УТВЕРЖДАЮ:

ООО" СМБИНИТОСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"

Козырева О.Ю. При пожиме 8 к СанПиН 2.3/ ие 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: М	ацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)		1 День: понедельник						
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые веще		ества	Энерге- тическая	Nº		
пищи	палімонованно олюда	Воо олюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры		
Завтрак									
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210	5,36	7	33,27	236,9	235,05		
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18		
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686		
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2	897		
Итого за 3	Завтрак	500	14,84	14	88,64	641,5			
Обед		'							
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,2	818		
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3	139		
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80	943		
	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7	1 308,02		
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126		
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928		
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147		
Итого за (. I Обед	760	33,59	31	111,84	844,3			
Итого за д	цень	1 260	48,43	45	200,48	1485,8			

(лист 2)

Рацион: І	Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	1		День:	вторник	
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пиι	щевые веще	ества	Энерге- тическая	Nº
пищи	паименование олюда	вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак							•
	Омлет запеченный или паровой	200	20,16	18	3,8	305,3	891
	Блинчики с яблоком	80	4,89	5	8,74	111,2	1 330,17
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за	 Завтрак	500	27,19	24	39,24	537,1	
Обед		•		•	•		
	Помидоры порционно	60	0,66		8,26	74,3	835
	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110	1 015
	Плов со свининой	220	17,71	41	53,66	562,6	1 018
	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3	1 242
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147
Итого за	 Обед	720	26,31	47	121,32	961,4	

[4 000	F0.5		100 -0		
Итого за день	1 220	53,5	71	160,56	1498,5	

Рацион: М	Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	: 1 День : среда						
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пиг	цевые веще	ества	Энерге- тическая	Nº		
ПИЩИ	паліменование отпода	вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры		
Завтрак				•					
	Шницель из птицы	80	16,5	5	11,55	164,5	1 060		
	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8	600,01		
	Макаронные изделия отварные с маслом	170	7,19	5	42,92	247,6	516		
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02		
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897		
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148		
Итого за		500	27,01	12	88,19	581,3			
2.5									
Обед	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9	836		
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3	1 030		
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052		
	Котлета Деревенская	90	14,37	17	9,75	253,5	661,06		
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998		
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705		
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01		
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147		
Итого за (I Обед	765	31,6	31	122,57	910,1			
Итого за д	день	1 265	58,61	43	210,76	1491,4			

(лист 4)

Рацион: М	Леню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	1 День: четверг						
Прием	Наименерацие блюде	Рос блисто	Пиι	цевые веще	ства	Энерге-	Nº		
пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры		
Завтрак									
	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210	6,02	7	28,41	209,7	1 111		
	Кекс ванильный с изюмом	60	6,88	6	33,72	171,7	450,19		
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188		
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2	897		
Итого за 3	Завтрак	500	16,11	14	94,18	530,4			
Обед					•				
	Помидоры порционно	60	0,66		8,26	74,3	835		
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106	124		
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052		
	Фрикасе из мяса птицы с соусом	90	15,6	5	2,98	119	1 023		
	Рис припущенный с овощами	150	3,54	8	34,05	225,9	990		
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912		
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01		
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147		
Итого за С	Обед	745	25,95	20	95,98	736,3			

Итого за день	1 245	42,06	34	190,16	1266,7	

Рацион: М	Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	1 День: пятница					
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пиг	цевые веще	ества	Энерге- тическая	Nº	
пищи	паименование олюда	вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	
Завтрак								
	Макаронные изделия запеченные с сыром	180	11,13	10	32,95	308,6	334	
	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88	976	
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897	
Итого за 3	Завтрак	520	13,81	11	70,57	513,3		
Обед								
	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4	992	
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5	1 021	
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052	
	Тефтели мясные с луком с соусом красным	90	10,81	15	13,56	231,9	907,01	
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	
	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3	1 242	
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897	
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147	
Итого за (. Г Обед	745	21,72	31	100,14	766,5		
Итого за д	день	1 265	35,53	42	170,71	1279,8		

(лист 6)

Рацион: М	ацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)		1		День:	суббота	
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пиц	цевые веще	ества	Энерге- тическая	Nº
пищи	Transition of the day	Воб олиода	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак							
	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	230	8,27	9	36,56	279	883
	Бутерброд с маслом и повидлом	50	2,03	10	21,14	179,4	815,06
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за	т Завтрак	500	12,44	20	84,4	579	
Обед							
	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9	836
	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7	1 152
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Котлета Полтавская	90	7,54	17	9,32	220,9	1 062,03
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147
Итого за (Обед	765	25,63	29	121,18	850	
Итого за	день	1 265	38,07	49	205,58	1429	

