|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОНачальник ТО Управления Роспотребнадзора по Алтайскому краюв Завьяловском, Баевском, Мамонтовском, Родинском, Романовском и Ребрихинском районах |  | УТВЕРЖДАЮДиректор МБОУ «Станционно-Ребрихинская СОШ» /Г.В.Дорофеева/«31» августа 2022 г. |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/В.А. Шабанова/

**Десятидневное меню для детей с ОВЗ**

**МБОУ «Станционно-Ребрихинская СОШ»**

**Ребрихинского района Алтайского края**

 **1 неделя**

**1 день**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
| **ЗАВТРАК** |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 93 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 |  18,84 | 145,2 | 0,09 | 0,91 | 30,60 | 0 | 161,62 | 137,98 | 24,14 | 0,51 |
|  | Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172 | 0,04 | 0,06 | 25,15 | 0 | 13,5 |  | 12,48 | 0,88 |
| 874 | Кисель | 200 | 4,51 |  1,4 |  7,71 | 57,33 | 0,01 | 3,67 | 0 | 0 | 112,55 |  |  | 18,42 |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 | 0 | 0 | 20 |  |  | 0,9 |
|  | **Итого:** | **555** | **21,87** | **10,43** | **100,12** | **574,53** | **0,34** | **5,48** | **55,75** | **0** | **307,67** | **137,98** | **36,62** | **20,71** |

**ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С |  А | Е | Са | Р | Мg | Fe |
| 184 | Каша рисовая молочная с маслом | 200 | 3,98 | 7,48 |  20,83 | 167,30 | 0,05 | 1,30 |  |  | 121,95 |  | 21,57 | 0,28 |
| 943 | Чай с лимоном | 200 | 4,51 | 1,4 | 7,71 | 57,33 | 0,01 | 3,67 |  |  | 112,55 |  |  | 18,42 |
|  | сыр порционный | 20 | 4,64 |  5,9 |  0 | 72,8 | 0,01 | 0,14 | 52 |  | 176 | 100 | 7 | 0,20 |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172,00 | 0,04 | 0,06 | 25,15 |  | 13,5 |  | 12,48 | 0,88 |
|  | Фрукт  | 200 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10,00 |  |  | 10 | 75,8 |  | 2,2 |
|  | **Итого:** |  **775** | **25,14** | **19,0** | **111,91** |  **716,43** | **0,34** | **16,01** | **77,15** |  | **454** | **175,8** | **41,05** | **22,88** |

 **2 день**

 **ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 168 | Каша манная на молоке с сахаром, маслом | 200 | 3,4 | 3,96 | 27,83 | 197 | 0,03 |  | 20 |  | 10,70 | 38,6 | 7,9 | 0,47 |
| 379 | Кофейный напиток | 200 | 1,4 | 2,00 | 22,4 | 116 | 0,02 | 0,54 |  |  | 0 | 45 | 7 | 0,08 |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  | 13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого:** | **545** | **15,73** | **10,11** | **128,95** | **705,5** | **0,33** | **1,44** | **20** | **0** | **44,35** | **83,6** | **14,9** | **2,42** |
| **ОБЕД** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 312 | Пюре картофельное | 200 | 2,34 | 16,71 |  3,79 | 174,02 | 0,18 | 24,22 | 34 |  | 49,3 | 115,46 | 37 | 1,34 |
| 608 | Биточки мясные | 80 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183 | 0,1 | 0,15 |  |  | 35 | 133,1 | 25,7 | 1,2 |
| 66 | свекла припущенная | 80 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 93,9 | 0,01 | 5,7 |  |  | 21,09 |  |  | 0,8 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,24 | 0 | 12,84 | 94,20 | 0,01 | 1,08 |  |  | 6,4 | 3,6 |  | 0,18 |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  | 13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого:** | **705** | **26,81** | **33,75** | **112,93** | **937,62** | **0,58** | **32,05** | **34** |  | **145,44** | **252,16** | **62,7** | **4,49** |

**3 день**

 **Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 | С | А | Е | Ca | Р | Mg | Fe |
| 206 | Макароны отварные с сыром | 150 | 9,29 | 10,01 | 22,71 | 218,00 | 0,05 | 0,14 |  |  | 104,6 |  |  | 1,14 |
| 945 | Чай с молоком | 200 | 1,40 | 1,60 | 16,4 | 86,00 |  | 0 | 0,08 |  | 33,0 | 67,50 | 10,50 | 0,40 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  | 13,65 |  |  | 0,97 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  | **Итого** | **635** | **30,04** | **102,11** | **85,48** |  **926,85** | **0,79** | **21,69** | **103,02** |  | **332,3** | **552,28** | **143,19** |  **12,7**  |

**ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименование блюда | Масса порциив грамм. | пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В |  С | А | Е | Ca | Р | Мg |  Fe |
| 170 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | 82 | 0,04 | 8,23 | 00 |  | 35,5 | 42,58 | 21,00 | 0,95 |
| 951 | Кофейный напиток | 200 | 1,20 | 1,33 | 10,27 | 55,35 | 0,01 | 0,54 |  |  | 50,16 |  |  | 0,06 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200,00 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  | Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172,00 | 0,04 | 0,06 | 25,15 |  | 13,5 |  | 12,48 | 0,88 |
|  | Фрукт  | 200 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10,00 |  |  | 10 | 75,8 |  | 2,2 |
|  | **Итого** |  **755** | **16,66** | **14,7** | **195,09** | **556,35** | **0,53** | **18,91** | **52** |  | **30,18** | **218,38** | **28,00** | **4,31** |

 **4 день**

 **ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С |  А | Е | Са | Р | Мg | Fe |
| 184 | Каша рисовая молочная с маслом | 200 | 3,98 | 7,48 |  20,83 | 167,30 | 0,05 | 1,30 |  |  | 121,95 |  | 21,57 | 0,28 |
| 943 | Чай с лимоном | 200 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  |  13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого:** |  **775** | **25,14** | **19,0** | **111,91** |  **716,43** | **0,34** | **16,01** | **77,15** | **0** | **454** | **175,8** | **41,05** | **22,88** |

 **ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| 93 | Макароны отварные с маслом | 200 | 7,36 | 6,02 | 35,26 | 224,36 | 0,08 | - | 28 |  | 1,55 | 49,56 | 28,16 | 1,55 |
| 301 | Птица тушеная | 80 | 12,75 | 22,45 | 1,4 | 276,25 | 0,05 | 0,02 | 43 |  | 54,5 | 132,90 | 20,30 | 2,14 |
| 126 | Икра морковная | 80 | 2,2 | 4,6 | 10,88 |  93,7 | 0,05 | 5,12 |  |  | 30,64 | 70 | 41,28 | 3,48 |
| 959 |  Какао с молоком | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | 0,03 | 0,96 |  |  | 89,71 |  |  | 0,46 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200,00 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  | Пряник | 10 | 0,4 | 0,28 | 8,25 | 35 | 0,07 |  |  |  | 9 |  |  | 0,6 |
|  | **Итого** | **645** | **41,67** | **48,8** | **119,79** | **938,8** | **0,69** | **6,1** | **71** |  | **215,5** | **252,46** | **89,74** | **9,13** |

 **5 день**

 **ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименование блюда | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 177 | Каша «Дружба» и изюмом  | 200 | 10,44 | 11,11 | 41,3 | 307,00 | 0,26 | 1,2 | 81,0 | 0 | 158,60 | 257,3 | 86,7 | 2,75 |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,24 | 0 | 12,84 | 94,20 | 0,01 | 1,08 |  |  | 6,4 | 3,6 |  | 0,18 |
|  | сыр порционный | 20 | 4,64 |  5,9 |  0 | 72,8 | 0,01 | 0,14 | 52 |  | 176 | 100 | 7 | 0,20 |
|  | Хлеб | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
| Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172,00 | 0,04 | 0,06 | 25,15 | 0 | 13,5 | 0 | 12,48 | 0,88 |
|  | **Итого** | **575** | **28,93** | **26,05** | **128,96** | **846,0** | **0,73** | **2,48** | **160,63** | **0** | **384,6** | **360,9** | **106,18** | **4,91** |

 **ОБЕД**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С |  А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 93 | Макароны отварные с маслом | 200 | 7,36 | 6,02 | 35,26 |  224,36 | 0,08 |  | 28 |  | 1,55 | 49,56 | 28,16 | 1,55 |
| 536 | Сосиска  | 80 | 8,32 | 16 | 16,96 | 179,2 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 19,2 | 127,20 | 16 | 1,44 |
| 874 | Кисель из смеси сухофруктов | 200 | 1,36 | 0 | 29,02 | 121,52 |  0 |  |  |  |  |  |  | 4,57 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 |  0,41 |  0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 |  0,08 |  0,06 |  |  |  13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого** | **625** | **29,97** | **31,39** | **161,,21** |  **917,58** |  **0,6** |  **0,06** |  **28** | **0** | **64,50** | **176,76** | **44,16** |  **9,43** |

