



Директор  
Холстинин Е.Г.  
Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

**Меню**

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

Наименование блюд      Рецепт/тура      Выход      Белки      Жиры      Углеводы      Калорийность      В1      С      А      Е      Кальций      фосфор      Магний      Железо

															<b>Завтрак</b>				
Масло сливочное порционное	12,11	20	0,20	14,50	0,28	132,42	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20					
Сыр порциями	23	30	8,04	7,56		100,20	0,00		53,70	0,06	300,00	162,00	15,00	0,33					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом 200/10	234	210	5,80	10,51	32,55	247,97	0,07	1,18	70,96	0,26	152,85	155,40	32,77	0,49					
Яблоко свежее	752	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	0,90					
Чай с сахаром и лимоном 200/7	186	207	0,41	0,01	15,13	62,24	0,00	2,90	0,64	0,01	17,23	9,79	7,28	0,95					
Батон 50	13,17	50	3,75	1,45	25,25	129,05	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60					
Итого за Завтрак		667	18,80	34,63	87,92	738,48	0,18	19,08	222,81	1,69	508,38	382,19	75,15	3,47					

**Обед**

Суп картофельный с горохом 200	138	200	4,42	3,40	15,62	110,80	0,19	9,20	18,15	0,10	33,82	69,60	29,08	1,64
Фрикадельки из говядины в соусе 90/50	291	140	13,18	17,77	17,60	283,04	0,16	0,90	30,82	4,26	67,40	173,49	26,75	2,48
Картофель отварной с маслом сливочным 150	379	150	3,03	5,74	24,21	160,60	0,12	29,58	31,98	0,09	20,54	87,91	34,29	1,38
Напиток из шиповника 200	496	200	0,68	0,25	19,66	83,61	0,01	200,00	163,40	0,76	22,40	4,01	6,00	5,63
Батон 50	13,17	50	3,75	1,45	25,25	129,05	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Обед		740	25,05	28,61	102,34	767,10	0,54	239,68	244,36	6,06	153,66	367,52	102,63	11,72



Директор  
Холстинин Е.Г.  
Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

## Меню

## Вторник

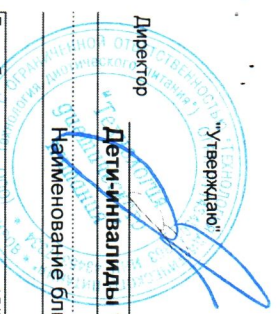
Наименование Олжуд Рецептура Выход Белки Жиры Углеводы Калорийность B1 C A E Кальций Фосфор Магний Железо

Завтрак														
Наименование	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Яйцо вареное	551	1	5.00	4.60	0.28	62.52	0.03	1.10	105.04	0.24	22.00	86.00	4.80	1.00
Каша ячневая молочная с маслом 200/10	220	210	7.53	10.49	39.92	284.21	0.17	1.00	69.20	0.88	176.13	254.29	38.41	0.97
Какао с молоком 200	462	200	3.58	2.92	15.37	102.08	0.04	1.00	22.07	0.11	128.00	105.72	25.25	0.66
Яблоко свежее	752	150	0.60	0.60	14.70	66.60	0.05	15.00	7.50	0.30	24.00	16.50	13.50	0.90
Батон 50	13.17	50	3.75	1.45	25.25	129.05	0.06		0.01	0.85	9.50	32.50	6.50	0.60
Итого за Завтрак	611		20.46	20.06	95.52	644.46	0.34	17.10	203.82	2.38	359.63	495.02	88.46	4.13

