

## Меню приготавливаемых блюд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 9c4ad63ecec5f6fe83f8fa25f353cb54b  
Владелец Попов Владимир Владимирович  
Действителен с 29.09.2023 по 22.12.2024

Возрастная категория: ... Дети 3-6лет

| Прием пищи                         | Наименование блюда                                     | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                    |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 13</b>                     |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                            | Повидло  | 15          | 0,00             | 0,00         | 0,00          | 0                       | 1           |
|                                    | Каша молочная "Дружба"                                 | 160         | 4,98             | 8,66         | 23,74         | 192,69                  | 260         |
|                                    | Чай с молоком  | 180         | 1,53             | 1,44         | 15,59         | 79,22                   | 495         |
|                                    | Батон нарезной   | 40          | 3,00             | 1,16         | 20,56         | 104,8                   | 111         |
|                                    | Масло сливочное  | 5           | 0,06             | 3,08         | 0,09          | 28,3                    | 105         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>            |  | <b>400</b>  | <b>9,57</b>      | <b>14,34</b> | <b>59,98</b>  | <b>405,01</b>           |             |
| ЗАВТРАК 2                          | Йогурт   | 200         | 10,00            | 6,40         | 17,00         | 174                     | 517         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>          |  | <b>200</b>  | <b>10,00</b>     | <b>6,40</b>  | <b>17,00</b>  | <b>174</b>              |             |
| ОБЕД                               | Салат из белокочанной капусты с морковью (припущенный) | 50          | 0,83             | 5,04         | 4,80          | 67,81                   | 4           |
|                                    | Суп картофельный с клецками на м/к бульоне             | 180/10/18   | 5,24             | 5,74         | 9,29          | 109,78                  | 146         |
|                                    | Хлеб пшеничный   | 20          | 1,52             | 0,16         | 9,84          | 47                      | 108         |
|                                    | Хлеб ржаной  | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,36         | 69,6                    | 109         |
|                                    | Напиток из шиповника                                   | 180         | 0,32             | 0,13         | 17,46         | 70,11                   | 519         |
|                                    | Рагу из овощей   | 150         | 3,10             | 8,82         | 13,08         | 145,52                  | 196         |
|                                    | Биточки, шницели, котлеты                              | 70          | 12,66            | 12,41        | 7,00          | 190,23                  | 381         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>               |  | <b>690</b>  | <b>26,31</b>     | <b>32,78</b> | <b>74,83</b>  | <b>700,05</b>           |             |
| ПОЛДНИК                            | Колбасные изделия, запеченные в тесте                  | 70          | 7,78             | 8,07         | 21,34         | 191,65                  | 548         |
|                                    | Чай с лимоном  | 180         | 0,27             | 0,00         | 13,66         | 54,36                   | 494         |
|                                    | Фрукты свежие (яблоки)                                 | 100         | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 47                      | 112         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>            |  | <b>350</b>  | <b>8,45</b>      | <b>8,47</b>  | <b>44,80</b>  | <b>293,01</b>           |             |
| УЖИН                               | Картофельное пюре                                      | 130         | 2,21             | 4,54         | 13,83         | 105,35                  | 429         |
|                                    | Сок фруктовый  | 180         | 0,74             | 0,14         | 23,58         | 99                      | 518         |
|                                    | Хлеб пшеничный   | 20          | 1,52             | 0,16         | 9,84          | 47                      | 108         |
|                                    | Тефтели из говядины с рисом ("ежики")                  | 70          | 7,42             | 10,97        | 8,95          | 164,32                  | 390         |
|                                    | Салат из моркови и яблок                               | 50          | 0,46             | 2,59         | 3,58          | 40,2                    | 9           |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>               |  | <b>450</b>  | <b>12,35</b>     | <b>18,40</b> | <b>59,78</b>  | <b>455,87</b>           |             |
| УЖИН 2                             | Кисломолочный напиток (снежок)                         | 200         | 5,40             | 5,00         | 21,60         | 158                     | 0000        |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>             |  | <b>200</b>  | <b>5,40</b>      | <b>5,00</b>  | <b>21,60</b>  | <b>158</b>              |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>              |  | <b>2290</b> | <b>72,08</b>     | <b>85,39</b> | <b>277,99</b> | <b>2185,94</b>          |             |
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>       |  | <b>2290</b> | <b>72,08</b>     | <b>85,39</b> | <b>277,99</b> | <b>2185,94</b>          |             |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> |  | <b>2290</b> | <b>72,08</b>     | <b>85,39</b> | <b>277,99</b> | <b>2185,94</b>          |             |

