

Индивидуальный предприниматель
Алтайский край
г. Бийск
Иванов И.И.
09 2025г
220410227613
207220429100011

" 1 " 09 2025г

Согласовано:
Директор МБОУ "С
Ю. Ю. Короленко

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ №33"
Ю.Ю. Короленко

2025г

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	РР	К	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Понедельник

1 смена

Завтрак

230 П-18	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,0	6,8	28,6	181	0,2	1,2	37,0	1,0	108,0	150,6	37,0	0,9
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				485								

Обед

116 П-18	Суп картофель с макаронными изделиями	200	1,9	6,3	10,1	130	0,1	13,0	0,0	4,3	338,7	94,2	24,3	1,2
327 П-18	Гуляш (курица)	100	15,8	16,0	2,5	175	0,0	0,0	24,0	2,3	211,0	125,0	17,5	2,1
385 П-18	Рис отварной	150	3,8	5,4	38,9	190	0,0	0,0	27,0	2,5	69,6	81,7	26,6	0,0
464 П-18	Кофейный напиток	200	2,8	2,5	13,6	85	0,0	0,7	19,0	1,0	102,0	76,5	12,6	0,1
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				716								

Вторник

Завтрак

1 смена

227 П-18	Каша манная молочная жидкая	200	6,2	6,6	31,2	209	0,1	1,4	40,2	7,4	124,3	122,4	20,4	0,5
542 П-18	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	189	0,1	0,0	38,8	0,0	0,0	30,8	5,7	0,5
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				534								

Обед

98 П-18	Свекольник со сметаной	200	1,6	3,8	8,6	136	0,1	6,5	0,0	3,4	318,0	52,9	24,0	1,2
350 П-18	Тефтели с рисом-"ёжики"(свинина) 60/40	100	6,8	15,3	10,4	220	0,0	0,0	16,0	1,1	109,0	108,0	16,0	1,3
202 П-18	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	6,6	38,2	175	0,2	0,0	23,9	3,5	247,8	204,3	137,9	4,6
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	45	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				712								

Среда**Завтрак****1 смена**

233 П-18	Каша пшениная молочная жидкая	200	6,0	6,8	28,6	181	0,2	1,2	37,0	1,0	108,0	150,6	37,0	0,9
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				485								

Обед

155 М-04	Суп картофельный с клецками	200	1,9	6,3	10,1	130	0,1	13,0	0,0	4,3	338,7	94,2	24,3	1,2
328 П-18	Жаркое по-домашнему (свинина)	240	20,9	16,7	25,0	394	0,2	13,6	20,9	2,4	448,8	253,6	63,7	4,1
491 П-18	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,1	10,7	47	0,0	16,5	0,0	0,1	7,5	6,4	6,1	0,3
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		700				707								

Четверг**Завтрак****1 смена**

231 П-18	Каша кукурузная молочная жидкая	200	6,8	6,4	38,8	205	0,1	0,5	0,0	7,0	123,5	132,0	124,9	1,2
1351 М-02	Хачапури с сыром	60	5,0	5,7	26,0	174	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				515								

Обед

104 П-18	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,1	6,3	10,6	131	0,1	31,5	0,0	4,4	352,5	85,5	25,9	1,2
299 П-18	Рыба тушеная с овощами	100	10,0	3,1	6,2	166	0,1	1,8	5,9	0,8	240,3	156,5	40,2	0,3
385 П-18	Рис отварной	150	3,8	5,4	38,9	198	0,0	0,0	27,0	2,5	69,6	81,7	26,6	0,0

699 М-04	Напиток лимонный	200	0,2	0,1	9,6	64	0,1	14,9	0,0	0,1	6,8	5,8	5,5	0,3
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	50	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				705								

Пятница

Завтрак

1 смена

226 П-18	Каша "Дружба"	200	5,8	6,3	30,1	194	0,1	0,5	0,4	6,8	119,7	136,5	129,5	0,5
279 П-18	Запеканка из творога	40	8,40	2,50	6,70	103	0,00	0,00	20,80	0,20	50,80	84,80	8,80	0,30
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		500				473								

Обед

113 П-21	Суп картофельный с бобовыми	200	6,0	3,0	13,0	150	0,2	0,4	16,0	4,9	503,8	75,8	29,4	2,1
451 М-04	Шницель (свинина) 60/40	100	8,2	17,4	11,6	210	0,5	1,0	0,0	6,7	704,0	115,8	19,2	1,2
256 П-18	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,5	29,6	190	0,1	0,0	34,3	1,5	80,8	45,4	8,9	1,1
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				726								

Примерное меню на 4 недели для учащихся с ОВЗ, 1-4 классов муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений г.Бийска с 01 сентября 2025г.

