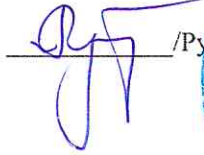


СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ
«Школа №18 для обучающихся
с ограниченными возможностями
здоровья» г.Перми



/Руднев И.А./



РАЗРАБОТАНО:

Исполнительный директор



/Журавина Ж.В./



Примерное перспективное меню

Действующее с 01.01.2024 года

Возраст от 7-10 лет

«Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий

Для детских садов, детских оздоровительных учреждений,

Учреждений профессионального образования,

специализированных учреждений для несовершеннолетних,

нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений»

«ООО Уральский региональный центр питания»

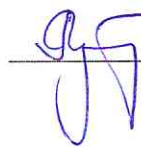
ФГБОУ ВО «ПГМУ им. Вагнера» Минздрава России

Изд-е 3-е доп. и испр.- г. Пермь, 2018 г

Изд-е 3-е доп. и испр.- г. Пермь, 2021 г

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ
«Школа №18 для обучающихся
с ограниченными возможностями
здоровья» г.Перми

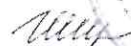


/Рупперт И.Э./



РАЗРАБОТАНО:

Исполнительный директор



/Житеба Ж.В./



Примерное перспективное меню

Действующее с 01.01.2024 года

Возраст от 11 и старше

«Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий»

Для детских садов, детских оздоровительных учреждений,

Учреждений профессионального образования,

специализированных учреждений для несовершеннолетних,

пуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений»

«ООО Уральский региональный центр питания»

ФГБОУ ВО «ПГМУ им. Вагнера» Минздрава России

Изд-е 3-е доп. и испр.- г. Пермь, 2018 г

Изд-е 3-е доп. и испр.- г. Пермь, 2021 г

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	6	7	33	214	234
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
Итого за Завтрак		660	14	15	108	632	
Обед	Салат из свеклы отварной	60	1	4	5	55	26
	Суп с рыбными консервами,	200	7	9	11	153	123
	Жаркое по-домашнему (св)	240	23	17	31	368	328,21
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		800	39	31	103	842	
Итого за день		1 460	53	46	211	1474	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6	8	26	202	232
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		510	13	9	94	513	
Обед	Суп картофельный с бобовыми,	200	5	3	12	93	113,21
	Шницели куриные припущенные(гр)	90	28	33	6	435	372
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	249	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	52	46	124	1107	
Итого за день		1 300	65	55	218	1620	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога,	150	32	9	25	310	279,18
	Молоко сгущенное	30	2	3	17	98	471,21
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
Итого за Завтрак		520	43	16	114	765	
Обед	Свекольник со сметаной	200	2	4	8	75	98,02
	Котлеты рыбные любительские,	90	11	2	5	81	308
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	28	9	104	652	
Итого за день		1 310	71	25	218	1417	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	6	7	33	214	234
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
Итого за Завтрак		650	14	8	108	566	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	60	1	4	5	56	9,21
	Борщ с капустой и картофелем,	200	6	14	22	240	95,21
	Печень по-строгановски,,	90	18	12	6	203	356,18
	Картофельное пюре,	150	3	6	9	102	377
	Кисель	200			15	60	484
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		800	36	37	102	881	
Итого за день		1 450	50	45	210	1447	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	200	7	7	36	240	233
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Чай каркаде	200			14	56	461
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		510	14	8	109	569	
Обед	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	4	4	50	31,21
	Суп из овощей со сметаной	200	1	4	7	67	117,18
	Кнели мясные с рисом	90	12	11	6	168	338,21
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		850	30	22	109	786	
Итого за день		1 360	44	30	218	1355	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	200	8	7	38	245	221
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Какао с молоком,	200	3	3	14	94	462
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
Итого за Завтрак		650	18	18	113	692	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	5	14	18	224	104,21
	Биточки куриные (гр)	90	14	9	8	165	372,18
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	249	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	37	33	123	930	
Итого за день		1 440	55	51	236	1622	