 **2 неделя**

**1 день**

|  |
| --- |
| **ЗАВТРАК** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 | С | А | Е | Ca | Р | Mg | Fe |
| 206 | Макароны отварные с сыром | 150 | 9,29 | 10,01 | 22,71 | 218,00 | 0,05 | 0,14 |  |  | 104,6 |  |  | 1,14 |
| 945 | Чай с молоком | 200 | 1,40 | 1,60 | 16,4 | 86,00 |  | 0 | 0,08 |  | 33,0 | 67,50 | 10,50 | 0,40 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  | 13,65 |  |  | 0,97 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  | **Итого** | **635** | **30,04** | **102,11** | **85,48** |  **926,85** | **0,79** | **21,69** | **103,02** |  | **332,3** | **552,28** | **143,19** |  **12,7**  |

|  |
| --- |
| **ОБЕД** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 168 | Каша манная на молоке с сахаром, маслом | 200 | 3,4 | 3,96 | 27,83 | 197 | 0,03 |  | 20 |  | 10,70 | 38,6 | 7,9 | 0,47 |
| 379 | Кофейный напиток | 200 | 1,4 | 2,00 | 22,4 | 116 | 0,02 | 0,54 |  |  | 0 | 45 | 7 | 0,08 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  |  масло порционное | 20 | 0 | 16,4 | 0,2 | 150 | 0,0 | 0,0 | 118 |  | 10,40 | 4 |  | 0,0 |
|  | Фрукт  | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47 | 0,03 | 5,0 |  |  | 8,0 | 96,1 |  | 2,3 |
|   | **Итого** | **595** |  **18,44** | **19,28** | **73,95** | **632,8** | **0,5** | **5,68** | **52** |  | **224,8** | **279,7** | **21,9** | **3,95** |

**2 день**

 **ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С |  А | Е | Са | Р | Мg | Fe |
| 184 | Каша рисовая молочная с маслом | 200 | 3,98 | 7,48 |  20,83 | 167,30 | 0,05 | 1,30 |  |  | 121,95 |  | 21,57 | 0,28 |
| 943 | Чай с лимоном | 200 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  |  13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого:** |  **775** | **25,14** | **19,0** | **111,91** |  **716,43** | **0,34** | **16,01** | **77,15** |  | **454** | **175,8** | **41,05** | **22,88** |

|  |
| --- |
| **ОБЕД** |
| 694 |  Картофельное пюре  | 180 | 1,75 | 12,53 | 2,84 | 164,7 | 0,03 | 1,01 |  |  | 37,58 |  | 17,79 | 0,615 |
| 336 | Капуста тушеная | 80 | 3,7 | 8,64 | 46,3 | 284,7 | 0,31 | 42 | 42 |  | 29,28 | 159,45 | 58,65 | 2,31 |
| 608 |  котлета  | 80 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183 | 0,1 | 0,15 |  |  | 35 | 133,1 | 25,7 | 1,2 |
|  | хлеб | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
| 874 | кисель | 200 | 1,36 | 0 | 29,02 | 121,52 | 0 |  |  |  |  |  |  | 4,57 |
|  | Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172,00 | 0,04 | 0,06 | 25,15 |  | 13,5 |  | 12,48 | 0,88 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  |  13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого** | **765** | **37,19** | **41,7** | **204,26** | **1318,42** | **0,97** | **43,28** | **67,22** |  | **159,11** | **292,55** | **114,62** | **11,445** |
|  **3 день** |
| **ЗАВТРАК** |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
| **ЗАВТРАК** |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 93 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 |  18,84 | 145,2 | 0,09 | 0,91 | 30,60 |  | 161,62 | 137,98 | 24,14 | 0,51 |
|  | Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172 | 0,04 | 0,06 | 25,15 |  | 13,5 |  | 12,48 | 0,88 |
| 874 | Кисель | 200 | 4,51 |  1,4 |  7,71 | 57,33 | 0,01 | 3,67 |  |  | 112,55 |  |  | 18,42 |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | **Итого:** | **555** | **21,87** | **10,43** | **100,12** | **574,53** | **0,34** | **5,48** | **55,6** | **0** | **307,67** | **137,98** | **36,62** | **20,71** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименование блюда | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 87 | Суп рыбный | 200 | 6,89 | 6,72 |  11,47 | 133,8 | 0,08 | 7,29 | 12 |  | 40,86 | 141,22 | 37,88 | 1,01 |
|  |  Расстегай с повидлом | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 | 11,9 |  | 13,65 | 42,98 | 16,87 | 0,93 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 4,51 | 1,4 | 7,71 | 86,00 | 0,01 | 3,67 |  |  | 112,55 |  |  | 18,42 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
| Фрукт  | 200 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47 | 0,03 | 5,00 |  |  | 8,00 | 96,1 |  | 2,3 |
| **Итого** | **745** | **24,73** | **17,79** | **109,45** |  **659,3** | **0,61** | **16,02** | **23,9** |  | **205,16** | **280,3** | **54,75** | **23,56** |