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	РР	К	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Неделя №2

Понедельник

Завтрак

1 смена

227 П-18	Каша манная молочная жидкая	200	6,2	6,6	31,2	209	0,1	1,4	40,2	7,4	124,3	122,4	20,4	0,5
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				513								

Обед

95 П-18	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,0	6,8	11,0	141	0,1	19,0	0,0	3,4	318,0	81,0	25,0	1,3
327 П-18	Гуляш (свинина)	100	15,8	16,0	2,5	198	0,0	0,0	24,0	2,3	211,0	125,0	17,5	2,1
256 П-18	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,5	29,6	190	0,1	0,0	34,3	1,5	80,8	45,4	8,9	1,1
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	50	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				715								

Вторник

Завтрак

1 смена

226 П-18	Каша "Дружба"	200	5,8	6,3	30,1	194	0,1	0,5	0,4	6,8	119,7	136,5	129,5	0,5
542 П-18	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	189	0,1	0,0	38,8	0,0	0,0	30,8	5,7	0,5
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				519								

Обед

115 П-18	Суп картофельный с крупой	200	1,8	2,2	10,7	129	0,1	6,2	0,0	1,2	136,0	57,9	23,3	0,8
372 П-18	Котлеты из птицы припущенные 60/40	100	8,8	11,3	7,9	189	0,1	0,8	52,6	5,2	228,6	88,5	17,0	1,2
389 П-18	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,6	29,0	194	0,3	0,0	14,6	1,5	247,8	159,9	63,7	5,0
491 П-18	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,1	10,7	47	0,0	16,5	0,0	0,1	7,5	6,4	6,1	0,3
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0

Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	50	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				705								

Среда

Завтрак

1 смена

233 П-18	Каша пшенная молочная жидкая	200	6,0	6,8	28,6	181	0,2	1,2	37,0	1,0	108,0	150,6	37,0	0,9
550 П-18	Манник	40	2,2	2,1	12,4	115	0,0	0,1	23,0	0,0	0,0	31,9	4,5	0,3
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		500				472								

Обед

100 П-18	Рассольник "Ленинградский"(перл.) со сметаной	200	5,0	11,3	32,4	137	0,1	12,4	0,0	4,4	378,0	109,9	25,0	1,2
451 М-04	Биточек с соусом	100	6,8	15,3	10,4	220	0,0	0,0	16,0	1,1	109,0	108,0	16,0	1,3
202 П-18	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	6,6	38,2	196	0,2	0,0	23,9	3,5	247,8	204,3	137,9	4,6
459 П-18	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	15,1	41	0,0	1,3	0,0	0,1	30,1	8,9	4,8	0,1
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	50	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				740								

Четверг

Завтрак

1 смена

231 П-18	Каша кукурузная молочная жидкая	200	6,8	6,4	38,8	205	0,1	0,5	0,0	7,0	123,5	132,0	124,9	1,2
543 П-18	Булочка дорожная	60	4,3	8,0	28,8	205	0,1	0,0	39,5	0,0	0,0	31,9	6,0	0,5
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				546								

Обед

104 П-18	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,1	6,3	10,6	131	0,1	31,5	0,0	4,4	352,5	85,5	25,9	1,2
355 П-18	Запеканка из печени	90	14,9	5,6	13,0	181	0,1	8,1	6,0	4,1	44,3	263,8	21,1	5,2
377 П-18	Пюре картофельное	150	3,2	6,0	9,2	190	0,1	3,8	29,8	1,5	68,4	77,3	24,6	0,9
495 П-18	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	67	0,0	0,2	0,0	0,1	7,5	19,2	14,4	0,7
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		700				705								

Пятница

Завтрак

1 смена

232 П-18	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,4	7,8	30,1	202	0,2	0,5	0,0	7,2	131,1	186,8	151,6	1,2
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				506								