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая вязкая,	200	9	8	32	232	213
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	Кофейный напиток с молоком,,	200	3	3	14	88	465,21
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Итого за Завтрак		505	22	16	92	595
Обед	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	200	2	2	13	81	116
	Плов из отварной птицы (гр)	240	24	20	30	400	375
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед		800	36	28	113	856
Итого за день		1 305	58	44	205	1451	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Омлет натуральный	130	12	19	3	225	268
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Кондитерское изделие	30	1	2	10	57	580
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		520	22	27	78	639	
Обед	Суп крестьянский с крупой	200	2	4	8	77	119
	Котлеты рыбные,	90	13	3	15	138	307
	Рис отварной	150	4	5	39	219	385
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	29	15	124	745	
Итого за день		1 310	51	42	202	1384	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7	7	33	219	220
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
	Итого за Завтрак		650	15	8	108	571
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	60	1	4	5	56	9,21
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	6	16	42	340	100,18
	Котлеты куриные припущенные(гр)	90	14	9	8	165	372,18
	Картофельное пюре,	150	3	6	9	102	377
	Напиток из шиповника	200	1		18	78	496
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед		800	33	36	127	961
Итого за день		1 450	48	44	235	1532	

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша "Дружба"	200	5	7	28	191	226
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Джем	10			1	6	413
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Итого за Завтрак	510	13	8	90	485	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	2	3	8	64	115
	Птица в соусе с томатом,	90	15	16	3	218	367
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед	740	31	20	100	752		
Итого за день	1 250	44	28	190	1237		

Итого за период	13 635	539	410	2143	14539	
Среднее значение за период		53,9	41	214,3	1453,9	

Составил _____ Елышева Вера Г

Утвердил _____

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая вязкая,	250	11	10	40	290	213
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	Кофейный напиток с молоком,,	200	3	3	14	88	465,21
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		555	24	18	100	653	
Обед	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	250	3	3	17	101	116
	Плов из отварной птицы (гр)	280	28	24	35	466	375
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		890	41	33	122	942	
Итого за день		1 445	65	51	222	1595	

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	250	11	8	47	307	221
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Какао с молоком,	200	3	3	14	94	462
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
	Итого за Завтрак	700	21	19	122	754	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	6	18	23	280	104,21
	Биточки куриные (гр)	100	15	10	9	183	372,18
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11	8	47	299	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед	880	41	39	137	1054	
Итого за день	1 580	62	58	259	1808		

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9	9	45	300	233
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Чай каркаде	200			14	56	461
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Итого за Завтрак		560	16	10	118	629
Обед	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1	6	6	84	31,21
	Суп из овощей со сметаной	250	2	5	9	83	117,18
	Кнели мясные с рисом	100	13	12	7	187	338,21
	Макаронные изделия отварные	180	7	1	35	228	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед		980	33	27	119	893
Итого за день		1 540	49	37	237	1522	

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	250	7	9	41	268	234
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
	Итого за Завтрак	700	15	10	116	620	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	100	2	6	8	94	9,21
	Борщ с капустой и картофелем,	250	7	18	28	300	95,21
	Печень по-строгановски,,	100	20	13	7	225	356,18
	Картофельное пюре,	180	4	7	11	122	377
	Кисель	200			15	60	484
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед	930	41	45	114	1021		
Итого за день	1 630	56	55	230	1641		

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога,	150	32	9	25	310	279,18
	Молоко сгущенное	50	4	4	28	164	471,21
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
Итого за Завтрак		540	45	17	125	831	
Обед	Свекольник со сметаной	250	2	5	10	93	98,02
	Котлеты рыбные любительские,	100	12	2	6	90	308
	Макаронные изделия отварные	180	7	1	35	228	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		880	30	11	112	717	
Итого за день		1 420	75	28	237	1548	

