

Неделя первая Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Котлета из птицы	90	13,60	12,90	10,88	196,00	100	15,20	14,40	13,60	245,00	295/07
	Макаронные изделия отварные	150	5,90	10,90	28,50	236,00	180	7,12	13,10	34,20	283,00	309/07
	Сок	200	1,30	0,00	26,80	95,00	200	1,30	0,00	26,80	95,00	25/11
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО</b>		<b>22,30</b>	<b>24,00</b>	<b>75,58</b>	<b>573,00</b>		<b>25,12</b>	<b>27,70</b>	<b>84,00</b>	<b>669,00</b>	

Неделя первая Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Печень по-строгановски	100	14,10	16,46	2,60	215,00	100	14,10	16,46	2,60	215,00	266/07
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,85	6,30	40,70	250,00	180	9,42	7,54	48,87	300,00	302/07
	Напиток апельсиновый или лимонный	200	0,12	0,02	22,66	92,78	200	0,12	0,02	22,66	92,78	699/04
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО</b>		<b>23,57</b>	<b>22,98</b>	<b>75,36</b>	<b>603,78</b>		<b>25,14</b>	<b>24,22</b>	<b>83,53</b>	<b>653,78</b>	

Неделя первая Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Котлета "Дружба" (минтай)	90	17,33	18,95	12,70	291,00	100	18,93	21,06	14,10	322,00	ГТК №46
	Пюре картофельное	155	3,10	9,35	19,13	173,00	185	3,90	14,50	22,96	239,00	312/07
	Напиток из ягод замороженных	200	0,10	0,02	17,26	104,00	200	0,10	0,02	17,26	104,00	702/04
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО</b>		<b>22,03</b>	<b>28,52</b>	<b>58,49</b>	<b>614,00</b>		<b>24,43</b>	<b>35,78</b>	<b>63,72</b>	<b>711,00</b>	

Неделя первая Возрастная категория с 7 до 11 лет  
День: четверг

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
	Жаркое из птицы (филе)	200	19,15	15,65	25,62	320,00	250	23,94	19,56	32,03	400,00	259/07
	Напиток из плодов или ягод сушеных	200	0,38	0,00	31,40	127,00	200	0,38	0,00	31,40	127,00	348/1
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО</b>		<b>21,03</b>	<b>15,85</b>	<b>66,42</b>	<b>493,00</b>		<b>25,82</b>	<b>19,76</b>	<b>72,83</b>	<b>573,00</b>	

Неделя первая Возрастная категория с 7 до 11 лет  
День: пятница

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Шницель из мяса	90	9,40	11,20	10,20	180,00	100	10,48	12,53	11,44	200,38	268/07
	Рис припущенный	150	3,60	10,54	39,30	265,00	180	4,32	12,65	47,16	318,00	305/07
	Напиток из свежих яблок	200	0,16	0,00	29,00	116,60	200	0,16	0,00	29,00	116,60	ТТК 342/1
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>14,66</b>	<b>21,94</b>	<b>87,90</b>	<b>607,60</b>		<b>16,46</b>	<b>25,38</b>	<b>97,00</b>	<b>680,98</b>	

Неделя вторая Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Биточки из птицы	90	13,60	12,90	10,88	196,00	100	15,20	14,40	13,60	245,00	295/07
	Макаронные изделия отварные	150	5,90	10,90	28,50	236,00	180	7,12	13,10	34,20	283,00	309/07
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00	376/07
	Хлеб Дарницкий	50	3,24	0,50	20,50	100,00	50	3,24	0,50	20,50	100,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>22,81</b>	<b>24,32</b>	<b>74,88</b>	<b>592,00</b>		<b>25,63</b>	<b>28,02</b>	<b>83,30</b>	<b>688,00</b>	

Неделя вторая Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Чахохбили	100	16,50	18,13	5,90	264,00	100	16,50	18,13	5,90	264,00	711/81
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,85	6,30	40,70	250,00	180	9,42	7,54	48,87	300,00	302/07
	Напиток из плодов или ягод сушеных	200	0,38	0,00	31,40	127,00	200	0,38	0,00	31,40	127,00	348/1
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>26,23</b>	<b>24,63</b>	<b>87,40</b>	<b>687,00</b>		<b>27,80</b>	<b>25,87</b>	<b>95,57</b>	<b>737,00</b>	

Неделя вторая Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Котлета "Дружба"(минтай)	90	17,33	18,95	12,70	291,00	100	18,93	21,06	14,10	322,00	тгк№46
	Пюре картофельное	103,5	2,10	6,65	13,60	123,00	134,5	2,70	8,65	17,68	160,00	312/07
	Капуста тушеная	50	1,04	1,33	6,70	43,00	50	1,04	1,33	6,70	43,00	321/07
	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	16,40	66,12	200	0,30	0,00	16,40	66,12	тгк№143
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>21,97</b>	<b>27,13</b>	<b>58,80</b>	<b>569,12</b>		<b>24,47</b>	<b>31,24</b>	<b>64,28</b>	<b>637,12</b>	

Неделя вторая Возрастная категория с 7 до 11 лет

День: четверг

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Плов из птицы	200	19,46	27,53	31,87	454,00	250	23,32	32,23	39,08	542,00	291/07
	Сок	200	1,30	0,00	26,80	95,00	200	1,30	0,00	26,80	95,00	25/11
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО</b>		<b>22,26</b>	<b>27,73</b>	<b>68,07</b>	<b>595,00</b>		<b>26,12</b>	<b>32,43</b>	<b>75,28</b>	<b>683,00</b>	

Неделя вторая Возрастная категория с 7 до 11 лет

День: пятница

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
горячее питание	Тефтели с соусом	110	9,24	12,20	13,75	212,00	110	9,24	12,20	13,75	212,00	ТТК№3
	Пюре картофельное	155	3,10	9,35	19,13	173,00	185	3,90	14,50	22,96	239,00	312/07
	Напиток плодово-ягодный	200	0,00	0,00	16,50	66,12	200	0,00	0,00	16,50	66,12	ТТК№135
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	9,40	46,00	20	1,50	0,20	9,40	46,00	ГОСТ
	<b>ИТОГО</b>		<b>13,84</b>	<b>21,75</b>	<b>58,78</b>	<b>497,12</b>		<b>14,64</b>	<b>26,90</b>	<b>62,61</b>	<b>563,12</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 506007919238457772130328223527430359021468958090

Владелец Высоцкая Светлана Викторовна

Действителен с 14.11.2022 по 14.11.2023