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ... Дети с 7 до 11 лет

| Прием пищи                         | Наименование блюда                                     | Вес блюда   | Пищевые вещества |               |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                    |  |             | Белки            | Жиры          | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 13</b>                     |  |             |                  |               |               |                         |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     | Повидло  | 30          | 0,00             | 0,00          | 0,00          | 0                       | 1           |
|                                    | Каша молочная "Дружба"                                 | 200         | 6,22             | 10,82         | 29,68         | 240,86                  | 260         |
|                                    | Чай с молоком  | 200         | 1,70             | 1,60          | 17,32         | 88,02                   | 495         |
|                                    | Батон нарезной   | 60          | 4,50             | 1,74          | 30,84         | 157,2                   | 111         |
|                                    | Масло сливочное  | 10          | 0,13             | 6,15          | 0,17          | 56,6                    | 105         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>            |  | <b>500</b>  | <b>12,55</b>     | <b>20,31</b>  | <b>78,01</b>  | <b>542,68</b>           |             |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>                   | Йогурт   | 200         | 10,00            | 6,40          | 17,00         | 174                     | 517         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>          |  | <b>200</b>  | <b>10,00</b>     | <b>6,40</b>   | <b>17,00</b>  | <b>174</b>              |             |
| <b>ОБЕД</b>                        | Салат из белокочанной капусты с морковью (припущенный) | 70          | 1,16             | 7,06          | 6,73          | 94,93                   | 4           |
|                                    | Суп картофельный с клецками на м/к бульоне             | 200/14/20   | 5,82             | 6,38          | 10,32         | 121,98                  | 146         |
|                                    | Хлеб пшеничный   | 40          | 3,04             | 0,32          | 19,68         | 94                      | 108         |
|                                    | Хлеб ржаной  | 60          | 3,96             | 0,72          | 20,04         | 104,4                   | 109         |
|                                    | Напиток из шиповника                                   | 200         | 0,36             | 0,14          | 19,40         | 77,9                    | 519         |
|                                    | Рагу из овощей   | 180         | 3,73             | 10,58         | 15,70         | 174,62                  | 196         |
|                                    | Биточки, шницели, котлеты                              | 90          | 16,28            | 15,96         | 9,00          | 244,58                  | 381         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>               |  | <b>840</b>  | <b>34,35</b>     | <b>41,16</b>  | <b>100,87</b> | <b>912,41</b>           |             |
| <b>ПОЛДНИК</b>                     | Колбасные изделия, запеченные в тесте                  | 70          | 7,78             | 8,07          | 21,34         | 191,65                  | 548         |
|                                    | Чай с лимоном  | 200         | 0,30             | 0,00          | 15,18         | 60,4                    | 494         |
|                                    | Фрукты свежие (яблоки)                                 | 200         | 0,80             | 0,80          | 19,60         | 94                      | 112         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>            |  | <b>470</b>  | <b>8,88</b>      | <b>8,87</b>   | <b>56,12</b>  | <b>346,05</b>           |             |
| <b>УЖИН</b>                        | Картофельное пюре                                      | 150         | 2,55             | 5,24          | 15,96         | 121,56                  | 429         |
|                                    | Сок фруктовый  | 200         | 0,82             | 0,16          | 26,20         | 110                     | 518         |
|                                    | Хлеб пшеничный   | 40          | 3,04             | 0,32          | 19,68         | 94                      | 108         |
|                                    | Тефтели из говядины с рисом ("ежики")                  | 90          | 9,54             | 14,10         | 11,51         | 211,28                  | 390         |
|                                    | Салат из моркови и яблок                               | 70          | 0,64             | 3,63          | 5,01          | 56,28                   | 9           |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>               |  | <b>550</b>  | <b>16,59</b>     | <b>23,45</b>  | <b>78,36</b>  | <b>593,12</b>           |             |
| <b>УЖИН 2</b>                      | Кисломолочный напиток (снежок)                         | 200         | 5,40             | 5,00          | 21,60         | 158                     | 0000        |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>             |  | <b>200</b>  | <b>5,40</b>      | <b>5,00</b>   | <b>21,60</b>  | <b>158</b>              |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>              |  | <b>2760</b> | <b>87,77</b>     | <b>105,19</b> | <b>351,96</b> | <b>2726,26</b>          |             |
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>       |  | <b>2760</b> | <b>87,77</b>     | <b>105,19</b> | <b>351,96</b> | <b>2726,26</b>          |             |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> |  | <b>2760</b> | <b>87,77</b>     | <b>105,19</b> | <b>351,96</b> | <b>2726,26</b>          |             |