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	250	8	10	32	252	232
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Итого за Завтрак	560	15	11	100	563	
Обед	Суп картофельный с бобовыми,	250	6	4	15	116	113,21
	Шницели куриные припущенные(гр)	100	31	37	6	483	372
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11	8	47	299	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед	880	58	52	135	1228	
Итого за день	1 440	73	63	235	1791		

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	250	7	9	41	268	234
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
	Итого за Завтрак	710	15	17	116	686	
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1	6	8	91	26
	Суп с рыбными консервами,	250	9	11	13	192	123
	Жаркое по-домашнему (св)	280	26	20	36	430	328,21
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед	930	44	38	113	979		
Итого за день	1 640	59	55	229	1665		

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Омлет натуральный	150	13	21	3	260	268
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Итого за Завтрак	560	24	30	84	713	
Обед	Суп крестьянский с крупой	250	2	5	10	96	119
	Котлеты рыбные,	100	14	3	17	153	307
	Рис отварной	180	5	7	47	263	385
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед	880	31	18	136	823		
Итого за день	1 440	55	48	220	1536		

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	250	9	8	41	274	220
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт()	150			15	66	82
	Итого за Завтрак	700	17	9	116	626	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	100	2	6	8	94	9,21
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	8	20	53	425	100,18
	Котлеты куриные припущенные(гр)	100	15	10	9	183	372,18
	Картофельное пюре,	180	4	7	11	122	377
	Напиток из шиповника	200	1		18	78	496
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед	930	38	44	144	1122		
Итого за день	1 630	55	53	260	1748		

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), с 01.01.2024

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша "Дружба"	250	7	8	35	238	226
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Джем	10			1	6	413
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Итого за Завтрак	560	15	9	97	532	
Обед	Суп картофельный с клецками	250	3	4	9	80	115
	Птица в соусе с томатом,	100	17	18	3	242	367
	Макаронные изделия отварные	180	7	1	35	228	256
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед	830	35	24	106	830		
Итого за день	1 390	50	33	203	1362		

Итого за период	15 155	599	481	2332	16216	
Среднее значение за период		59,9	48,1	233,2	1621,6	

Составил _____ Елышева Вера Г

Утвердил _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Перми
 /Рупперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), Неделя: 2, День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша "Дружба"	250	7	8	35	238	226
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Джем	10			1	6	413
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		560	15	9	97	532	
Обед	Суп картофельный с клецками	250	3	4	9	80	115
	Птица в соусе с томатом,	100	17	18	3	242	367
	Макаронные изделия отварные	180	7	1	35	228	256
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		830	35	24	106	830	
Итого за день		1 390	50	33	203	1362	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Пермь
 /Рупнер И.Э./

Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9

кл),

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	250	9	8	41	274	220
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
Итого за Завтрак		700	17	9	116	626	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	100	2	6	8	94	9,21
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	8	20	53	425	100,18
	Котлеты куриные припущенные	100	15	10	9	183	372,18
	Картофельное пюре	180	4	7	11	122	377
	Напиток из шиповника	200	1		18	78	496
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		930	38	44	144	1122	
Итого за день		1 630	55	53	260	1748	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Перми
 Рупперт И.Э.



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл),

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Омлет натуральный	150	13	21	3	260	268
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		560	24	30	84	713	
Обед	Суп крестьянский с крупой	250	2	5	10	96	119
	Котлеты рыбные,	100	14	3	17	153	307
	Рис отварной	180	5	7	47	263	385
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		880	31	18	136	823	
Итого за день		1 440	55	48	220	1536	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Пермь
 /Рупперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), Неделя : 2 День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	250	7	9	41	268	234
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
	Итого за Завтрак		710	15	17	116	686
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1	6	8	91	26
	Суп с рыбными консервами,	250	9	11	13	192	123
	Жаркое по-домашнему	280	26	20	36	430	328,21
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед		930	44	38	113	979
Итого за день		1 640	59	55	229	1665	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Рупперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9
 кл),

