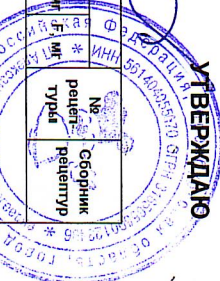




1 день																	
Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг		
1 прием пищи																	
Рис припущенный	150	4,58	4,58	28,58	173,90	4,00	0,14	0,08	113,16	0,07	33,14	95,73	16,82	0,83	14,82	0,00	0,00
Куриная грудка, тушенная в соусе	25/65	8,00	10,00	9,00	158,00	7,50	0,06	0,20	40,00	2,00	200,00	67,79	10,00	0,00	100,00	0,02	0,01
Чай с лимоном	200	0,25	0,01	10,29	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	15,43	8,81	6,56	0,80	37,12	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,01
Кондитерское изделие (печенье)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,60	0,27	14,30	0,00	0,00
2 прием пищи																	
Кондитерское изделие (вафли)	13	1,50	3,23	9,30	72,23	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00
Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,87	0,00	1,31	0,00	0,44	0,00	0,00
Всего за день:	716	19,13	19,40	91,93	620,17	20,16	0,33	0,38	153,16	2,07	299,71	278,53	65,04	3,65	332,43	0,02	0,01
2 день																	
1 прием пищи																	
Макаронные изделия отварные	150	4,89	3,76	18,51	127,47	3,01	0,07	0,03	33,11	1,38	81,04	19,64	10,52	0,11	0,00	0,01	0,01
Котлета "домашняя" с соусом	50/40	8,00	11,80	14,00	194,20	10,00	0,08	0,24	122,00	0,82	160,00	170,00	20,00	1,49	201,00	0,00	0,63
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,01
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00
Фрукт мытый (яблоко)	100	0,40	0,40	10,24	49,12	1,00	0,03	0,00	0,01	0,00	2,10	0,00	8,37	0,00	0,00	0,02	0,00
2 прием пищи																	
Кондитерское изделие (печенье)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,60	0,27	14,30	0,00	0,00
Чай с лимоном	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84	0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00
Всего за день:	803	18,32	17,54	97,43	624,87	14,85	0,27	0,32	155,12	2,20	279,17	251,75	65,64	3,66	314,40	0,02	0,01
3 день																	
1 прием пищи																	
Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мкг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг		
2 прием пищи																	
3 прием пищи																	
4 прием пищи																	
5 прием пищи																	
6 прием пищи																	
7 прием пищи																	
8 прием пищи																	
9 прием пищи																	
10 прием пищи																	
11 прием пищи																	
12 прием пищи																	
13 прием пищи																	
14 прием пищи																	
15 прием пищи																	
16 прием пищи																	
17 прием пищи																	
18 прием пищи																	
19 прием пищи																	
20 прием пищи																	
21 прием пищи																	
22 прием пищи																	
23 прием пищи																	
24 прием пищи																	
25 прием пищи																	
26 прием пищи																	
27 прием пищи																	
28 прием пищи																	
29 прием пищи																	
30 прием пищи																	
31 прием пищи																	
32 прием пищи																	
33 прием пищи																	
34 прием пищи																	
35 прием пищи																	
36 прием пищи																	
37 прием пищи																	
38 прием пищи																	
39 прием пищи																	
40 прием пищи																	
41 прием пищи																	
42 прием пищи																	
43 прием пищи																	
44 прием пищи																	
45 прием пищи																	
46 прием пищи																	
47 прием пищи																	
48 прием пищи																	
49 прием пищи																	
50 прием пищи																	
51 прием пищи																	
52 прием пищи																	
53 прием пищи																	
54 прием пищи																	
55 прием пищи																	
56 прием пищи																	
57 прием пищи																	
58 прием пищи																	
59 прием пищи																	
60 прием пищи																	
61 прием пищи																	
62 прием пищи																	
63 прием пищи																	
64 прием пищи																	
65 прием пищи																	
66 прием пищи																	
67 прием пищи																	
68 прием пищи																	
69 прием пищи																	
70 прием пищи																	
71 прием пищи																	
72 прием пищи																	
73 прием пищи																	
74 прием пищи																	
75 прием пищи																	
76 прием пищи																	
77 прием пищи																	
78 прием пищи																	
79 прием пищи																	
80 прием пищи																	
81 прием пищи																	
82 прием пищи																	
83 прием пищи																	
84 прием пищи																	
85 прием пищи																	
86 прием пищи																	
87 прием пищи																	
88 прием пищи																	
89 прием пищи																	
90 прием пищи																	
91 прием пищи																	
92 прием пищи																	
93 прием пищи																	
94 прием пищи																	
95 прием пищи																	
96 прием пищи																	
97 прием пищи																	
98 прием пищи																	
99 прием пищи																	
100 прием пищи																	

