Согласовано

Директор ГбОУ №

0 6 PHOTO OF THE PROPERTY OF T

Генерильный директор 2000 «Альфа Провнант"

— Виенкова С.Г.

#### Согласовано

Руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благололучия человека по городу Санкт-Петербургу — Главный государственный санитарный врач по городу Санкт-Петербургу

Н.С. Башкетова

esce 67 6- 2020 r.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего пущения (заверак и обед) для предоставления питания учащимся от 7 до 11 лет в общеобразовательных учреждениях в Санкт. Петербурга Калининского района с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

1 день

				1 24011											
	**	Пиц	desPie 86	ещества	Энергети-		Витам	MHIS		Минет	วสภรหธ	e seme	тва	Ne	
Прием пищи, наименование блюда	порции Масса	Белки, г	ЭКиры,	Углеводы, т	ческая ценность, ккап	В1, мг	C,	A, Mr	E,	Са, мг	Mg, Mr	P, MF	Fè,	рецел- туры	Сборник рецептур
	***************************************			Завтра	К							W-2			
КАША РИСОВАЯ С ПЛОДАМИ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ (ПЕРСИКИ)	150/20	3:7	12,9	30,6	212.0	0,1	6,7	٥	6,0	195,2	20,1	187,4	0.0	189/TTK- 689	2008
БУТЕРБРОД С КОЛВАСОЙ ВАРЕНО-КОПЧЕНОИ	20/15	4.7	5,1	10,3	112,6	D	D	D	0	8,3	5.9	45,1	C.7	TTIC-5	
YAN C CAXAPOM	200	j 0,2	C	15.0	60,5	0	a	D.	Q.	12.S	5,8	7,4	0.7	430	2003
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0.4	8,9	47	ō	10	0	a/e	16	8	11	2,2	TTK- 688/1	
ИОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	2,7	2,5	4,4	54,8	0	0,3	0	ם	102	11,2	70	O	7TK-435	
Итого за прием пищи:	605	11,1	21,9	70,1	486,9	6,1	17,0	0,0	0,9	335,0	51,0	326,9	3,€		
**************************************				Обед									<del>^</del>		
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ	60	0.5	0.1	1,5	8,4	0	1 6	0	0,1	13.8	8.4	25,2	0,6	TTK-19/1	T
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (№73, 2008)	200/10	5,8	2.6	23,1	137,4	0,1	0,0	0,2	1,6	31,2	27,9	179,3	1,8	99	2008
МОДИЙ И МОЖИЛ О ЙОНОКМ ТЭЛҮР	80	18.8	24,8	32,1	263,4	0,2	2.2	0	2.0	251.7	16.5	204,7	0,0	TTK-280	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4.7	34.9	203,5	9,1	۱ ۵	Ð	1.2	9.2	7.4	40.8	0,9	331	2008
ХЛЕЅ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	51.5	0.1	0	Ü	0,9	7.2	7,5	34,8	1,6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	5C	3.8	1,5	25.7	131	0,1	0	Ú	0	9.5	6.5	32,5	0,5	TTK-907	
НАПИТОК ИЗ ПЕОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0.7	0,3	28,8	132,5	Ü	0,82	0.2	0	19,3	4,9	3.1	0,0	441	2003
Итого за привы гляци:	790	37,6	34,4	163,1	957,8	0,6	48,2	0,4	5,8	341,9	79,2	512,4	5,4	1	
Всего за дсин:		48,7	56,3	233,2	1414.7	0,7	63,2	0,4	6,7	676,9	130,2	839,3	9,0		