Обед

123 П-18	Суп с рыбными консервами	200	7,0	9,1	10,8	154	0,1	6,4	12,0	4,3	338,7	122,0	27,8	1,0
327 П-18	Гуляш (курица)	100	15,8	14,2	2,5	175	0,0	0,0	24,0	2,3	211,0	125,0	17,5	2,1
256 П-18	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,5	29,6	190	0,1	0,0	34,3	1,5	80,8	45,4	8,9	1,1
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	50	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				705								

Примерное меню на 4 недели для учащихся с ОВЗ, 1-4 классов муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений г.Бийска с 01 сентября 2025г.

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	РР	К	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Неделя №3

Понедельник

1 смена

Завтрак

230 П-18	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,0	6,8	28,6	181	0,2	1,2	37,0	1,0	108,0	150,6	37,0	0,9
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				485								

Обед

116 П-18	Суп картофель с макаронными изделиями	200	1,9	6,3	10,1	130	0,1	13,0	0,0	4,3	338,7	94,2	24,3	1,2
327 П-18	Гуляш (курица)	100	15,8	14,2	2,5	195	0,0	0,0	24,0	2,3	211,0	125,0	17,5	2,1
202 П-18	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	6,6	38,2	194	0,2	0,0	23,9	3,5	247,8	204,3	137,9	4,6
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	50	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				705								

Вторник

Завтрак

1 смена

227 П-18	Каша манная молочная жидкая	200	6,2	6,6	31,2	209	0,1	1,4	40,2	7,4	124,3	122,4	20,4	0,5
542 П-18	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	189	0,1	0,0	38,8	0,0	0,0	30,8	5,7	0,5
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				534								

Обед

100 П-18	Рассольник "Ленинградский"(перл.) со сметаной	200	5,0	11,3	32,4	136	0,1	12,4	0,0	4,4	378,0	109,9	25,0	1,2
350 П-18	Тефтели с рисом-"ёжики"(свинина) 60/40	100	6,8	15,3	10,4	220	0,0	0,0	16,0	1,1	109,0	108,0	16,0	1,3
377;380 П-18	Сложный гарнир (пюре картоф.,капуста туш.)	150	3,2	5,7	10,2	165	0,1	9,6	28,5	1,9	624,0	73,7	27,9	1,0
484 П-18	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,0	0,0	15,0	55	0,0	0,0	0,0	0,4	28,0	5,8	0,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0

Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				712								

Среда

Завтрак

1 смена

232 П-18	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,4	7,8	30,1	202	0,2	0,5	0,0	7,2	131,1	186,8	151,6	1,2
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				506								

Обед

95 П-18	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,0	6,8	11,0	141	0,1	19,0	0,0	3,4	318,0	81,0	25,0	1,3
328 П-18	Жаркое по-домашнему (свинина)	240	20,9	16,7	25,0	394	0,2	13,6	20,9	2,4	448,8	253,6	63,7	4,1
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		700				711								

Четверг

Завтрак

1 смена

231 П-18	Каша кукурузная молочная жидкая	200	6,8	6,4	38,8	205	0,1	0,5	0,0	7,0	123,5	132,0	124,9	1,2
1351 М-02	Хачапури с сыром	60	5,0	5,7	26,0	174	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				515								

Обед

155 М-04	Суп картофельный с клецками	200	1,9	6,3	10,1	130	0,1	13,0	0,0	4,3	338,7	94,2	24,3	1,2
330 П-18	Плов с мясом(свинина)	240	16,0	12,6	37,0	384	0,1	0,9	0,0	7,9	12,0	186,1	46,3	1,8
495 П-18	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	67	0,0	0,2	0,0	0,1	7,5	19,2	14,4	0,7
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		700				717								

Пятница

Завтрак

1 смена

226 П-18	Каша "Дружба"	200	5,8	6,3	30,1	194	0,1	0,5	0,4	6,8	119,7	136,5	129,5	0,5
----------	---------------	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----	-----	-----	-------	-------	-------	-----

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	РР	К	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Неделя №4

Понедельник

Завтрак

1 смена

227 П-18	Каша манная молочная жидкая	200	6,2	6,6	31,2	209	0,1	1,4	40,2	7,4	124,3	122,4	20,4	0,5
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				513								