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: .... Дети 12-18 лет

| Прием пищи                         | Наименование блюда                                     | Вес блюда   | Пищевые вещества |               |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                                    |  |             | Белки            | Жиры          | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 13</b>                     |  |             |                  |               |               |                         |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     | Повидло  | 30          | 0,00             | 0,00          | 0,00          | 0                       | 1           |
|                                    | Каша молочная "Дружба"                                 | 230         | 7,15             | 12,44         | 34,13         | 276,99                  | 260         |
|                                    | Чай с молоком  | 200         | 1,70             | 1,60          | 17,32         | 88,02                   | 495         |
|                                    | Батон нарезной   | 80          | 6,00             | 2,32          | 41,12         | 209,6                   | 111         |
|                                    | Масло сливочное  | 10          | 0,13             | 6,15          | 0,17          | 56,6                    | 105         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>            |  | <b>550</b>  | <b>14,98</b>     | <b>22,51</b>  | <b>92,74</b>  | <b>631,21</b>           |             |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>                   | Йогурт   | 200         | 10,00            | 6,40          | 17,00         | 174                     | 517         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>          |  | <b>200</b>  | <b>10,00</b>     | <b>6,40</b>   | <b>17,00</b>  | <b>174</b>              |             |
| <b>ОБЕД</b>                        | Салат из белокочанной капусты с морковью (припущенный) | 100         | 1,66             | 10,08         | 9,61          | 135,62                  | 4           |
|                                    | Суп картофельный с клецками на м/к бульоне             | 250/15/25   | 7,28             | 7,98          | 12,90         | 152,48                  | 146         |
|                                    | Хлеб пшеничный   | 50          | 3,80             | 0,40          | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                                    | Хлеб ржаной  | 100         | 6,60             | 1,20          | 33,40         | 174                     | 109         |
|                                    | Напиток из шиповника                                   | 200         | 0,36             | 0,14          | 19,40         | 77,9                    | 519         |
|                                    | Рагу из овощей   | 180         | 3,73             | 10,58         | 15,70         | 174,62                  | 196         |
|                                    | Биточки, шницели, котлеты                              | 100         | 18,09            | 17,73         | 10,00         | 271,76                  | 381         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>               |  | <b>980</b>  | <b>41,52</b>     | <b>48,11</b>  | <b>125,61</b> | <b>1103,88</b>          |             |
| <b>ПОЛДНИК</b>                     | Колбасные изделия, запеченные в тесте                  | 70          | 7,78             | 8,07          | 21,34         | 191,65                  | 548         |
|                                    | Чай с лимоном  | 200         | 0,30             | 0,00          | 15,18         | 60,4                    | 494         |
|                                    | Плоды свежие (яблоки)                                  | 200         | 0,80             | 0,80          | 19,60         | 94                      | 112         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>            |  | <b>470</b>  | <b>8,88</b>      | <b>8,87</b>   | <b>56,12</b>  | <b>346,05</b>           |             |
| <b>УЖИН</b>                        | Картофельное пюре                                      | 180         | 3,06             | 6,28          | 19,15         | 145,87                  | 429         |
|                                    | Сок фруктовый  | 200         | 0,82             | 0,16          | 26,20         | 110                     | 518         |
|                                    | Хлеб пшеничный   | 50          | 3,80             | 0,40          | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                                    | Тефтели из говядины с рисом ("ежики")                  | 100         | 10,60            | 15,67         | 12,79         | 234,75                  | 390         |
|                                    | Салат из моркови и яблок                               | 100         | 0,91             | 5,18          | 7,15          | 80,4                    | 9           |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>               |  | <b>630</b>  | <b>19,19</b>     | <b>27,69</b>  | <b>89,89</b>  | <b>688,52</b>           |             |
| <b>УЖИН 2</b>                      | Кисломолочный напиток (снежок)                         | 200         | 5,40             | 5,00          | 21,60         | 158                     | 0000        |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>             |  | <b>200</b>  | <b>5,40</b>      | <b>5,00</b>   | <b>21,60</b>  | <b>158</b>              |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>              |  | <b>3030</b> | <b>99,97</b>     | <b>118,58</b> | <b>402,96</b> | <b>3101,66</b>          |             |
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>       |  | <b>3030</b> | <b>99,97</b>     | <b>118,58</b> | <b>402,96</b> | <b>3101,66</b>          |             |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> |  | <b>3030</b> | <b>99,97</b>     | <b>118,58</b> | <b>402,96</b> | <b>3101,66</b>          |             |