***************************************		Пиц	lesPie se	щества	Энергети-		Bistam	ины		Muner	วสนะหะ	е вешес	1782	No	05
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки,	Жиры, г	Углеводы, Г	ческая ценность, ккап	81, ME	C,	А, мг	E,	Ca, ser	Mg. MT	P, ME	Fe, мг	туры туры	Сборник рецептур
				Завтра	9Ľ										
КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5.5	11.6	26,9	250.1	0,1	3.4	O	0,9	89.5	31.5	218,9	C.C	189	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,0	5.0	10,3	107.0	D	0,1	Ø	Q	235.8	7,9	පිපි	0,4	3	2008.
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	24.5	141,1	٥	0.5	Ċ	0	111,5	27.5	95,6	0.9	433	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	180	0,5	0,1	15,1	54,0	9	4,0	C	0,2	16,0	17,0	16	2	TTK- 688/1	1
Итого за прием пищи:	570	14.8	19.7	76.8	552.Z	0,1	8,0	0,0	1,1	452,8	83,9	418.5	3.3		

				Обед											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	50	0,9	2,0	6,6	48.1	1 0	0.0	0	0.9	21.3	11.5	22.9	0.0	TTK-49/3	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-307/1)	200/5/5	2,8	9,7	15,1	184,7	0,1	9,7	0,2	0,1	37.3	17,7	145,1	0,0	84	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	14.0	4.4	4.6	152.3	1 0.2	B.O	0.0	1.1	196.1	29.2	279.1	0.0	272	2016
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.2	5.1	21.5	144.5	0.2	10.3	0	0.2	38.1	29.3	85.3	1.2	335	2008
иннашалово иннешп-онаж авлх	40	2,6	0,4	17	81.6	0.1	a	C	0.9	7.2	7.6	34.8	1.6	TTK-904	2000
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	1.5	25,7	131	0.1	Ü	D	0	9,5	6.5	32.5	0.5	TTK-907	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0.3	0,1	27,1	110,9	٥	3,3	0	0,2	15,3	5,4	5,8	0,6	77K - 394	
Итого за прием пищи:	790	27,6	23,2	117,6	853,1	0,7	23,3	0,2	3,4	324,8	107,2	605,5	3,9		***************************************
Всего за день:		42,4	42,9	194,4	1405,3	0,8	31,3	0,2	4,5	777.6	191,1	1024.0	7.2	1	

		Пиц	тевые ве	щества	Знергети-		Витам	ины		Минер	эльны	е вещес	тва	Nº	
Прием лиши, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы. f	ческая цонность, ккал	В1, мг	C.	A,	E, Mr	Са, мг	Mg, MI	P, Mr	Fe, Mr	рецеп- туры	Сборник рецептур
			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Завтра	К									**************************************	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (ТТК-877/1)	150	24,6	16,9	31,9	385,2	Ū	0,3	0,1	1,2	387.9	35,6	285,7	1,0	224	2008
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	20/15	4.8	4,6	10,3	101,1	0.1	1 0	a	0.1	5,0	6.7	38,5	0.5	TTK-16	
MOHOMNI O NAP	200/5	0.2	0	15,2	62,1	0	8,0	0	Ō	14.3	6,3	8,4	0,8	431	2008
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0	5	0	0,4	79	12	16	2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	490	30,0	21,8	67,7	595,4	0,1	6,1	0,1	2,3	426,2	60,6	348,6	4,3		
				Обед							<u> </u>				
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14.4	0	5,0	t,0	0,2	8,4	12	15,6	0,6	TTK - 22/1	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-252)	200/5/5	3,5	3,9	17,4	.144,5	0,1	1,5	0,2	0,3	25,2	21.8	166.5	0,0	91	2008
ТЕФТЕЛИ, ТУШЕНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	7,92	9.26	15.9	138.84	0,2	0.0	0	2,67	7.12	9,9	168.5	0.1	283	2008
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,4	5,3	33.8	198,6	0,1	2.7	0.3	0.4	18,7	27.7	275.9	0,0	334	2016
ЙИННЭШАТОЛО ЙИНРИНЭШП-ОНАЖЯ ДЭЛХ	40	2.6	0.4	17	81,6	0.1	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1.6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,E	1.5	25,7	131	0,1	3	0	0	9,5	6.5	32,5	0.5	TTK-907	
"Э" МОНИМАТИВ Э ДОТК ХІЙНЭШҮЭ ЕИ ТОПМОН	200	0,5	0.1	27,4	112,6	G	2,3	D	0	24,2	9,7	23.2	0,5	401	2008
Итого за прием лищи:	790	22,4	20,6	139,5	821,5	0,6	11,5	0,6	4,5	100,3	94,2	717,0	3,3		
Всего за день:		52,4	42,4	207,2	1416.9	0,7	17,6	0,7	6.8	526,5	154,8	1065,6	7,5	]	