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	250	8	10	32	252	232
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		560	15	11	100	563	
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми,	250	6	4	15	116	113,21
	Шницели куриные припущенные	100	31	37	6	483	372
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11	8	47	299	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		880	58	52	135	1228	
Итого за день		1 440	73	63	235	1791	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Руперт И.Э./

Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель
 /Ж.В. Штебе/

МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), Неделя: 1 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога,	150	32	9	25	310	279,18
	Молоко сгущенное	50	4	4	28	164	471,21
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
Итого за Завтрак		540	45	17	125	831	
Обед	Свекольник со сметаной	250	2	5	10	93	98,02
	Котлеты рыбные любительские,	100	12	2	6	90	308
	Макаронные изделия отварные	180	7	1	35	228	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		880	30	11	112	717	
Итого за день		1 420	75	28	237	1548	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Перми
 /Рушперт И.Э./

Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель

/Ж.В. Штебе/

МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), Неделя: 1 День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	250	7	9	41	268	234
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
Итого за Завтрак		700	15	10	116	620	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	100	2	6	8	94	9,21
	Борщ с капустой и картофелем,	250	7	18	28	300	95,21
	Печень по-строгановски	100	20	13	7	225	356,18
	Картофельное пюре,	180	4	7	11	122	377
	Кисель	200			15	60	484
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		930	41	45	114	1021	
Итого за день		1 630	56	55	230	1641	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Рупперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

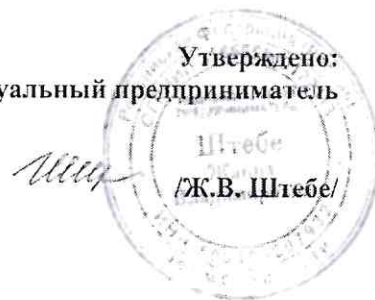
Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), Неделя: 1 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9	9	45	300	233
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Чай каркаде	200			14	56	461
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		560	16	10	118	629	
Обед	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1	6	6	84	31,21
	Суп из овощей со сметаной	250	2	5	9	83	117,18
	Кнели мясные с рисом	100	13	12	7	187	338,21
	Макаронные изделия отварные	180	7	1	35	228	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		980	33	27	119	893	
Итого за день		1 540	49	37	237	1522	

Согласовано:
 0758498
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Пермь
 /Рушерт И.Э.



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9 кл), Неделя: 1 День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	250	11	8	47	307	221
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Какао с молоком,	200	3	3	14	94	462
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
Итого за Завтрак		700	21	19	122	754	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	6	18	23	280	104,21
	Биточки куриные	100	15	10	9	183	372,18
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11	8	47	299	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		880	41	39	137	1054	
Итого за день		1 580	62	58	259	1808	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Рушперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (5-9

кл),

Неделя: 1

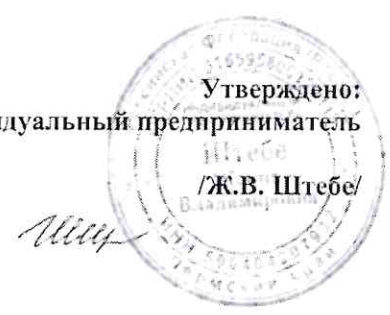
День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша гречневая вязкая,	250	11	10	40	290	213
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	465,21
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		555	24	18	100	653	
Обед							
	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	250	3	3	17	101	116
	Плов из отварной птицы	280	28	24	35	466	375
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		890	41	33	122	942	
Итого за день		1 445	65	51	222	1595	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Пермь
 /Рушиерт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), Неделя: 2 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша "Дружба"	200	5	7	28	191	226
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Джем	10			1	6	413
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		510	13	8	90	485	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	2	3	8	64	115
	Птица в соусе с томатом,	90	15	16	3	218	367
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		740	31	20	100	752	
Итого за день		1 250	44	28	190	1237	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями», г. Пермь
 /Рушерт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



