

«СОГЛАСОВАНО»

12 января 2026 года

Директор МБОУ СОШ № 1

Крылова Н. И.



«УТВЕРЖДАЮ»

12 января 2026 года

ООО «Комбинат школьного питания»

Бужина О. В.



# Десятидневный рацион питания

ДЛЯ ЛИЦА, ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ОЛП 11 ДО 18 ЛЕТ В  
МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
УЧРЕЖДЕНИИ (МБОУ)

2026 год

## Типовое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Сезон: \_\_\_\_\_

День: понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	6	7	8		
1	2	3	4	5	6	7	8			
<b>Завтрак 1</b>										
36,17	Блинчики, (Шс)	180	9	12	42	329		рец. №875 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
1,14	Молоко стуженное 20гр	20	1	2	11	66		рец. №780 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38		рец. №789 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54		рец. №21 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110		рец. №25 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33		рец. №850 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132		рец. №872-2 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
199,14	Чай (Ш)	200			5	20		рец. №877-2 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
<b>Итого за Завтрак 1</b>			21	24	130	781				
<b>Обед</b>										
32,43	Квашеная капуста 100гр	100	2		3	23		рец. №235 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
20,53	Масло растительное 8 гр	8		8		72		рец. №793 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
77,55	Суп "Минестроне" (Шс)	250	3	5	17	129		рец. №306 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
388,16	Нагетсы 100 гр	100	10	16	20	261		рец. №542 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
513,09	Макароны отварные., 180гр	180	5	2	35	182		рец. №340 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110		рец. №25 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3		19	84		рец. №26 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
187,12	Сок плодово-ягодный	200	1		25	110		рец. №869 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
393,02	Кисель из смородины	200			26	106		рец. №892 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
<b>Итого за Обед</b>			26	32	179	1077				
<b>Уплотнённый полдник</b>										
114,61	Запеканка из творога., 180гр	180	26	35	31	559		рец. №239 СРБ Кучма 2016		
1,14	Молоко стуженное 20гр	20	1	2	11	66		рец. №780 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38		рец. №789 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110		рец. №25 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33		рец. №850 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110		рец. №875 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
199,14	Чай (Ш)	200			5	20		рец. №877-2 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			36	43	113	935				
<b>Итого за день</b>			83	99	421	2793				

Типовое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

День: вторник

Сезон:

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак 1</b>							
97,19	Каша молочная "Дружба" 250гр	250	7	10	48	319	рец. №418 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
239,07	Соус ягодный 20 гр	20		9		38	рец. №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
340,21	Йогурт фруктовый 125 гр	125	4	3	13	95	рец. №941 Теккарты
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110	рец. №875 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
199,14	Чай (Ш)	200			5	20	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
<b>Итого за Завтрак 1</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>124</b>	<b>691</b>	
<b>Обед</b>							
457,15	Огурцы соленые 35 гр	35			1	4	рец. №248 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
20,56	Свекла отварная 35 гр	35	1		3	15	рец. №258 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
20,54	Морковь свежая 35 гр	35			3	12	рец. №240 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
399,05	Кукуруза консервированная 35 гр	35	1		5	28	рец. №237 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
20,53	Масло растительное 8 гр	8		8		72	рец. №783 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
49,37	Борщ с капустой и картофелем., 250гр	250	2	3	13	93	рец. №264 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
184,48	Котлета рубленная куриная 100гр	100	15	15	21	250	рец. №716 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
288,08	Картофель отварной с зеленью 180 гр	180	4	7	31	204	рец. №728 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3		19	84	рец. №26 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
393,05	Компот вишневый	200			16	66	рец. №914 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
210,18	Компот из плодов сухих	200			14	60	рец. №933 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
<b>Итого за Обед</b>			<b>29</b>	<b>35</b>	<b>158</b>	<b>997</b>	
<b>Уплотнённый полдник</b>							
94,07	Хлопья сладкие с молоком 250гр	250	13	7	79	420	рец. №410-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54	рец. №21 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
381,02	Фрукты 100 гр	100	1	8	8	33	рец. №850 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
332,31	Печенье., 40 гр	40	3		19	95	рец. №1043 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132	рец. №872-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
199,14	Чай (Ш)	200			5	20	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			<b>26</b>	<b>17</b>	<b>165</b>	<b>864</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>74</b>	<b>69</b>	<b>447</b>	<b>2552</b>	