				. [-]	_										
		Пип	ferrie se	эщоства	Энергети-		Витак	KNHPI		Минер	ральнь	ю воще	ства	Nº	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	B1,	C,	A, Mr	E,	Ca, Mr	Mg, wr	Р, мг	Fe,	туры туры	Сборник рецептур
				Завтра	IK.										
КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	7,2	13,0	22,7	282,4	0	6,6	0,0	0,9	3.1	3,6	4.9	0,2	189	2008
БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНО-КОПЧЕНОЙ	20/15	4,1	6,1	10,3	112,5	a	0	0	0	1 8,3	5,9	45,1	0.7	TTK-5	

ЧАИ С САХАРОМ	200	0,2	0	15.0	60,5	Ū	0	C	0	12.5	5.8	7,4	0.7	430	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0,4	9,8	47	0	10	0	0,6	16	8	1‡	2,2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	490	11,9	19,5	57,8	502,5	0,0	16,6	0,0	1,5	39,9	23,3	68,4	3,8		
				Обед					·						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ"	60	1.0	3.1	4.6	49,8	0,0	15,2	0,0	1.4	29.4	9.0	16.8	0.4	40	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-307/1)	200/5	3,6	3,1	16,2	106,9	0,1	5,4	0,2	0,4	25,8	20,6	157,7	1,0	100	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,0	16.9	18,3	252.6	0.1	0.5	0	2.2	14.5	19.5	120.4	0.3	314	2008
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)	150	2,1	5.1	11,3	100,5	0.1	11.2	0.5	0.3	37.4	24.7	52,8	1,3	351	2008
ЙИННЭШАТОВО ЙИНРИНЭШП-ОНАЖЧ ВЭЛХ	40	2,6	0,4	17	81,6	0.1	0	D	0,9	7.2	7.6	34.8	1.6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	1.5	25.7	131	0.1	0	0	a	9.5	6.5	32.5	0.5	TTK-997	***************************************
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	C,2	Q	25,0	102,1	٥	3,3	0	-0	15,9	4,5	4,5	0,1	TTK-377	
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОБКЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	2,7	2,5	4,4	54,8	O	0,3	0	٥	102	11,2	76	0	TTK-435	
Итого за прием пищи:	885	29,0	32, <del>6</del>	122,5	879,3	0,5	36,9	0,7	5,2	241,7	103,6	495,4	5,2	1	
Всого за день:		40,9	52,1	180,3	1381,8	0,5	53,5	0,7	6,7	281,6	126,9	563,8	9,0		

		Пип	168Р16 В6	ещества	Энерготи-		Витам	ины		Минет	эльнь	е веще	тва	No	
Прием пищи, наименование блюда	порции порции	Белки, г	Жиры, Г	Угпеводы, г	ческая ценность. ккал	В1, мг	C, Mr	A, Mr	E,	Ca, mr	Mg, Mr	P, atr	Fe,	рецеп- туры	Сборник рецептур
			***	Завтра	К	•									
МИНОВИЛО МОЛОАМЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ —	150/5	6,5	14.0	20,5	330,5	0	4.8	0	0.8	4,8	2,5	7,8	0,2	184	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.0	5,0	10,3	107,0	0	0.1	0	0	235.8	7,9	88	0.4	3	2008
YAN C SAPEHEM	200	0.1	O	10.8	41,9	0	0.2	0	C	7,6	2,6	1.9	0,1	430	20DB
БАНАН СВЕЖИЙ	160	0,5	0,1	15,1	54,0	٥	4,0	0	0,2	16,0	17.0	18	2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	570	12,1	19,1	56,7	533,4	0,0	9,1	0,0	1,0	254,2	30,0	113,7	2,7		
			·	Обед							<u> </u>				,
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	7.8	C	3	0	0	13,8	8.4	14.4	0.4	TTK-20/1	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ Й ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-252)	200/6/6	3,0	3,8	10,3	128,4	D	12,5	0,2	0,1	36,9	20,0	149,7	0,0	76	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,1	18.4	38,8	447,6	0.1	3,2	G	2,3	16,4	32,7	267,2	0.0	258	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	0.1	0	0	0,9	7.2	7,6	34.8	1,6	TTK-504	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАШЕННЫЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	Q.	0	9.5	6.5	32,5	0,5	TTK-907	
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1	g	11,3	25,5	0	2,1	0.1	0	8.2	1.8	22,5	0,1	TTK-437	
Итого за прием пищи:	710	23,1	24,2	104,1	821,9	0,3	20,8	0,3	3,3	92,0	77,0	521,1	2,6	1	
Всего за день;		35,2	43,3	160,8	1355,3	0,3	29,9	0,3	4,3	356,2	107,0	634,8	5,2	1	