Обед

95 П-18	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,0	6,8	11,0	141	0,1	19,0	0,0	3,4	318,0	81,0	25,0	1,3
327 П-18	Гуляш (свинина)	100	15,8	16,0	2,5	198	0,0	0,0	24,0	2,3	211,0	125,0	17,5	2,1
202 П-18	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	6,6	38,2	194	0,2	0,0	23,9	3,5	247,8	204,3	137,9	4,6
459 П-18	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	15,1	41	0,0	1,3	0,0	0,1	30,1	8,9	4,8	0,1
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				710								

Вторник

Завтрак

1 смена

233 П-18	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,0	6,8	28,6	181	0,2	1,2	37,0	1,0	108,0	150,6	37,0	0,9
542 П-18	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	189	0,1	0,0	38,8	0,0	0,0	30,8	5,7	0,5
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				506								

Обед

[illegible]

Среда**Завтрак****1 смена**

232 П-18	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,4	7,8	30,1	202	0,2	0,5	0,0	7,2	131,1	186,8	151,6	1,2
530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				506								

Обед

100 П-18	Рассольник "Ленинградский"(перл.) со сметаной	200	5,0	11,3	32,4	136	0,1	12,4	0,0	4,4	378,0	109,9	25,0	1,2
372 П-18	Котлеты из птицы припущенные 60/40	100	8,8	11,3	7,9	185	0,1	0,8	52,6	5,2	228,6	88,5	17,0	1,2
389 П-18	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,6	29,0	194	0,3	0,0	14,6	1,5	247,8	159,9	63,7	5,0
484 П-18	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,0	0,0	15,0	55	0,0	0,0	0,0	0,4	28,0	5,8	0,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				706								

Четверг**Завтрак****1 смена**

231 П-18	Каша кукурузная молочная жидкая	200	6,8	6,4	38,8	205	0,1	0,5	0,0	7,0	123,5	132,0	124,9	1,2
543 П-18	Булочка дорожная	60	4,3	8,0	28,8	205	0,1	0,0	39,5	0,0	0,0	31,9	6,0	0,5
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				546								

Обед

104 П-18	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,1	6,3	10,6	131	0,1	31,5	0,0	4,4	352,5	85,5	25,9	1,2
461 М-04	Тефтели (1 вариант) с соусом 60/40	100	6,8	15,3	10,4	220	0,0	0,0	16,0	1,1	109,0	108,0	16,0	1,3
256 П-18	Макаронные изделия отварные	150	5,6	0,5	29,6	190	0,1	0,0	34,3	1,5	80,8	45,4	8,9	1,1
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
		710				717								

Пятница**Завтрак****1 смена**

232 П-18	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,4	7,8	30,1	202	0,2	0,5	0,0	7,2	131,1	186,8	151,6	1,2
----------	---	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----	-----	-----	-------	-------	-------	-----

530 П-18	Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	168	0,0	0,0	8,6	0,6	57,6	27,2	6,6	0,7
457 П-18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	13,5	40	0,0	0,1	0,0	0,1	22,7	7,4	4,0	0,0
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	96	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
		500				506								

Обед

129 М-04	Суп-лапша домашняя	200	5,5	5,1	18,5	130	0,1	0,4	66,2	4,3	338,7	74,7	11,8	1,0
451 М-04	Шницель (свинина) 60/40	100	8,2	17,4	11,6	200	0,5	1,0	0,0	6,7	704,0	115,8	19,2	1,2
389 П-18	Пюре из гороха с маслом	150	16,5	3,7	29,0	165	0,3	0,0	14,6	2,5	69,6	160,0	63,7	5,0
495 П-18	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	50	0,0	0,2	0,0	0,1	7,5	19,2	14,4	0,7
Ком.тов.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,0	1,0	20,0	86	0,1	0,0	0,0	0,0	8,8	34,0	13,0	1,0
Ком.тов.	Хлеб ржаной	20	1,5	0,6	10,0	40	0,1	0,0	0,0	0,0	4,4	17,0	6,6	0,4
Ком.тов.	Пюре фруктовое	125	0,8	0,8	19,6	45	0,1	14,0	0,0	0,0	0,0	22,0	18,0	4,4
		835				716								