Типовое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Приложение \_\_\_\_\_ к контракту № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Сезон:

День: среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	6	7*			
1	2	3	4	5	6	7*			8	
<b>Завтрак 1</b>										
114,63	Пудинг из творога запеченый, 180	180	24	33	24	24	500		рец. №241 СРБ Кучма 2016	
1,14	Молоко сгущенное 20гр	20	1	2	11	66			рец. №780 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38			рец. №789 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110			рец. №25 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33			рец. №850 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132			рец. №872-2 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5	20			рец. №877-2 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Завтрак 1</b>			33	40	111	898				
<b>Обед</b>										
457,07	Огурцы свежие 35 гр	35			1	5			рец. №249 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,54	Морковь свежая 35 гр	35			3	12			рец. №240 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
399,05	Кукуруза консервированная 35 гр	35	1		5	28			рец. №237 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
457,08	Капуста свежая 35 гр	35	1		2	9			рец. №234 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
124,32	Горошек консервированный 35 гр	35	1		2	14			рец. №226 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,53	Масло растительное 8 гр	8			8	72			рец. №793 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
63,43	Суп гороховый, . 250гр	250	11	7	29	223			рец. №288 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
171,45	Говядина по-мексикански 100гр	100	13	8	7	190			рец. №572 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
230,32	Гречка отварная рассыпчатая 180гр	180	8	4	40	211			рец. №720 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110			рец. №25 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3	1	19	84			рец. №26 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
187,12	Сок плодово-ягодный	200	1		25	110			рец. №969 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
393,06	Компот из вишни с яблоками	200			25	104			рец. №914 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Обед</b>			42	29	191	1171				
<b>Уплотнённый полдник</b>										
326,11	Омлет 210гр	210	19	20	4	316			рец. №491 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33			рец. №950 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110			рец. №25 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
1,1	Масло сливочное 10 гр	10			8	75			рец. №18 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110			рец. №975 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5	20			рец. №877-2 Сб, рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			27	34	65	663				
<b>Итого за день</b>			101	103	367	2732				

Типовое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

День: четверг

Сезон:

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	5	6	7		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
<b>Завтрак 1</b>										
94,07	Хлопья сладкие с молоком 250гр	250	13	7	79	420			рец. №410-2 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54			рец. №21 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110			рец. №25 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33			рец. №850 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
332,31	Печенье., 40 гр	40	3		19	95			рец. №1043 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110			рец. №875 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5	20			рец. №877-2 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Завтрак 1</b>			27	17	160	842				
<b>Обед</b>										
457,05	Капуста пекинская 60 гр	60	1		1	8			рец. №233 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
457,06	Огурцы свежие 40 гр	40			1	6			рец. №249 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,53	Масло растительное 8 гр	8			8	72			рец. №793 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
408,03	Суп картофельный с рисом. (Шс)	250	2	4	15	100			рец. №300 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
386,06	Рагу из мяса птицы (курица), 280гр	280	23	24	37	463			рец. №334 СРБ Кучма 2016	
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110			рец. №25 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3		19	84			рец. №26 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
393,02	Кисель из смородины	200			26	106			рец. №892 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
210,19	Компот из кураги.	200	1		17	69			рец. №921 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Обед</b>			33	38	148	1018				
<b>Уплотнённый полдник</b>										
114,61	Запеканка из творога., 180гр	180	26	35	31	559			рец. №239 СРБ Кучма 2016	
1,14	Молоко стухшее 20гр	20	1	2	11	66			рец. №780 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38			рец. №789 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54			рец. №21 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110			рец. №25 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33			рец. №850 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132			рец. №872-2 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5	20			рец. №877-2 Сб, рецептур блюод и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			38	47	119	1011				
<b>Итого за день</b>			98	102	427	2871				

**Типовое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)**

День: пятница

Сезон:

Неделя: 1

№ рец.	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	5	6	7		
1	2	3	4	5	6	7	8			
<b>Завтрак 1</b>										
326,11	Омлет 210гр	210	19	20	4		4	316	рец. №491 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8		8	33	рец. №850 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33		33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
1,1	Масло сливочное 10 гр	10		8			8	75	рец. №18 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21		21	132	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200					5	20	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Завтрак 1</b>			26	34	71		71	686		
<b>Обед</b>										
457,15	Огурцы соленые 35 гр	35			1		1	4	рец. №248 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,56	Свекла отварная 35 гр	35	1		3		3	15	рец. №258 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,54	Морковь свежая 35 гр	35			3		3	12	рец. №240 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
399,05	Кукуруза консервированная 35 гр	35	1		5		5	28	рец. №237 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,53	Масло растительное 8 гр	8		8			8	72	рец. №793 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
79,53	Суп куриный 250гр	250	5	5	12		12	113	рец. №338 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
388,15	Пельмени отварные (Ст)	280	21	37	46		46	601	рец. №1011 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33		33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3	1	19		19	84	рец. №26 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
187,12	Сок плодово-ягодный	200	1		25		25	110	рец. №669 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
393,05	Компот вишневый	200			16		16	66	рец. №914 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Обед</b>			35	52	163		163	1214		
<b>Уплотнённый полдник</b>										
97,19	Каша молочная "Дружба" 250гр	250	7	10	48		48	319	рец. №418 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9		9	38	рец. №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
340,21	Йогурт фруктовый 125 гр	125	4	3	13		13	95	рец. №941 Техкарты	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33		33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15		15	110	рец. №875 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5		5	20	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			18	18	124		124	691		
<b>Итого за день</b>			79	104	358		358	2591		

Сезон:

День: понедельник  
Неделя: 2

№ рец.	Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак 1</b>							
114,63	Пудинг из творога запеченый, 180	180	24	33	24	500	рец. №241 СРБ Кучма 2016
1,14	Молоко сушенное 20гр	20	1	2	11	66	рец. №780 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38	рец. №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54	рец. №21 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33	рец. №850 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110	рец. №875 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
199,14	Чай (Ш)	200			5	20	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
<b>Итого за Завтрак 1</b>							
			37	45	106	930	
<b>Обед</b>							
20,55	Морковь свежая 50 гр	50	1		4	17	рец. №240 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
399,06	Кукуруза консервированная 50 гр	50	1		8	40	рец. №237 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
457,11	Капуста свежая 50 гр	50	1		2	14	рец. №234 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
124,33	Горошек консервированный 50 гр	50	2		3	20	рец. №226 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
20,53	Масло растительное 8 гр	8		8		72	рец. №793 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
55,32	Рассольник. (Шс)	250	6	7	24	201	рец. №267 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
386,06	Рагу из мяса птицы (курица),. 280гр	280	23	24	37	463	рец. №334 СРБ Кучма 2016
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3		19	84	рец. №26 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
187,12	Сок плодово-ягодный	200	1		25	110	рец. №969 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
210,2	Напиток из плодов сухих (изюм).	200			19	74	рец. №955 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
<b>Итого за Обед</b>							
			41	42	173	1203	
<b>Уплотнённый полдник</b>							
641,01	Каша гречневая с молоком 250гр	250	8	7	43	263	рец. №413 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38	рец. №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
248,34	Круассан 80 гр	80	4	9	51	295	рец. №812 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110	рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33	рец. №850 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132	рец. №872-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
199,14	Чай (Ш)	200			5	20	рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>							
			20	21	170	890	
<b>Итого за день</b>							
			98	107	449	3023	

**Типовое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 7)**

День: вторник  
Неделя: 2

Сезон:

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	5	6	7		
1	2	3	4	5	6	7	8			
<b>Завтрак 1</b>										
326,11	Омлет 210гр	210	19	20	4	316		рецепт №491 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
333,03	Кекс с цукатами	80	5	21	45	399		рецепт №1033 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110		рецепт №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132		рецепт №872-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
199,14	Чай (Ш)	200			5	20		рецепт №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
<b>Итого за Завтрак 1</b>			30	46	109	977				
<b>Обед</b>										
457,15	Огурцы соленые 35 гр	35			1	4		рецепт №248 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
20,56	Свекла отварная 35 гр	35	1		3	15		рецепт №258 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
20,54	Морковь свежая 35 гр	35			3	12		рецепт №240 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
399,05	Кукуруза консервированная 35 гр	35	1		5	28		рецепт №237 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
20,53	Масло растительное 8 гр	8			8	72		рецепт №793 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
63,43	Суп гороховый, 250гр	250	11	7	29	223		рецепт №288 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
327,03	Плов с курицей, 280гр	280	17	23	46	471		рецепт №265 "СРБ Тутьельян 2015		
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110		рецепт №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3		19	84		рецепт №26 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
394,03	Компот из плодов свежих (яблоки).	200			6	26		рецепт №927 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
210,19	Компот из кураги.	200	1		17	69		рецепт №921 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
<b>Итого за Обед</b>			37	41	162	1113				
<b>Уплотнённый полдник</b>										
640,01	Суп молочный с вермишелью 250 гр	250	7	12	34	281		рецепт №317/2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38		рецепт №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110		рецепт №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4	4	54		рецепт №21 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
340,21	Йогурт фруктовый 125 гр	125	4	3	13	95		рецепт №941 Техкарты		
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110		рецепт №875 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
199,14	Чай (Ш)	200			5	20		рецепт №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024		
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			21	25	109	707				
<b>Итого за день</b>			89	111	380	2797				

**Типовое меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)**

Сезон:

День: среда

Неделя: 2

№ рец.	Применение рецептуры	№ рецептуры	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)					
				Б	Ж	У	Б	Ж	У
1	2	8	7	43	283				
<b>Завтрак 1</b>									
641.01	Каша гречневая с молоком 250гр	рец. №113 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	250	8	7	43	283		
239.07	Соус ягодный 20 гр	рец. №8789 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	20			9	38		
248.34	Круассан 80 гр	рец. №1127	80	4	9	51	295		
299.61	Хлеб пшеничный, 60гр	рец. №25 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	60	3	1	33	110		
381.02	Фрукты 100 гр	рец. №850 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	100	1		8	33		
379.02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	рец. №875 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	200	4	4	15	110		
199.14	Чай (Ш)	рец. №877-2 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	200			5	20		
<b>Итого за Завтрак 1</b>				21	21	164	868		
<b>Обед</b>									
457.18	Помидоры свежие 35 гр	рец. №251 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	35			1	8		
457.19	Капуста пекинская 35 гр	рец. №233 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	35	1		1	5		
457.07	Огурцы свежие 35 гр	рец. №249 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	35			1	5		
20.53	Масло растительное 8 гр	рец. №793 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	8			8	72		
49.38	Борщ "Сибирский" 250 гр	рец. №266 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	250	28	18	75	595		
388.14	Изделия рыбные формованные в панировке (Ст)	рец. №542 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	125	12	20	25	327		
570.01	Пюре картофельное (Шст)	рец. №354 СРБ Кучма 2016	180	4	7	27	190		
299.82	Хлеб пшеничный 40гр	рец. №25 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	40	3	1	33	110		
299.83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	рец. №26 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	40	3		19	84		
393.05	Компот вишневый	рец. №914 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	200			16	66		
210.18	Компот из плодов сухих	рец. №933 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	200			14	60		
<b>Итого за Обед</b>				52	54	212	1520		
<b>Уплотнённый полдник</b>									
97.19	Каша молочная "Дружба" 250гр	рец. №418 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	250	7	10	48	319		
299.61	Хлеб пшеничный, 60гр	рец. №25 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	60	3	1	33	110		
381.02	Фрукты 100 гр	рец. №850 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	100	1		8	33		
332.29	Печенье, 20 гр	рец. №1043 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	20	3		19	95		
204.31	Какао-напиток на молоке.	рец. №872-2 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	200	3	4	21	132		
199.14	Чай (Ш)	рец. №877-2 Сб. рецептур блюд и кул. изданий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	200			5	20		
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>				18	15	135	709		
<b>Итого за день</b>				90	90	512	3097		