		Пиц	10BPI6 86	ещества	Энергети-		Витак	ины		Минер	апьнь	іе воще	ства	Ne	05
Прием пищи, наименование блюда	портии Масса	Белки, г т	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккап	B1, MF	C,	A, Ms	E. 201	Са, мг	Ng, Mr	P, MF	Fe, MF	рецел- туры	Сборник рецептур

				Завтра	K									· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
ЗАЛЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (ТТК-877/1)	150/20	14,1	10,3	58,7	290,3	0	3,2	0	9,4	355,4	36,0	308,0	0,0	193	2008
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОИ	20/15	4,8	4,6	10,3	101.1	0.1	0	0	0.1	5.0	6.7	38.5	0.5	TTK-16	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,2	0	15,2	62.1	0	0.8	0	0	14,3	6,3	8,4	0,8	431	2008
ГРУЩА СВЕЖАЯ	100	0,4	8,0	10,3	47	0	5	O	0,4	19	12	18	2	77K- 688/1	
Итого за прием пищи:	510	19,5	15,2	94,5	500,5	0,1	9,0	0,0	0,9	393,7	61,0	370,9	3,3		
				Обед											
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ*	60	0,8	6,1	5.2	79.6	0	3.1	0.2	2.5	14.3	11.5	125.4	0.7	51	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ Й ЗЕЛЕНЫО (№69, 2008)	280/30	5,9	2,3	25,6	151,0	0,1	3,8	0,0	0.3	20,8	23,9	155,9	0,0	92	2003
МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	17,4	19,8	38,5	390,2	0.1	0,5	0	1,6	150.0	22,7	287.3	0.0	309	2016
МІННЭШАПОВО МІННРИНЭШП-ОНАЖЯ ВЭЛХ	40	2,6	0,4	17	81,5	0.1	C	Ō	0.9	7.2	7,6	34,8	1,6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАШЕННЫЙ	50	3,8	1.5	25.7	131	0,1	- G	0	0	9.5	6.5	32,5	- 0,5	TTK-907	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,6	0,1	31,7	131	0.02	1.8	0.01	0.5	21	16	23	0,7	402	2008
Итого за присм пищи:	730	31,1	30,2	143,7	964,4	0.4	9,2	0,2	5,8	222,8	88,2	658,9	3,5		
Всего за день:		50,6	45.4	238.2	1464,9	0.32	18.2	0.2	6.7	616,5	149,2	1029,8	6.8	1	

