ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС" 2 НЕДЕЛЯ

день:понедельник НЕДЕЛЯ:ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

	Macca	Пищ	евые веще	тва (г) ЭЦ		
Наименование продукта	порций	Б	Ж	У	(ккал)	№ рец
Завтрак						
Каша молочная рисовая с фруктами	200/100	7,92	7,59	60,07	389	Таб 4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		11,92	8,06	101,02	568	
Обед						
Суп картофельный с горохом	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Фрикадельки из птицы с соусом	100	10,1	4,7	7,7	115	акт
Макароны отварные	190	7,37	5,69	46,97	270	516
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		29,54	15,8	139,32	818	
Полдник		1/1		2 2 2		
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка молочная	100	8,8	2,2	50,3	128	779
Плодово-ягодный десерт/ кондитерское						
изделие	50	1,2		30	125	
Итого		10,2	2,22	95,30	314	
Всего		51,66	26,08	335,64	1700	

ДЕНЬ:ВТОРНИК НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН:ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

	Macca	Пищ	евые веще	ства (г)	ЭЦ	
Наименование продукта	порций	Б	Ж	У	(ккал)	№ рец.
Завтрак						1
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Каша перловая рассыпчатая	200	5,8	12,2	41,4	306	297
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		11,63	17,17	89,85	563	
Обед						
Борщ сибирский со сметаной	250	3,88	3,73	16,75	118	111
Зразы рубленые с соусом	100	7,85	9,6	11,55	166	456
Рис припущенный	200	4,94	5,78	51,89	279	512
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		22,92	20,33	135,84	817	
Полдник						

		 	1			
Булочка домашняя	50	3,75	6,6	30,45	197	769
Фрукты запеченные	100	0,2		19,6	81	акт
Итого		4,15	6,62	65,05	339	
Всего		38,7	44,12	290,74	1719	

ДЕНЬ:СРЕДА НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

	Macca	Пищ	евые веще	ества (г)	ства (г) ЭЦ	
Наименование продукта	порций	Б	Ж	У	(ккал)	№ рец.
Завтрак						
Каша молочная пшенная с фруктами	200/100	8,79	7,77	74,38	370	302
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		12,79	8,24	115,33	549	
Обед						
Суп – лапша домашняя с гренками	250	4,14	5,09	25,45	169	148
Котлеты рыбные с соусом	100	7,1	5,85	11,4	132	388
Пюре картофельное	200	4,2	9,0	29,2	217	520
Напиток фруктовый	200	0,22	0,04	28,59	117	699
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,88	0,63	12,25	63	
Итого		21,34	21,06	132,84	816	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	193	770
Плодово-ягодный десерт/ кондитерское изделие	100	13,5	0,6	6,5	78	
Итого		17,25	8,02	49,55	332	
Всего		51,38	37,32	297,72303,	1697	

ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ЛО 11 ЛЕТ

	Macca	Пищ	евые вещес	ства (г)	ЭЦ	
Наименование продукта	порций	Б	Ж	У	(ккал)	№ рец
Завтрак						
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Макаронные изделия отварные	200	1,09	5,99	49,44	284	516
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		6,98	10,97	98,14	544	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,05	10,08	95	124
Куриные колбаски с соусом	100	10,61	8,49	9,0	157	акт
Пюре гороховое	180	15,79	5,25	51,65	284	199
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,88	0,63	12,25	63	
Итого		34,21	19,89	133,37	817	
Полдник		19.46				
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка ванильная	50	3,95	4,25	29,05	172	107

Итого	4,35	4,27	63,65	314	
Всего	45,54	35,13	295,16	1675	

день:пятница НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ POSDACTHA G VATEFORKS: C 7 TO 11 HET

	Macca	Пиш	евые вещес	ства (г)	ЭЦ	
Наименование продукта	порций	Б	Ж	У	(ккал)	№ рец.
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с фруктами	200/100	8,2	11,1	56,5	365	Таб 4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		12,2	11,57	97,45	544	
Обед						4
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Тефтели с соусом 1 в	100	8,0	9,64	10,35	172	461
Пюре картофельное	200	4,2	9,0	29,2	217	200
Напиток из плодов шиповника	200	0,4		23,6	94	705
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		24,6	24,03	123,36	816	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Сдоба обыкновенная	100	8,0	5,4	54,2	166	421
Плодово-ягодный десерт/ кондитерское изделие	50	1,2		30	125	
Итого		9,4	5,06	99,2	352	
Всего		43,2	40,66	320,01	1712	

ДЕНЬ: СУББОТА НЕДЕЛЯ:ВТОРАЯ

СЕЗОН ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

	Macca	Пищ	евые вещес	ства (г)	ЭЦ	
Наименование продукта	порций	Б	Ж	У	(ккал)	№ рец.
Завтрак						
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Макаронные изделия отварные	200	1,09	5,99	49,44	284	516
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		6,98	10,97	98,14	544	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Пудинг из птицы с соусом	100	13,95	6,7	8,24	176	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		29,16	19,28	124,1	819	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Рожки обсыпные	50	3,9	2,8	28,6	157	уоп

Итого	4,3	2,82	63,2	299	
Всего	40,44	33,07	282,44	1662	
Среднее значение за период	45,15	36,06	303,62	1694	

.