## Обед

Борщ с капустой и картофелем 200	95	200	1.41	4.16	10.16	83.66	0.04	14.63	8.31	1.87	38.21	38.34	19.77	0.89
Сметана	531	10	0.25	2.00	0.34	20.36	0.00	0.05	16.00	0.04	8.60	6.00	0.80	0.02
Шницель рубленый 90	268	90	12.09	19.58	14.86	284.02	0.11		0.03	2.42	46.42	151.75	26.05	2.06
Рис отварной 150	385	150	3.85	5.43	38.43	218.03	0.04		30.38	0.07	7.41	83.03	27.12	0.57
Напиток из свежих яблок 200	486	200	0.08	0.08	11.96	48.88	0.01	2.00	1.00	0.04	12.04	2.21	3.72	0.15
Батон нарезной 25	13.35	25	1.88	0.73	12.63	64.53	0.03		0.00	0.43	4.75	16.25	3.25	0.30
Хлеб ржано-пшеничный 25	99	25	1.65	0.28	10.25	50.08	0.11			0.08	18.25	31.25	10.00	0.71
Итого за Обед	700		21.20	32.25	98.62	769.56	0.33	16.68	55.72	4.94	135.88	328.82	90.71	4.69





Директор Холстинин Е.Г.

Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

# Меню

# среда

Наименование блюд      Рецептура      Выход      Белки      Жиры      Углеводы      Калорийность      В1      С      А      Е      Кальций      Фосфор      Магний      Железо

<b>Завтрак</b>															
Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Бутерброды с сыром и маслом 15/5/25		63	45	5,95	8,13	12,70	147,73	0,03	0,80	49,35	0,51	155,95	98,75	10,78	0,52
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 200/10		233	210	6,10	10,15	28,70	230,55	0,22	0,80	62,60	0,20	113,66	144,90	37,12	0,95
Яблоко свежее		752	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	0,90
Кофейный напиток с молоком 200		465	200	3,22	2,50	16,26	100,40	0,05	1,00	22,00	0,12	126,54	103,92	20,96	0,24
Батон 50		13,17	50	3,75	1,45	25,25	129,05	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Завтрак		655	655	19,61	22,83	97,61	674,33	0,40	16,80	141,46	1,98	429,65	396,58	88,85	3,21

# Обед

Суп крестьянский с пшеном 200		98	200	1,53	4,27	8,24	77,47	0,06	16,00	0,72	1,84	33,80	37,48	17,96	0,61
Сметана		531	10	0,25	2,00	0,34	20,36	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Котлеты рыбные 90		307	90	11,37	4,62	15,87	150,54	0,14	0,23	10,42	1,28	88,93	186,06	43,60	1,09
Пюре картофельное 150		377	150	3,27	5,96	21,77	153,84	0,11	25,53	35,35	0,10	43,48	95,65	32,41	1,19
Напиток из сухофруктов 200		297	200	0,64	1,45	22,92	94,24	0,02		116,60	1,10	41,20	29,21	23,00	0,67
Батон 50		13,17	50	3,75	1,45	25,25	129,05	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Обед		700	700	20,81	18,30	94,39	625,50	0,38	41,80	179,10	5,22	225,51	386,90	124,27	4,18



Директор

Холстинин Е.Г.

Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

**Меню**

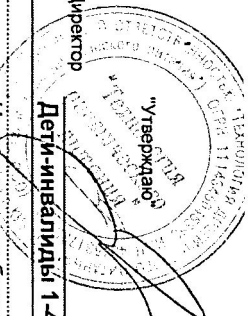
**четверг**

Наименование блюд      Рецептура      Выход      Белки      Жиры      Углеводы      Калорийность      B1      C      A      E      Кальций      Фосфор      Магний      Железо

<b>Завтрак</b>														
Сыр порционными	23	30	8,04	7,56	0,28	100,20	0,00							
Масло сливочное порционное	12,11	20	0,20	14,50	0,28	132,42	0,00							
Каша манная молочная жидкая с маслом 200/10	227	210	6,67	10,21	32,61	248,97	0,09	1,06	68,32	0,67	142,69	124,58	21,35	0,48
Ряболок свежее	752	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	0,90
Чай с молоком и сахаром	685	200	1,70	1,25	17,42	87,73	0,02	0,60	11,50	0,05	72,18	53,24	12,94	0,92
Батон 50	13,17	50	3,75	1,45	26,25	129,05	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Завтрак		660	20,96	35,57	90,26	764,97	0,21	16,66	231,03	2,13	553,17	394,83	69,39	3,42