	6.9	Пиц	тевые в	ещества	Энергети-		Витам	ины		Минер	зальны	е веще	тва	No	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белжи, г	Жиры, г	Углеводы. г	ческая цонность, ккал	В1, мг	C,	А, мг	E,	Са, мг	Mg,	P, Mr	Fe,	рецеп- туры	Сборник рецептур
				Завтра	ic										
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	135/15	8.1	15.98	35,3	302.5	0,2	1,5	0.0	0,61	293,5	9,05	283,5	0.0	210	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОТАШЕННЫЙ	20	1.3	0,2	8,5	40,8	Ü	0	Q	0,4	3,6	3.8	17,4	8.0	TTK-904	
МОМЭЖД С ДХЕМОМ	20/15	1,5	0.6	20,6	92,1	C	2,4	٥	0	6,4	4,2	13,9	0.3	2	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3.0	24,5	141.1	0	0,5	Q.	Q	111,5	27.5	95,6	0,9	433	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	3	9,0	15	В	11	2,2	TTK- 688/1	William The section in
Итого за прием пищи:	505	15,2	20,2	98,7	623,5	0,2	14,7	0,0	1,8	431,0	52,6	421,4	4,2	[	
				Обед											
OF/PELL CBEHOIN	60	0,5	0.1	1,5	8.4	0	6	0	0,1	13.8	3,4	25,2	0,6	TTK-19/1	1
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-252)	200/5/5	2,9	5,4	16,1	156,5	0	7,2	0,2	0,2	37,0	17,3	145,4	8,0	88	2008
MICHHATAMOORM O RAHCIDOOTTAM AMOOYOO MICHHATAMAA COYOON	150	15,5	15,0	31,1	417,0	0,3	0.3	0	2,8	157,0	33,5	289,2	0,0	299	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАШЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	0.1	0	0	0,9	7.2	7,6	34,8	1,6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАШЕННЫЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	-O	O-	0	9.5	6.5	32,5	0,5	TTK-907	
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1	0	11.3	25,5	0	2.1	0,1	0	5,2	1,8	22,5	0.1	437	2008
Итого за прием пищи:	710	25,4	22,4	102,7	820,0	0,5	15,6	0,3	4,0	232,7	75,1	540,6	3,6		
Всего за день:		40,6	42,6	201,4	1443,5	0,7	30,3	0,3	5,8	663,7	127,7	962,0	7,8		

			_		M.M	11.10	OFMALL
Devote Strong transferancials Science	1180000	Пишевые вещества	Энергети-	Витамины	Минеральные вещества	1 1/10	і Соорник і
Прием лиши, наименование блюда	Macca	I MULEBOO BELLETIDA	SECULEIN	DNIGWINDS	Minuchan Public Remedia	II Theat	
The state of the s	17444						

	порции	Белжи, г	Жиры, г	Угловоды, г	чоская ценность, ккал	81. MF	C,	A, mr	E,	Ca, mr	Ng, Mr	P, Mr	Fe,	туры рецеп-	рецелтур
				Завтра	К									········	I—,
МИНРОВИЛЭ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,8	10,1	28.1	193,6	0.1	0.4	0	1.2	237.G	19.9	259.3	0.0	189	2008
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОИ	20/15	4.8	4,6	10.3	101.1	0.1	0	Ð	0.1	5.0	6.7	38.5	0.5	TTK-16	
YAM C CAXAPOM	200	0.2	Ω	15,0	60,5	0	0	0	0	12,5	5,8	7.4	0.7	430	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	180	0,5	0,1	15,1	54,0	0	4,0	0	0,2	16,0	17,0	15	2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	570	11,3	14,8	68,5	409,2	0,2	4,4	0,0	1,5	270,5	49,4	321,2	3,2		
			4	Обел						4	-				····
САЛАТ ИЗ КВАЩЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	3.1	4.6	49.8	0.0	16.2	0.0	1.4	29,4	9.0	16.8	0.4	40	2002
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (№73, 2008)	200/50	5,8	2,6	23,1	137,4	0,1	0,0	0,2	1,6	31.2	27,9	171,3	1,8	99	2008
ИНДЕЙКА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	16.9	21.2	19.4	256.1	0	1.5	0.0	1.7	152.7	15.7	283.9	0.0	TTK-312	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,62	4.52	37,89	207.03	0.03	0	0.03	0.3	11.06	26.13	78.39	0.6	323	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАШЕННЫЙ	40	2.6	0,4	17	81,6	0.1	0	0	0.9	7.2	7.6	34.8	1.5	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3.8	1.5	25,7	131	0.1	1 0	0	Ū	9,5	6,5	32,5	0.5	TTK-907	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,5	0.1	27.4	112,6	0	2,3	0	۵	24.2	9,7	23,2	0,5	401	2008
Итого за прием пищи:	790	34,2	33,5	154,1	975,5	0,3	20,0	0,3	5,9	265,3	102,5	640,9	5,4		
Всего за день:		45,5	48,3.	222,6	1384,7	0.48	24.4	0,3	7.4	354,22	151,9	962,1	8,6		