/Ж.В. Штебе/

МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), Неделя: 2 День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7	7	33	219	220
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
	Итого за Завтрак		650	15	8	108	571
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	60	1	4	5	56	9,21
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	6	16	42	340	100,18
	Котлеты куриные припущенные	90	14	9	8	165	372,18
	Картофельное пюре,	150	3	6	9	102	377
	Напиток из шиповника	200	1		18	78	496
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед		800	33	36	127	961
Итого за день		1 450	48	44	235	1532	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Перми
 /Рупперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), Неделя: 2 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Омлет натуральный	130	12	19	3	225	268
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Кондитерское изделие	30	1	2	10	57	580
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		520	22	27	78	639	
Обед							
	Суп крестьянский с крупой	200	2	4	8	77	119
	Котлеты рыбные	90	13	3	15	138	307
	Рис отварной	150	4	5	39	219	385
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	29	15	124	745	
Итого за день		1 310	51	42	202	1384	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Перми
 /Рупперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель

Ильин



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), Неделя : 2, вторник, День: к

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша рисовая молочная жидкая	200	6	7	33	214	234
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
Итого за Завтрак		660	14	15	108	632	
Обед							
	Салат из свеклы отварной	60	1	4	5	55	26
	Суп с рыбными консервами,	200	7	9	11	153	123
	Жаркое по-домашнему	240	23	17	31	368	328,21
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		800	39	31	103	842	
Итого за день		1 460	53	46	211	1474	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Пермь
 /Рупперт И.Э./

Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель
 /Ж.В. Штебе/

МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), Неде ля: 1, пятниц а День: а

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога,	150	32	9	25	310	279,18
	Молоко сгущенное	30	2	3	17	98	471,21
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
Итого за Завтрак		520	43	16	114	765	
Обед	Свекольник со сметаной	200	2	4	8	75	98,02
	Котлеты рыбные любительские,	90	11	2	5	81	308
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	28	9	104	652	
Итого за день		1 310	71	25	218	1417	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа № 18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Руперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель
 /Ж.В. Штебе/



МЕНЮ

Неделя

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл),

: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	6	7	33	214	234
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
Итого за Завтрак		650	14	8	108	566	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	60	1	4	5	56	9,21
	Борщ с капустой и картофелем,	200	6	14	22	240	95,21
	Печень по-строгановски	90	18	12	6	203	356,18
	Картофельное пюре	150	3	6	9	102	377
	Кисель	200			15	60	484
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		800	36	37	102	881	
Итого за день		1 450	50	45	210	1447	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Пермь


 Рупперт И.Э.



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель


 /Ж.В. Штебе/



МЕНЮ

Недел
 Рацион: ШКОЛА №18 (1-4 кл), я: 1 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7	7	36	240	233
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Чай каркаде	200			14	56	461
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		510	14	8	109	569	
Обед	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	4	4	50	31,21
	Суп из овощей со сметаной	200	1	4	7	67	117,18
	Кнели мясные с рисом	90	12	11	6	168	338,21
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		850	30	22	109	786	
Итого за день		1 360	44	30	218	1355	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Руперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4
 кл),

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша пшеничная вязкая	200	8	7	38	245	221
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Какао с молоком,	200	3	3	14	94	462
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
Итого за Завтрак		650	18	18	113	692	
Обед							
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	5	14	18	224	104,21
	Биточки куриные	90	14	9	8	165	372,18
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	249	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	37	33	123	930	
Итого за день		1 440	55	51	236	1622	

Согласовано:
 Директор МАОУ «Школа №18 для
 обучающихся с ограниченными
 возможностями» г. Перми
 /Руперт И.Э./



Утверждено:
 Индивидуальный предприниматель

Ж.В. Штебе



МЕНЮ

Рацион: ШКОЛА №18 (1-4
 кл),

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша гречневая вязкая,	200	9	8	32	232	213
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Сыр порционный	15	3	4		54	75
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	465,21
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		505	22	16	92	595	
Обед							
	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	200	2	2	13	81	116
	Плов из отварной птицы	240	24	20	30	400	375
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		800	36	28	113	856	
Итого за день		1 305	58	44	205	1451	