**Обед**

Щи из свежей капусты с картофелем 200	104	200	1,46	3,10	7,06	61,95	0,04	24,00	19,20	0,14	38,82	36,56	17,96	0,62
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,36	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Тертели из говядины с рисом 90	278	90	10,61	10,41	11,97	184,03	0,10	2,70	0,66	2,41	17,43	139,32	21,23	1,92
Пюре из гороха 150	388	150	15,81	1,51	36,90	224,39	0,68				78,35	170,18	68,07	5,31
Напиток из плодов шиповника	201	200	0,68	0,25	29,66	123,61	0,01	200,00	163,40	0,76	22,60	4,01	6,00	5,66
Хлеб ржано-пшеничный 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Батон нарезной 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	64,53	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Обед		700	32,33	18,27	108,80	728,94	0,97	226,75	199,34	3,86	188,79	403,57	127,31	14,53



Директор  
Холстинин Е.Г.  
Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

# Меню

ПЯТНИЦА

Наименование блюд      Рецепт/ура      Выход      Белки      Жиры      Углеводы      Калорийность      В1      С      А      Е      Кальций      Фосфор      Магний      Железо

<b>Завтрак</b>															
Наименование блюд	Рецепт/ура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Пудинг творожный запеченный 100		99	100	13,27	6,46	16,03	175,36	0,05	0,62	71,20	0,33	152,83	195,32	21,96	0,56
Каша молочная "Дружба" с маслом 150/5		226	155	4,10	5,89	20,70	152,27	0,09	0,77	39,33	0,15	101,29	106,06	23,76	0,45
Варенье 50		814	50		27,50	110,00	0,01		1,50	0,15	5,00	5,00	3,50	0,45	
Яблоко свежее		752	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	0,90
Чай с сахаром и лимонном 200/7		186	207	0,41	0,01	15,13	62,24	0,00	2,90	0,64	0,01	17,23	9,79	7,28	0,95
Батон нарезной 25		13,35	25	1,88	0,73	12,63	64,53	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Завтрак		687	20,25	13,69	106,69	630,99	0,22	19,28	120,17	1,36	305,11	348,91	73,25	3,61	

<b>Обед</b>															
Наименование блюд	Рецепт/ура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Рассольник Ленинградский с перловой крупой 200		100	200	1,83	4,31	13,51	100,11	0,06	13,39	0,02	1,83	22,58	57,29	22,24	0,79
Сметана		531	10	0,25	2,00	0,34	20,36	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Жаркое по-домашнему 240		259	240	17,59	21,94	28,79	382,95	0,14	33,12	28,23	4,25	36,49	228,57	59,26	3,05
Напиток лимонный		34	200	0,48	0,02	24,14	98,64	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26
Хлеб ржано-пшеничный 25		99	25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Батон нарезной 25		13,35	25	1,88	0,73	12,63	64,53	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Обед		700	23,67	29,26	89,66	716,66	0,35	52,96	44,57	6,66	107,01	342,89	99,57	5,13	





Директор

Холстинин Е.Г.

Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

# Меню

ПОНЕДЕЛЬНИК



Наименование блюд ..... Рецептура Выход ..... Белки ..... Жиры ..... Углеводы ..... Калорийность ..... В1 ..... С ..... А ..... Е ..... Кальций фосфор Магний Железо

		<b>Завтрак</b>													
		63	45	5.95	8.13	12.70	147.73	0.03	1.02	49.35	0.51	155.95	98.75	10.78	0.52
Бутерброды с сыром и маслом 15/5/25															
Каша молочная "Дружба" с маслом 200/10	226	210	5.50	10.27	27.65	225.10	0.12	1.02	67.44	0.23	135.85	142.41	31.70	0.61	
Ряболок свежее	752	150	0.60	0.60	14.70	66.60	0.05	15.00	7.50	0.30	24.00	16.50	13.50	0.90	
Какао с молоком 200	462	200	3.58	2.92	15.37	102.08	0.04	1.00	22.07	0.11	128.00	105.72	25.25	0.66	
Батон 50	13.17	50	3.75	1.45	25.25	129.05	0.06		0.01	0.85	9.50	32.50	6.50	0.60	
Итого за Завтрак		656	19.38	23.97	95.67	670.56	0.29	17.02	146.37	1.99	453.30	355.89	87.73	3.28	