 **4 день**

  **ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 168 | Каша манная на молоке с сахаром, маслом | 200 | 3,4 | 3,96 | 27,83 | 197 | 0,03 |  | 20 |  | 10,70 | 38,6 | 7,9 | 0,47 |
| 379 | Кофейный напиток | 200 | 1,4 | 2,00 | 22,4 | 116 | 0,02 | 0,54 |  |  | 0 | 45 | 7 | 0,08 |
|  | Хлеб  | 75 | 6,6 | 1,9 | 40,0 | 200,0 | 0,2 | 0,84 |  |  | 20 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  | 13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого:** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **ОБЕД** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С |  А | Е | Ca | Р | Mg | Fe |
| 304 | Рис отварной рассыпчатый | 200 | 2,16 | 0,5 | 24,87 | 116 | 0,39 | 0 |  |  | 98,84 |  |  | 2,39 |
| 245 | Рыба припущенная | 80 | 6,12 | 0,81 | 2,54 | 42 | 0,04 | 0,77 | 3 |  | 35,49 | 67,4 | 8 | 0,45 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 9,02 | 2,28 | 15,42 | 114,66 | 0,01 | 3,67 |  |  | 112,55 |  |  | 18,42 |
|  |  масло порционное | 20 | 0 | 16,4 | 0,2 | 150 | 0,0 | 0,0 | 118 |  | 10,40 | 4 |  | 0,0 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 | 0,08 | 0,06 |  |  | 13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого** | **645** | **30,23** | **20,53** | **122,8** | **815,46** | **0,91** | **6,03** | **221** |  | **290,63** | **71,4** | **8** | **23,43** |

 **5 день**

|  |
| --- |
| **ЗАВТРАК** |
| Номер рецептуры | Наименование блюда | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| 177 | Каша «Дружба» и изюмом  | 200 | 10,44 | 11,11 | 41,3 | 307,00 | 0,26 | 1,2 | 81,0 | 0 | 158,60 | 257,3 | 86,7 | 2,75 |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,24 | 0 | 12,84 | 94,20 | 0,01 | 1,08 |  |  | 6,4 | 3,6 |  | 0,18 |
|  | сыр порционный | 20 | 4,64 |  5,9 |  0 | 72,8 | 0,01 | 0,14 | 52 |  | 176 | 100 | 7 | 0,20 |
|  | Хлеб | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 | 0,41 | 0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
| Булочка  | 80 | 5,01 | 1,92 | 33,57 | 172 | 0,04 | 0,06 | 25,15 | 0 | 13,5 | 0 | 12,48 | 0,88 |
|  | **Итого** | **575** | **28,93** | **26,05** | **128,96** | **846** | **846,72** | **2,48** | **158,15** | **0** | **384,6** | **360,9** | **106,18** | **4,91** |
| **ОБЕД** |
| Номер рецептуры | Наименованиеблюд | Масса порциив грамм. | Пищевые вещества в граммах | Энергетическая ценность в кал. |  Витамины | Минеральные вещества |
|  |  |  | белки | жиры | углеводы |  | В1 |  С |  А | Е | Ca | Р | Мg | Fe |
| 93 | Макароны отварные с маслом | 200 | 7,36 | 6,02 | 35,26 |  224,36 | 0,08 |  | 28 |  | 1,55 | 49,56 | 28,16 | 1,55 |
| 536 | Сосиска  | 80 | 8,32 | 16 | 16,96 | 179,2 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 19,2 | 127,20 | 16 | 1,44 |
| 874 | Кисель из смеси сухофруктов | 200 | 1,36 | 0 | 29,02 | 121,52 |  0 |  |  |  |  |  |  | 4,57 |
|  | Хлеб  | 75 | 8,6 | 7,12 | 41,25 | 200 |  0,41 |  0 |  |  | 30,1 |  |  | 0,9 |
|  | Кондитерское изделие | 70 | 4,33 | 2,25 | 38,72 | 192,5 |  0,08 |  0,06 |  |  |  13,65 |  |  | 0,97 |
|  | **Итого** | **625** | **29,97** | **31,39** | **161,,21** |  **917,58** |  **0,6** |  **0,06** |  **28** | **0** | **64,50** | **176,76** | **44,16** |  **9,43** |