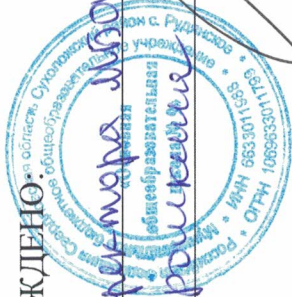


УТВЕРЖДЕНО



*и.о. директора И.В.О.С.И.И.И.И.*

*И.Е. Третьяков*

УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор

ООО «Резерв школьное питание»



Е. В. Ковбаснюк

## 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

**ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 7-11 ЛЕТ**  
**ООО «РЕЗЕРВ ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»**

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергетич. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89(97/2004)	
<b>Неделя 1</b>	Шницель (говядина, свинина, лук репчатый, хлеб пшеничн), соус сметанный с томатом и луком	90	9,5	8,4	7,8	135	ТК № 168(608/2013)/41(602/2004)	
<b>День 1</b>	Отварные макаронные изделия	150	5,3	6,1	30,4	209,1	ТК № 188 (516/2004)	
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15	
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>23,1</b>	<b>19,62</b>	<b>93,1</b>	<b>608,2</b>		
<b>ОБЕД</b>	Кабачковая икра	30	0,2	0	0,5	3	ТТК № 162	
<b>Неделя 1</b>	Борщ с капустой и картофелем, сметана	250/5	2,35	5,4	16,25	161,5	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81	
<b>День 1</b>	Гуляш (свинина, лук репч, том паста, масло сливочн)	45/45	16,5	10,5	8,1	183	ТК № 429(437/2004)	
	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репч, масло сливочн)	150	3,6	10,6	38	206	ТК № 191(36/2003)	
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	ПРОМ	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57	
	Булка Сухолюбская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>785</b>	<b>27,57</b>	<b>27,78</b>	<b>118,85</b>	<b>827,02</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1290</b>	<b>50,67</b>	<b>47,4</b>	<b>211,95</b>	<b>1435,22</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухолюбская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 0ВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
<b>Неделя 1</b>	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочн, ступенн молоко, какао)	10	0,36	5,8	2,27	40	ТТК № 43	
<b>День 2</b>	Запеканка бананово-творожная ( творог 9%, банан, яйцо) , ступенное молоко	150/20	13,2	10,84	33,4	293,1	ТТК № 235/ТТК 51	
	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	15,63	138,7	ТТК № 16	
	Булка Сухожолжская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>20,12</b>	<b>20,58</b>	<b>84,94</b>	<b>633,56</b>		
<b>ОБЕД</b>	Горошек зеленый	20	0,6	0,04	1,28	9,8	ТТК № 245	
<b>Неделя 1</b>	Суп рыбный с рисом и яйцом (картофель, минтай, рис, яйцо, лук репч, морковь, масло сливочн)	250	7,9	9,34	18	175,3	ТТК № 169	
<b>День 2</b>	Котлеты рубленные из цыплят-бройлеров (филе куриное, хлеб пшеничн, масло раст)	90	8,2	10,3	5,1	115,4	ТТК № 344 (63/2003)	
	Картофель тушеный (картофель, лук, морковь, масло сливочн)	150	3,3	4,3	26	164	ТТК № 226	
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5	
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,3	пром	
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57	
	Булка Сухожолжская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>820</b>	<b>27,78</b>	<b>27,81</b>	<b>119,49</b>	<b>822,58</b>		
	<b>Итого за день</b>	<b>1410</b>	<b>47,9</b>	<b>48,39</b>	<b>204,43</b>	<b>1456,14</b>		
	Соотношение Б:Ж:У 1:1:4							
1	Булка Сухожолжская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"							
2	Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"							