# Обед

		138	200	4.42	3.40	15.62	110.80	0.19	9.20	18.15	0.10	33.82	69.60	29.08	1.64
Суп картофельный с горохом 200															
Гуляш из свинины 125	260	125	11.41	28.75	5.09	324.78	0.02	1.50	14.40	1.87	16.87	136.84	22.09	1.56	
Рис отварной 150	385	150	3.85	5.43	38.43	218.03	0.04	0.10	30.38	0.07	7.41	83.03	27.12	0.57	
Чай с сахаром	376	200	0.20		15.07	61.08	0.00		0.50		12.00	8.24	5.90	0.87	
Батон 50	13.17	50	3.75	1.45	25.25	129.05	0.06		0.01	0.85	9.50	32.50	6.50	0.60	
Итого за Обед		725	23.63	39.04	99.47	843.74	0.30	10.80	63.43	2.89	79.50	330.22	90.70	5.22	







Директор  
Холстинин Е.Г.

Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

# Меню

среда

Наименование блюд      Рецепт/ура      Выход      Белки      Жиры      Углеводы      Калорийность      B1      C      A      E      Кальций      фосфор      Магний      Железо

Завтрак														
Наименование блюд	Рецепт/ура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Бутерброды горячие с сыром 25/5/30		7	9.00	10.80	15.22	194.04	0.04		67.25	0.61	256.90	156.00	16.43	0.69
Яйцо вареное		551	5.00	4.60	0.28	62.52	0.03		105.04	0.24	22.00	86.00	4.80	1.00
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 200/10		233	6.10	10.15	28.70	230.55	0.22	0.80	62.60	0.20	113.66	144.90	37.12	0.95
Яблоко свежее		752	0.60	0.60	14.70	66.60	0.05	15.00	7.50	0.30	24.00	16.50	13.50	0.90
Чай с сахаром 200		457	0.20		10.07	41.08	0.00	0.10	0.50		14.33	8.25	6.44	0.85
Батон 50		13.17	3.75	1.45	25.25	129.05	0.06		0.01	0.85	9.50	32.50	6.50	0.60
Итого за Завтрак		671	24.65	27.60	94.22	723.84	0.39	15.90	242.90	2.20	440.39	444.15	84.79	4.99

# Обед

Обед														
Наименование блюд	Рецепт/ура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	B1	C	A	E	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Суп крестьянский с пшеном 200		98	1.53	4.27	8.24	77.47	0.06	16.00	0.72	1.84	33.80	37.48	17.96	0.61
Сметана		531	0.25	2.00	0.34	20.36	0.00	0.05	16.00	0.04	8.60	6.00	0.80	0.02
Шницель рыбный натуральный 100		310	15.66	4.18	11.11	144.74	0.11	1.78	12.27	1.39	77.81	249.51	56.18	0.96
Пюре картофельное 150		377	3.27	5.96	21.77	153.84	0.11	25.53	35.35	0.10	43.48	95.65	32.41	1.19
Напиток из сухофруктов 200		297	0.64		22.92	94.24	0.02		116.60	1.10	41.20	29.21	23.00	0.67
Батон 50		13.17	3.75	1.45	25.25	129.05	0.06		0.01	0.85	9.50	32.50	6.50	0.60
Итого за Обед		710	25.10	17.86	89.53	619.69	0.35	43.36	180.95	5.33	214.39	450.35	136.85	4.05





Директор .....  
 Холстинин Е. Г.  
 Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

**Меню**

четверг

Наименование блюд ..... Рецептура Выход ..... Белки ..... Жиры ..... Углеводы ..... Калорийность ..... В1 ..... С ..... А ..... Е ..... Кальций ..... Фосфор ..... Магний ..... Железо