		Пиш	10BMe 86	э дені	Знергети-	Витамины				Минеральные вещества				No	
Прием пищи, наименование блюда	порции Масса	Белки, г	Жиры,	Углеводы, г	ческая ценность, ккап	В1, мг	C,	A, Mr	E, Mr	Са. мг	Mg, Mr	Р, мг	Fe,	рецеп- туры	Сборник рецептур
				Завтра	K										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (ТТК-877/1)	150	24,6	16,9	31.9	385,2	۵	0,3	0,1	1,8	387,9	35,€	285,7	1,0	224	2308
БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНО-КОПЧЕНОЙ	20/15	4,1	6,3	10.3	112,6	O	0	Q	O	8:3	5.9	45,1	0.7	TTIGS	
ЧАИ С ЛИМОНОМ	200/5	0.2	D	15.2	62,1	a	8.0	Ö	0	14,3	6.3	5.4	B,Ö	431	2008
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	Q	5	0	0,4	19	12	16	2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	490	29,3	23,3	67,7	606,9	0,0	6,1	0,1	2,2	429,5	59,8	355,2	4,6		
				Обед						***************************************		······			
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,9	2.0	6,6	48,1	0	0,0	0	0,9	21,3	11,5	22,9	0,0	TTK-49/3	
СУЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ. КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-307/1)	200/5	3,6	3.1	16,2	106,9	0,1	5,4	0,2	.0,4	25,8	20,6	157,7	1,0	100	2008
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	12,3	18,9	28,0	170,9	0,2	0,0	O	3,2	288.5	23.5	284,0	0,0	239	2006
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3.1	5,6	20,0	143,8	0,1	9,3	0,6	0,5	47,0	34,8	86,7	1.3	125	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАШЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81.6	0.1	0	Ð	0.9	7,2	7,6	34.8	1,6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	-0,1	0	0	Q	9.5	6,5	32.5	0,5	TTK-907	
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	<u>c,2</u>	0	25,0	102,1	G	3,3	0	0	15,9	4,5	4,6	1,0	TTK-377	
Итого за прием лищи:	785	26,5	31,5	138,5	784,4	0,6	18,0	0,8	5,9	415,2	109,0	623,2	4,5	1	