**Типовое меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)**

Сезон: \_\_\_\_\_

День: четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	5	6	7		
1	2	3	4	5	6	7	8			
<b>Завтрак 1</b>										
640,01	Суп молочный с вермишелью 250 гр	250	7	12	34	281			рец. №3172 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38			рец. №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110			рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54			рец. №21 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
340,21	Йогурт фруктовый 125 гр	125	4	3	13	95			рец. №941 Техкарты	
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132			рец. №872-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5	20			рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Завтрак 1</b>			20	24	115	729				
<b>Обед</b>										
457,07	Огурцы свежие 35 гр	35			1	5			рец. №249 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,54	Морковь свежая 35 гр	35			3	12			рец. №240 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
399,05	Кукуруза консервированная 35 гр	35	1		5	28			рец. №237 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
457,08	Капуста свежая 35 гр	35	1		2	9			рец. №234 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
124,32	Горошек консервированный 35 гр	35	1		2	14			рец. №226 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
20,53	Масло растительное 8 гр	8		8		72			рец. №793 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
79,53	Суп куриный 250гр	250	5	5	12	113			рец. №338 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
184,48	Котлета рубленая куриная 100гр	100	15	15	21	250			рец. №716 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
230,32	Гречка отварная рассыпчатая 180гр	180	8	4	40	211			рец. №720 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110			рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3		19	84			рец. №26 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
187,12	Сок плодово-ягодный	200	1		25	110			рец. №969 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
393,07	Компот из смородины	200			15	65			рец. №922 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Обед</b>			38	33	178	1082				
<b>Уплотнённый полдник</b>										
36,17	Блинчики (Шс)	180	9	12	42	329			рец. №975 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
1,14	Молоко сгущенное 20гр	20	1	2	11	66			рец. №780 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
239,07	Соус ягодный 20 гр	20			9	38			рец. №789 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
382,05	Сыр (порциями) 15 гр	15	3	4		54			рец. №21 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110			рец. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
381,02	Фрукты 100 гр	100	1		8	33			рец. №850 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
379,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110			рец. №875 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
199,14	Чай (Ш)	200			5	20			рец. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024	
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>			22	24	124	758				
<b>Итого за день</b>			80	82	417	2570				

**меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)**  
**День: пятница**  
**Неделя: 2**

Сезон:

№ рецепта	Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У	5	6	7		
1	2	3	4	5	6	7	8	9		
<b>Завтрак 1</b>										
97,19	Каша молочная "Дружба" 250гр	250	7	10	48	319	реп. №418 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
99,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110	реп. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
81,02	Фрукты 100 гр	100	1	8	33	33	реп. №850 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
32,29	Печенье, 20 гр	20	3	19	95	реп. №1043 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024				
79,02	Кофейный напиток злаковый на молоке.	200	4	4	15	110	реп. №875 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
199,14	Чай (Ш)	200	5	20	реп. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024					
<b>Итого за Завтрак 1</b>										
<b>Обед</b>										
467,14	Калуста свежая 60 гр	60	1	3	16	реп. №234 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024				
124,34	Горошек консервированный 60 гр	60	2	4	24	реп. №226 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024				
467,06	Огурцы свежие 40 гр	40	1	6	реп. №249 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024					
20,53	Масло растительное 8 гр	8	8	72	реп. №793 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024					
46,27	Щи "Новгородские" 250 гр	250	2	3	9	76	реп. №349 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
388,15	Пельмени отварные (Ст)	280	21	37	46	601	реп. №1011 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
299,82	Хлеб пшеничный 40гр	40	3	1	33	110	реп. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
299,83	Хлеб ржано-пшеничный 40гр	40	3	19	84	реп. №890 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024				
210,19	Компот из кураги.	200	1	17	69	реп. №921 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024				
<b>Итого за Обед</b>										
<b>Уплотнённый полдник</b>										
326,11	Омлет 210гр	210	19	20	4	316	реп. №491 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
333,03	Кекс с цукатами	80	5	21	45	399	реп. №1033 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
299,61	Хлеб пшеничный, 60гр	60	3	1	33	110	реп. №25 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
204,31	Какао-напиток на молоке.	200	3	4	21	132	реп. №872-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
199,14	Чай (Ш)	200	30	46	109	977	реп. №877-2 Сб. рецептур блюдо и кул. изделий для обуч. обр. организациях. 3 издание /под ред Г.Г. Онищенко, 2024			
<b>Итого за Уплотнённый полдник</b>										
<b>Итого за день</b>										



Пронумеровано, прошито  
и скреплено печатью на 11  
*адміністрацыя* листах