		<b>Завтрак</b>																		
		20	0,20	14,50	0,28	132,42	0,00													
Масло сливочное порционное	12,11	20	0,20	14,50	0,28	132,42	0,00													
Сыр порциями	23	30	8,04	7,56		100,20	0,00													
Каша рисовая молочная жидкая с маслом 200/10	234	210	5,80	10,51	32,55	247,97	0,07	1,18	15,00	70,96	0,26	152,85	155,40	32,77	0,49					
Ряблцо свежее	752	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,60	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	0,90						
Чай с молоком и сахаром	685	200	1,70	1,25	17,42	87,73	0,02	0,60	11,50	0,05	72,18	53,24	12,94	0,92						
Батон 60	13,17	50	3,75	1,45	25,25	129,05	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60						
Итого за Завтрак	660	660	20,09	35,87	90,20	763,97	0,20	16,78	233,67	1,73	563,33	425,65	80,81	3,44						

**Обед**

		<b>Обед</b>																		
		200	1,46	3,10	7,06	61,95	0,04	24,00	19,20	0,14	38,82	36,56	17,96	0,62						
Щи из свежей капусты с картофелем 200	104	200	1,46	3,10	7,06	61,95	0,04	24,00	19,20	0,14	38,82	36,56	17,96	0,62						
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,36	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02						
Картофель из говядины в соусе 90/50	291	140	13,18	17,77	17,60	283,04	0,16	0,90	30,82	4,26	67,40	173,49	26,75	2,48						
Картофель отварной с маслом сливочным 150	379	150	3,03	5,74	24,21	160,60	0,12	29,58	31,98	0,09	20,54	87,91	34,29	1,38						
Напиток из черноплодной рябины	491	200	0,30	0,04	16,82	68,84	0,00		40,00	0,30	5,90	11,00	2,80	0,27						
Батон нарезной 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	64,63	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30						
Хлеб ржано-пшеничный 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71						
Итого за Обед	750	750	21,74	29,65	88,90	709,39	0,47	54,53	138,01	5,33	164,25	362,47	95,86	5,77						



Директор  
Холстинин Е.Г.  
Дети-инвалиды 1-4 класс 1 смена

# Меню

ПЯТНИЦА

7

Наименование блюд      Рецепт/ура      Выход      Белки      Жиры      Углеводы      Калорийность      В1      С      А      Е      Кальций      Фосфор      Магний      Железо

Завтрак														
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая 150	232	150	5,13	6,06	20,34	156,37	0,12	0,89	36,35	0,43	121,64	142,28	37,20	0,80
Пудинг творожный запеченный 100	99	100	13,27	6,46	16,03	175,36	0,05	0,62	71,20	0,33	152,83	195,32	21,96	0,56
Варенье 50	814	50			27,50	110,00	0,01		1,50	0,15	5,00	5,00	3,50	0,45
Яблоко свежее	752	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	15,00	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	0,90
Чай с сахаром и лимоном 200/7	186	207	0,41	0,01	15,13	62,24	0,00	2,90	0,64	0,01	17,23	9,79	7,28	0,95
Батон нарезной 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	64,53	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Завтрак	682		21,28	13,85	106,33	635,10	0,25	19,40	117,19	1,64	325,46	385,13	86,68	3,97

# Обед

Рассольник ленинградский с перловой крупой 200	100	200	1,83	4,31	13,51	100,11	0,06	13,39	0,02	1,83	22,58	57,29	22,24	0,79
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,36	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Тертые из говядины 90	278	90	11,58	16,38	13,64	248,33	0,15	3,18	4,02	4,86	53,95	161,60	25,25	2,32
Пюре из гороха 150	388	150	15,81	1,51	36,90	224,39	0,68		0,68		78,35	170,18	68,07	5,31
Напиток из плодов шиповника	201	200	0,68	0,25	29,66	123,61	0,01	200,00	163,40	0,76	22,60	4,01	6,00	5,66
Хлеб ржано-пшеничный 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11		0,00	0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Батон нарезной 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	64,53	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Обед	700		33,67	25,45	116,92	831,41	1,04	216,62	184,11	8,00	209,09	446,58	135,60	15,10