СОГЛАСОВАНО С РАКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ
ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (61625) ОБЪЗ-ЗАВТРАК (1-4 КЛАСС) НА СУММУ 81 РУБ.82 КОП.

7 День



КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕНЧЕВАЯ	150	4,67	4,24	16,00	120,84	6,00	0,09	0,00	30,00	1,37	88,00	73,09	10,38	0,86	72,28	0,02	0,01	0,49	174,1	2011
	50/50	8,99	8,30	16,00	174,66	1,00	0,04	0,21	120,00	0,98	138,00	81,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	9	2024
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,19	0,00	1,56	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	30	1,50	3,23	9,30	72,23	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00	0,00		2008
2 прием пищи																				
ШОКОЛАДНЫЙ БАТОНЧИК	20	1,64	2,34	18,00	99,62	7,00	0,00	0,07	165,81	0,00	60,00	0,00	10,00	0,00	60,00	0,00	0,00	0,00	П.П	
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,87	0,00	0,00	1,31	0,00	0,44	0,00	0,00	0,00	430	2008
Всего за день:	750	20,62	18,42	94,07	624,46	21,50	0,25	0,36	315,81	2,35	340,56	248,59	63,00	2,61	299,29	0,02	0,01	0,70		

8 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
1 прием пищи																				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	5,60	7,50	29,50	207,90	1,70	0,16	0,05	0,06	0,08	151,22	152,80	16,53	1,60	0,00	0,00	0,00	0,02	204	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУЖЕНЫМ МОЛОКОМ	70/5	8,41	10,90	16,40	197,34	10,90	0,03	0,27	144,00	2,10	96,55	42,50	20,44	0,00	191,96	0,02	0,01	0,66	223	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	0,00	1,80	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
2 прием пищи																				
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	30	1,50	3,23	9,30	72,23	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84	0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00	0,00	377	2011
Всего за день:	735	19,56	21,94	100,21	677,34	20,94	0,31	0,41	144,06	2,18	312,26	298,21	72,86	4,14	392,47	0,02	0,01	0,69		

9 День

Прием пищи, на именованье блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
1 прием пищи																				
ПОРЕ ГОРОХОВОЕ	150	4,97	4,28	16,50	124,36	8,99	0,16	0,19	77,98	2,06	127,96	142,14	14,73	0,00	0,00	0,00	0,60	306,1	2011	
МЯСО (СВИНИНА) ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	25/65	8,00	11,50	14,00	191,50	5,00	0,01	0,09	51,00	0,00	105,00	60,00	22,57	1,70	186,00	0,02	0,01	0,07	256	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01	2008	
БЛЮЧКА С САХАРОМ	40	1,60	2,40	11,20	72,80	0,81	0,03	0,01	16,00	0,25	7,20	11,20	4,40	0,11	9,60	0,00	0,00	0,03	П.П	
2 прием пищи																				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/4	1,10	8,40	7,50	110,00	0,00	0,02	0,00	0,07	0,00	4,00	12,00	2,00	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	1	
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,19	0,00	1,56	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	
Всего за день:	754	19,49	26,89	93,65	694,47	14,80	0,30	0,32	145,05	2,31	268,90	267,34	63,07	3,01	261,66	0,02	0,01	0,71	2011	

№	Сборник	УТВЕРЖАЮ Оренбургская область
рецензент	рецензент	
И. м. п.	И. м. п.	

1 прием пищи

Принимать пищу и пить можно только в специально отведенных местах.

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

[illegible]

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	-
ОБ3 ЗАБІТРАК 1-4 КІАСС (78,30PYE.)	746