Всего за день:		55,8	54,8	206,2	1391,3	0,6	24,1	0,9	8,1	844,7	168,8	978,4	9,0		
		****		10 ден	Ь	•	-								
	T	Пищевые вещества			Энергети- Витамины				Muhei	эпьны	N/o	1			
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	чоская ценность, ккал	B1,	C,	A,	E,	Са, мг	Mg, Mc	Р, мг	Fe,	berfeu- Na	Сборник рецептур
	- 1		1	Завтра											
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С ПЛОДАМИ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ (ПЕРСИКИ)	150/20	4,6	10,6	35,1	219,1	0,2	6,6	0	1,3	259,9	21,9	188,1	0.0	190/TTK- 689	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,0	5,0	10.3	107,0	a	0.1	0	0	235,8	7.9	88	0.4	3	2008
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0,1	0	10.8	41,9	0	0.2	Ö	0	7.6	2,6	1,9	0,1	430	2008
БАНАН СВЕЖИЙ	180	0.5	0,1	15,1	54,0	.o	4.0	0	0,2	16,0	17,0	16	2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	585	10,2	15,7	71,3	422,0	0,2	10,9	0,0	1,5	519,3	49,4	294,0	2,5		
				Обед											
ОГУРЕЦ СВЕЖИИ	50	0,5	0.1	1,5	8,4	.0	6	Q	0,1	13,8	8,4	25.2	0.6	TTK-19/1	[
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (ТТК-252)	200/5/5	3,1	3,9	17,0	154,3	0	5,9	0,2	0,2	35,5	19,2	153,4	1,1	95	2008
ПЛОВ	150	11.0	19,4	39,1	488,8	0.2	6.2	0,0	0.0	257,6	34.2	274,7	0.0	265	2008
ЙИННЭШАТОЛО ЙИНРИНЭШП-ОНАЖЯ ВЭГХ	40	2,6	0,4	17	81,6	0.1	D	0	0.9	7.2	7.6	34;8	1,6	TTK-904	1
БАТОН НАРЕЗНОИ ОБОГАЩЕННЫИ	50	3.8	1,5	25.7	131	0,1	g	0	Ð	9.5	წ,5	32,5	0,5	TTK-907	
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0.1	0	11,3	25,5	O	2,1	0,1	0	8.2	1,8	22,5	0.1	TTK-437	L
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	2.7	2,5	4,4	54,8	Ö	0,3	O	0	102	11,2	78	٥	T7K-435	
Итого за присм пищи:	810	23,8	27,8	116,0	944,4	0,4	21,5	0,3	1,2	433,8	88,9	619,1	3,9		
Всего за день:		34,0	43,5	187,3	1366,4	0,6	32,4	0,3	2,7	953,1	138,3	913,1	6,4		
				11 ден	Ь										
		Пип	цевые в		Эноргети-		Витак	NHPI		Мине	ральнь	је веще	ства	N≘	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки,	Жиры,	Угпеводы, г	ческая ценность, ккал	B1,	C,	A, Mr	E,	Ca, ser	Mg,	P, Mr	Fe,	рецеп- туры	Сборник рецептур
		<u> </u>		Завтра						·					
макароны є сыром	135/15	8.1	15.98	35.3	362.5	0.2	1.8	0.0	0.81	293,5	9.05	283.5	0.0	210	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ЛШЕНИЧНЫЙ ОБОГА:ШЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	40.8	0	Q	0	0.4	3.6	3.8	17.4	0.8	TTK-904	
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОИ	20/15	4,8	4.5	10,3	101.1	0,1	10	0	0,1	5,0	6.7	38.5	0,5	TTK-16	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3.0	24,5	141,1	O	0,5	D	0	111,5	27,5	95,6	0.9	433	2008
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	6,0	16	8	11	2,2	TTK- 688/1	
Итого за прием пищи:	505	18,4	24,2	88,4	632,5	0,3	12,3	0,0	1,9	429,6	55,1	446,0	4,4		
				Обед											
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫИ	60	0.5	0,1	1	7.8	ũ	3	0	C	13.8	8.4	14.4	0.4	TTK-20/1	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/5	3.5	6,1	10,3	125,9	0	9.5	0,2	0.2	36,5	18,5	738,0	0,0	76	2008
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	18.2	18,2	15,8	210.1	0,5	0,0	0.0	0.6	224,7	17.4	239.3	0,0	277	2011
THOSE KAPTOGERSHOE	150	3.2	5.1	21,5	144.5	0.2	10,3	0	0.2	38,1	29,3	85.3	1.2	335	2008

ИЗННЭДІАЛОВО МІДНРИНЭШІТ-ОНАЖЯ ВЭПХ	40	2,5	0.4	17	81,6	I 0,1	0	C	0,9	7.2	7.6	34.8	1.6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3.8	1.5	25,7	131	0,1	0	8	0	G.5	6.5	32.5	0.5	TTK-907	
НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,7	0,3	28,8	132,5	1 0	38.0	0,2	D	19,3	4.9	3,1	0.0	441	2008
Итого за прием лищи:	785	32,5	31,7	120,1	833,4	0,9	8,08	0,4	1,9	349,1	92,7	547,4	3,7		
Всего за день:		60,9	55,9	208,5	1465,9	1,2	73,1	0,4	3,8	778,7	147,8	993,4	8,1	1	