Рацион: І	Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	2 День: понедельник						
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	Nº		
пищи		200 отпода	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры		
Завтрак							,		
·	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,1	6	31,68	225,6	235,05		
	Блинчики с вишней	80	4,75	5	8,94	149	1 330,13		
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686		
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897		
Итого за	Завтрак	500	12,05	12	66,48	491,3			
Обед		1			•		•		
	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4	992		
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3	139		
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80	943		
	Котлета Деревенская	90	14,37	17	9,75	253,5	661,06		
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126		
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516		
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02		
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147		
Итого за	 Обед	760	30,87	30	113,81	872			
Итого за ,	день	1 260	42,92	42	180,29	1363,3			

(лист 8)

Рацион: Л	Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	2				
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пиг	цевые веще	ества	Энерге- тическая	Nº
пищи	таймонование олюда	Бее олгода	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры
Завтрак							
	Печенье, шт	100	3,72	16	53,2	363,3	1 746,01
	Сырники	120	8,4	7	18,3	180,8	1 066,01
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902
	Слива	35	0,28		3,39	17,3	973
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за	. Г Завтрак	505	16,91	27	115,91	778,3	
Обед							l .
	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9	836
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5	1 021
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Птица запеченная	100	29,73	18	1,6	288,8	1 237
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995
	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2	932
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147
Итого за	 Обед	755	39,62	30	60,27	676,5	

Итого за день	1 260	56.53	57	176.18	1454.8	
		,		_, _	_ ,-	

Рацион:	Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя: 2	2 День : среда					
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые веще		ства	Энерге- тическая	Nº	
пищи		233 3335	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	
Завтрак								
	Тефтели мясные с луком	80	12,1	9	8,41	191,3	907	
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126	
	Каша гречневая рассыпчатая	170	10,57	7	55,1	322,5	998	
	Компот из свежих плодов	200	0,03		4,78	19,8	390	
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897	
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148	
Итого за	Завтрак	500	25,71	18	84,76	627,7		
Обед								
Тосод	Помидоры порционно	60	0,66		8,26	74,3	835	
	Рассольник домашний со сметаной	200	1,82	5	11,08	96,7	1 175	
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	- 						
		5	1,15	1	0,04	11,8	1 052	
	Плов с мясом птицы	220	1,15	13	0,04	11,8 340,4	1 052 1 020	
			•		·	-		
	Плов с мясом птицы	220	13,84		42,61	340,4	1 020	
	Плов с мясом птицы Компот из смеси сухофруктов	220	13,84		42,61 24,36	340,4	1 020 928	
Итого за	Плов с мясом птицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной.	220 200 20	13,84 0,35 1,62	13	42,61 24,36 9,76	340,4 101,7 48,4	1 020 928 894,01	

(лист 10)

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)		Неделя:	2 День: четверг				
Прием	Наименование блюда	Рос блисто	Пищевые вещества			Энерге-	Nº
пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак							
	Макаронные изделия запеченные с сыром	180	11,13	10	32,95	308,6	334
	Фрукт (яблоко)	120	0,48		11,76	56,4	976,03
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01
Итого за 3		520	13,29	10	69,63	473,3	
Обед				•			
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,2	818
	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной	200	3,28	6	14,87	124,6	1 018
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7	1 308,02
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126
	Булгур с мексиканской смесью	150	7,46	9	35,73	145,2	1 000,06
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147
Итого за Обед		765	33,8	39	104,83	769,4	

[4.005	47.00	40	474.40	4040 =	
Итого за день	1 285	47,09	49	174,46	1242,7	

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)		Неделя:	2 День: пятница					
Прием	Наименование блюда	Вес блюда -	Пищевые веще		ества	Энерге-	Nº	
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
Завтрак								
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	210	6,93	6	34,3	216,3	851	
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2	897	
Итого за Завтрак		500	16,35	13	90,51	624,8		
Обед					•			
•	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9	836	
	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110	1 015	
	Гуляш из мяса свинины	90	10,06	25	3,25	212,7	437,06	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	
	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3	1 242	
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01	
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147	
Итого за (т Обед	740	27,8	37	112,95	830,8		
Итого за день		1 240	44,15	50	203,46	1455,6		

(лист 12)

Рацион: М	Леню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)	Неделя:	2	День: суббота				
Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	Nº	
ПИЩИ			Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
Завтрак							•	
	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4	850	
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	
	Блинчики с яблоком	80	4,89	5	8,74	111,2	1 330,17	
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	
Итого за 3	.! Завтрак	505	14,36	15	66,07	463,5		
Обед								
	Помидоры порционно	60	0,66		8,26	74,3	835	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106	124	
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052	
	Котлета Московская.	90	14,27	15	10,51	240,7	1 161	
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516	
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912	
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01	
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8	1 147	
Итого за Обед		765	27,54	27	108,49	861,7		
Итого за день		1 270	41,9	42	174,56	1325,2		
Итого за период		15 060	555,64	562	2237,77	16645,6		
Среднее значение за период		1 255	46,3	46,8	186,5	1387,1		

Составил	Елисеева	Ирина	Юрьевна
CCCTGDINT	 _,,,,,,,,,,	, .pa	. opbobila

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447126 Владелец Ковалева Марина Павловна Действителен С 15.11.2024 по 15.11.2025