-11 лет  
 День: среда  
 Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
<b>Завтрак (1 смена)</b>									
175 партнер 2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 165/5	170	6,20	8,30	30,10			225,80	
215 Партнер 2013	Запеканка из творога со сгущ.молоком 70/20	90	13	9,9	20,70			228,2	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2			41,0	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20			103,20	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>22,65</b>	<b>18,8</b>	<b>82,2</b>			<b>598,2</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>									
<b>Обед (2 смена)</b>									
55 партнер 2013	Свекольник со сметаной 195/5	200	1,50	3,60	10,50			80,10	
ТТК22/1	Голень куриная запеченные с томатным соусом	90	19,50	10,40	1,20			175,00	
204 партнер 2013	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,50	4,30	36,00			206,60	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50			58,50	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55			90,30	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40			68,10	
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>31,9</b>	<b>19,09</b>	<b>95,15</b>			<b>678,6</b>	
<b>Стоимость обеда</b>									

Рацион: 7-11 лет  
 День: четверг  
 Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
<b>Завтрак (1 смена)</b>									
54,124 партнер 2013	Борщ со сметаной на курином бульоне с мясом птицы30/195/5	230	11,00	5,90	9,60	136,60			
277 Партнер 2013	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70	100,00			
пром	Кекс с начинкой	33	1,80	8,90	17,20	141,20			
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>503</b>	<b>19,65</b>	<b>18,66</b>	<b>61,7</b>	<b>481</b>			
<b>Стоимость завтрака</b>									
<b>Обед (2 смена)</b>									
6 партнер2013	Салат из белокочанной капусты	90	2,00	4,10	9,50	81,90			
Сб 1983 № 234	Суп картофельный с лапшой домашней	200	4,70	2,10	16,40	94,80			
ТТК19	Каша гречневая с куриным фаршем	150	12,20	8,1	20,80	204,90			
273 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00			
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30			
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10			
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>24,1</b>	<b>15,09</b>	<b>89,65</b>	<b>580</b>			
<b>Стоимость обеда</b>									
		<b>78,02</b>							

Рацион: 7-11 лет

День: пятница  
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Завтрак (1 смена)</b>							
99, партнер 2013	Биточки мясные с томатным соусом 60/30	90	11,00	8,00	9,00	153,00	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	170	3,60	6,00	24,70	167,50	
№273 партнер 2013	Чай с лимоном, сахаром	200	0,2	0,04	10,2	41,0	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	40	3,25	0,56	21,20	103,20	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,05</b>	<b>14,6</b>	<b>65,1</b>	<b>464,7</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							
<b>Обед (2 смена)</b>							
16 партнер 2013	Салат из моркови с сахаром и маслом растительным	90	0,90	4,10	13,10	90,00	
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом и гречками 190/10	200	5,8	4,40	23,30	132,80	
96 Партнер 2013	Плов из говядины 20/130	150	9,5	20,40	34,80	361,90	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50	
ТК	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	35	2,80	0,49	18,55	90,30	
ТК	Хлеб ржаной «Свежий-1» для детского питания	30	2,40	0,30	14,40	68,10	
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>21,6</b>	<b>29,69</b>	<b>118,65</b>	<b>801,6</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							
<b>Итого за период завтрак</b>							
		<b>503,5</b>	<b>17,228</b>	<b>14,928</b>	<b>66,18</b>	<b>467,72</b>	
<b>Итого за период обед</b>							
		<b>707</b>	<b>22,058</b>	<b>18,616</b>	<b>93,39</b>	<b>628,74</b>	