		Пип	terple be	ещоства	Энергети-		Витам	NHP)		Минеральные вещества				No	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки.	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, жкал	В1, мг	C,	A,	E,	Са, мг	Mg, Mr	Р, мг	Fe,	рецеп- туры	Сборник рецептур
				Завтра	К								+		
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (ТТК- 877/1)	150	19.8	14,5	40.7	404,1	0.2	6.5	0,1	1,2	223,7	28,8	236,2	0,0	239	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.0	5,0	10,3	107,0	0	0,1	0	0	235,8	7,9	88	0,4	3	2008
YAÑ C CAXAPOM	200	0.2	C	15,0	60,5	0	0	Q	0	12,5	5,6	7,4	0.7	430	2005
РЕЖЭНО АШУЧТ	tea	0.4	0,3	10,3	47	0	5	C	0,4	19	12	16	2	TTK- 688/1	
ИОГУРТ В ИНДИБИДУАЛЬНОЙ УПАКОВХЕ 2.5% ЖИРНОСТИ	100	2,7	2.5	4,4	54,8	G	0,3	C	0	102	11,2	76	0	TTK-435	
Итого за прием пищи:	585	28,1	22,3	80,7	673,4	0,2	11,9	0,1	1,6	593,0	65,7	423,6	3,1		
				Обед											
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ"	60	8.0	6,1	5,2	79,6	0	3,1	0.2	2.5	14,3	17.5	125,4	0,7	51	2008
ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (ТТК-252)	200/5/5	1,5	3,4	19.8	232,0	0.4	16.9	0	0.0	157,0	10,8	287,6	0.0	86	2008
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	14.0	4,4	4.6	152,3	0,2	0,0	0,0	1.1	196,1	29,2	279.1	0,0	272	2016
РИС ОТВАРНОИ	150	0;26	0,44	2,29	14,15	0	1 0	0	0.02	0.21	1,33	204.3	0.04	325	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАШЕННЫЙ	40	2.6	0,4	17	81,6	0,1	0	0	0.9	7.2	7.6	34,8	1 1,6	TTK-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3.8	1,5	25,7	131	0,1	. a	O	0	9.5	6,5	32,5	0,5	TTK-907	
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0.1	C	26,8	108	0	4.0	0	0,1	2	1	2	0	439	2008
Итого за прием пищи:	785	23,1	16,2	101,4	798,7	3,0	24,0	0.2	4,6	386,3	67,9	965,7	2,8		
Всего за день:		51,2	38,5	182,1	1472,1	1,0	35,9	0,3	6,2	979,3	133,6	1369,3	5,9	ļ	

#### ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	Пиц	Пищевые вещества				Вип	амины	1	Минеральные вещества				
Итого	Белки, г	Жиры.	Углаводы, г	ческая ценность, ккал	B1,	C, Mr	А, илг	E, Mr	Ca, Mr	Mg, Mr	P, mr	Fe, мг	
Итого за весь период	548,2	565,9	2 422.1	16 992,9	7,9	433,9	5,0	69,7	7809,1	1727,3	11355,6	90,7	
Среднев значение за период	45,7	47,2	201,6	1416,1	0,7	36,2	0,4	5,8	650,8	143,9	946,3	7,6	
Содержание белков, жиров, углеводов в	13	30	57										

меню за

период в %		- 1
ar		1
калорыйности	ļ	

При составлении меню использовалась следующая литература:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2016.-640 с.2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011,- 584 с.

В исключительных случаях допускается замена одних продуктов, блюд и купинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности, и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (Приложение 6 к СанПиН 2.4.5.2409-08), что должно подтверждаться нобходимыми расчетами (СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 6.22)

\*Овощи урожая прошлого года в период после 01 марта допускается использовать только после термической обработки, либо использовать овощи нового урожая (пук репчатый, капуста белокочанная) (СанПиН 2.4.5.2409-08 п.6.29).