**Меню приготавливаемых блюд**

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
<b>Неделя 1</b>	Омлет с рыбой запеченный (минтай, яйцо, молоко 2,5%) / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский) / масло сливочное	130/15/5	15,25	18,7	26,12	312,36	ТТК № 199 / ТТК № 233 / ТТК № 49	
<b>День 3</b>	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТТК № 1 (685/2004)	
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>580</b>	<b>19,55</b>	<b>19,77</b>	<b>84,16</b>	<b>587,96</b>		
<b>ОБЕД</b>	Овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	20	0,5	0,7	1,24	13,6	ТТК № 233	
<b>Неделя 1</b>	Суп-пюре из картофеля и кабачков, гренки	200/20	4,06	3,87	20,4	179,04	ТТК № 95 / ТТК № 77 (551/2004)	
<b>День 3</b>	Зразы "Верх-Исетские" (говядина, яйцо, лук репч, масло раст), соус сметанный с томатом	90	11,2	15,5	5,7	106,1	ТТК № 312 (49/2003) / ТТК № 40 (601/2004)	
	Отварные макаронные изделия	150	5,3	6,1	30,4	209,1	ТТК № 188 (516/2004)	
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 2	
	Хлеб ржаной (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 57	
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>750</b>	<b>27</b>	<b>27,77</b>	<b>120,14</b>	<b>822,78</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1330</b>	<b>46,55</b>	<b>47,54</b>	<b>204,3</b>	<b>1410,74</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 4</b>								
	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТТК № 89 (97/2004)	
<b>День 4</b>	Каша молочная рисовая (молоко 2,5%, рис), масло сливочное	200/5	7,1	9,5	27,23	180,8	ТТК № 201 (311/2004)/ТТК № 49	
	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром	
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>650</b>	<b>20,3</b>	<b>19,62</b>	<b>83,57</b>	<b>590,4</b>		
	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	20	0,16	0,68	1,08	10,8	ТТК № 271(46/3/2015)	
<b>ОБЕД</b>								
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 4</b>								
	Рассольник Ленинградский, сметана	200/5	2,55	3,7	16,8	118,5	ТТК № 63(132/2004)/ТТК № 81	
	Фрикадельки из говядины припущенные, в красном соусе	90	8,1	7,3	3,2	90,26	ТТК № 387(63/2003) / ТТК № 31(528/1996)	
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,2	12,4	35,9	242	ТТК № 189(297/2004)	
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15	
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,3	пром	
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57	
	Булка Сухолюбская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>775</b>	<b>26,99</b>	<b>27,81</b>	<b>138,88</b>	<b>825,64</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1425</b>	<b>47,29</b>	<b>47,43</b>	<b>222,45</b>	<b>1416,04</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

1 Булка Сухолюбская Витаминизированная - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"  
 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготовляемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 0ВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89 (97/2004)	
<b>Неделя 1</b>	Котлеты рубленые из цыплят-бройлеров (филе курин, хлеб пшенич, масло раст) / соус сметанный	90	6,2	10,9	13,7	135,3	ТК № 344 (63/2003) / ТК № 39(600/2004)	
<b>День 5</b>	Картофель отварной / капуста тушеная ((капуста белокочанн, морковь, лук, масло сливочн, томатн паста)	70/80	3,1	2,2	18,5	126,5	ТК № 219(1/3/2015) / ТК № 192(534/2004)	
	Витаминизированное какао (3)	200	3,9	3,1	25,2	145	ТТК № 10	
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>19,9</b>	<b>19,97</b>	<b>84,1</b>	<b>588,9</b>		
<b>ОБЕД</b>	Овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	20	0,44	0,08	2,2	11,6	ТТК № 233	
<b>Неделя 1</b>	Солянка "Деревенская", сметана ( 15%)	200/5	8,3	10,7	17,4	159	ТТК № 92/ТТК № 81	
<b>День 5</b>	Тефтели рыбные (филе минтая, лук репч, хлеб пшеничн, масло раст) / соус молочный с морковью и шпинатом	90	9,2	9,63	13,56	190,6	ТК № 414(414/2004) / ТК № 33	
	Рис отварной рассыпчатый	150	3,6	6	36,8	219	ТК № 214 (511/2004)	
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57	
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>725</b>	<b>26,46</b>	<b>27,69</b>	<b>125,96</b>	<b>853,72</b>		
	<b>Итого за день</b>	<b>1225</b>	<b>46,36</b>	<b>47,66</b>	<b>210,06</b>	<b>1442,62</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами



Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 0ВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	TK № 89 (97/2004)
<b>Неделя 2</b>	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная капуста, яйцо, масло раст) / соус молочный с морковью и шпинатом	90	8,7	5,7	5,1	102,3	ТТК № 617 / ТТК № 33
<b>День 6</b>	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репч, масло сливочн)	150	3,6	11,6	38	272	ТТК № 191(36/2003)
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,2	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>19,6</b>	<b>22,87</b>	<b>103,6</b>	<b>646,6</b>	
<b>ОБЕД</b>	Огурцы консервированные	20	0,13	0	0,33	2	TK № 127 (5/1/2015)
<b>Неделя 2</b>	Борщ Сибирский, сметана	250/5	4,05	4,4	16	128,5	TK № 54(111/2004)/ТТК № 81
<b>День 6</b>	Котлета (говядина, лук репч, хлеб пшеничн), соус сметанный с томатом	90	8,3	14,88	3,2	111,2	TK № 307(451/2004) / TK № 40(601/2004)
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, морковь, лук репч, масло сливочн)	150	8,6	6,8	37,81	266	TK № 249(44/3/2015)
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>785</b>	<b>27,02</b>	<b>27,68</b>	<b>119,74</b>	<b>822,64</b>	
	<b>Итого за День</b>	<b>1305</b>	<b>46,62</b>	<b>50,55</b>	<b>223,34</b>	<b>1469,24</b>	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением "Валетек - 8"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

**Меню приготавливаемых блюд**

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
<b>Неделя 2</b>	Запеканка творожная "Зебра" (творог 9%, яйцо, молоко 2,5%, какао), ступенное молоко	130/20	17,2	19,1	36,4	373,1	ТТК № 258/ТТК 51	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	№ 1 (685/2004)	
<b>День 7</b>	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>560</b>	<b>19,86</b>	<b>19,74</b>	<b>83,74</b>	<b>587,86</b>		
<b>ОБЕД</b>	Свекла отварная	20	0,3	0,46	1,7	12,9	ТТК № 195(523/2004)	
<b>Неделя 2</b>	Уха (картофель, сайра консервир, лук, морковь, масло раст)	200	5,58	5,47	28,02	199,44	ТТК № 78	
	Голубцы ленивые (капуста белокоч, свинина, рис, лук репч, масло раст), соус сметанный с томатом	200	13,5	17,9	10,5	211,3	ТТК № 388 / ТК № 40(601/2004)	
<b>День 7</b>	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром	
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,2	пром	
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57	
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>730</b>	<b>27,06</b>	<b>27,56</b>	<b>117,92</b>	<b>811,62</b>		
	<b>Итого за день</b>	<b>1290</b>	<b>46,92</b>	<b>47,3</b>	<b>201,66</b>	<b>1399,48</b>		

Соотношение Б.Ж:У 1:1:4

1 Булка Сухоложская витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"



**Меню приготавливаемых блюд**

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 0ВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	35	№ 89 (97/2004)	
<b>Неделя 2</b>	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	50	0,4	1,7	2,7	27	ТК № 271(46/3/2015)	
<b>День 8</b>	Карбонара с курицей и сырным соусом (макаронны, филе куриное, лук репч, молоко 2,5%, сыр, масло сливочн)	180	7,35	11,68	33,74	204,5	ТТК № 619	
	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	15,63	138,7	ТТК № 16	
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>19,37</b>	<b>20,66</b>	<b>84,15</b>	<b>587,72</b>		
<b>ОБЕД</b>	Морковь отварная	20	0,26	0,47	1,33	11,4	№ 195(523/2004)	
<b>Неделя 2</b>	Суп картофельный с бобовыми	200	6,8	4,63	20,2	197,04	ТК № 69 (139/2004)	
	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочном соусе (филе минтая, рис, шпинат, яйцо, лук репч, молоко, масло сливочн)	90	12,5	20,15	38,3	285,4	ТК № 414(414/2004)	
<b>День 8</b>	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	100/50	4,25	1,32	15,46	121,3	ТК № 219(1/3/2015)/ ТТК № 233	
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром	
	Хлеб ржаной (2)	20	1,64	0,43	10,7	60,84	ТТК № 57	
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	20	1,64	0,43	10,7	60,84	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>700</b>	<b>27,09</b>	<b>27,43</b>	<b>120,69</b>	<b>827,82</b>		
	<b>Итого за день</b>	<b>1200</b>	<b>46,46</b>	<b>48,09</b>	<b>204,84</b>	<b>1415,54</b>		
	Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:4							

1

2

1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"  
2 хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: Дети 0ВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>								
Яблоки		180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161	
Неделя 2	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТК № 262(1/6/2015)	
День 9	Масло сливочное для бутербродов	10	0,1	6,4	0,1	58	ТК № 157 (1/3/2015)	
	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа, молоко2,5%), масло сливочн	150/5	4,85	4,2	27,59	142,59	ТК № 236(25/4/2015)/ТТК № 49	
	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром	
	Булка Сухожолжская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>635</b>	<b>19,35</b>	<b>21,27</b>	<b>84,31</b>	<b>628,19</b>		
<b>ОБЕД</b>								
Салат "Бурячок" (свекла, огурцы консерв, масло раст)		60	0,6	8	3	27,6	ТТК № 108(16/2004)	
Неделя 2	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	5,98	6,43	26,46	193,04	ТК № 76(168/2004)/ТК № 77(551/2004)	
День 9	Гуляш из филе курицы (филе куриное, лук репч, паста томатн, масло сливочн)	45/45	10,55	6,2	5,3	143,2	ТТК № 603	
	Отварные макаронные изделия	150	5,3	6,1	30,4	209,1	ТК № 188 (516/2004)	
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15	
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57	
	Булка Сухожолжская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>780</b>	<b>27,65</b>	<b>28,01</b>	<b>125,36</b>	<b>822,46</b>		
<b>Итого за День</b>		<b>1415</b>	<b>47</b>	<b>49,28</b>	<b>209,67</b>	<b>1450,65</b>		
Соотношение Б:Ж:У 1:1:4								

1

Булка Сухожолжская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витамина - минерального комплекса "Валетек-8"

2

Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витамина - минерального комплекса "Валетек-8"

Менюготавливаемых блюд  
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 0ВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89(97/2004)	
<b>Неделя 2</b>	Суфле "Рыбка" (минтай, рис, лук репч, молоко 2,5%, масло сливочн) / соус молочный	90	6,3	11,35	10,57	125,3	ТК № 401(43/2006) / ТК № 37 (1/11/2015)	
<b>День 10</b>	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	130/20	3,15	1,53	21,42	142	ТК № 219(1/3/2015) / ТК № 233	
	Витаминизированное какао (3)	200	3,9	3,1	25,2	145	ТТК № 10	
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>20,05</b>	<b>19,75</b>	<b>83,89</b>	<b>594,4</b>		
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты (капуста белокоч, морковь, масло раст)	60	1,78	3,7	2	48,6	ТТК № 109	
<b>Неделя 2</b>	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (15%)	200/5	4,4	5,4	10	89,8	ТТК № 99/ТТК № 81	
<b>День 10</b>	Гуляш из мяса говядины	45/45	9,1	10,3	6,5	145,87	ТК № 303(437/2004)	
	Рис отварной рассыпчатый, кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	130/20	3,9	6,4	36,9	205	ТК № 214 (511/2004)/ТК № 271(46/3/2015)	
	Чай с ягодами	200	0,3	0,1	14,3	59,6	ТТК № 2	
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57	
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>795</b>	<b>26,86</b>	<b>27,83</b>	<b>117,8</b>	<b>822,65</b>		
	<b>Итого за День</b>	<b>1295</b>	<b>46,91</b>	<b>47,58</b>	<b>201,69</b>	<b>1417,05</b>		

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами