

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МБОУ СОШ № 21 городского округа «Город Ошанино»

Туповое прикормное 15-ти дневное меню
для детей с ожирением, пребывающих в период школьных летних каникул 2025 года
для детей в возрасте от 11 до 15 лет

Присл. пищи	Наименование блюда	всего	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз. мс.					Минерал. в-ва, мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe	
ЗАВТРАК	Завтрак из творога 5% жирности с молоком сметанным	180/30	26,23	10,80	42,43	372,86	0,11	0,52	1,04	0,43	266,40	43,90	420,60	1,44	Мозлиный М.П. 2005- №223
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Мозлиный М.П. 2005- №382
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	Мозлиный М.П. 2005- №338
	Молоко	510	30,39	14	81,77	575,66	0,21	0,74	1,41	62,02	452,62	78,23	568,16	2,22	Мозлиный М.П. 2005 - 71
	Овощи свежие в перекрутке (пастернак или сельдерей)	60	0,48	0,00	2,04	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	19,73	0,19	Мозлиный М.П. 2005- №82
ОБЕД	Борщи с капустой и картофелем	250	1,83	4,90	15,20	112,25	0,05	0,04	0,58	10,29	44,39	26,25	53,22	1,19	Мозлиный М.П. 2005- №82
	Компоты, витаминиз. напитки из ягод, свежих фруктов с молочком сметанным 72,5% жирности	90/5	13,32	17,46	19,98	289,80	0,08	0,12	3,08	0,00	15,75	25,99	131,06	1,33	Мозлиный М.П. 2005-268
	Картофель отварной	180	3,90	5,60	24,30	251,00	0,17	0,02	0,80	0,00	16,63	47,34	134,43	1,55	Мозлиный М.П. 2005- №310
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Мозлиный М.П. 2005-342
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Мозлиный М.П. 2005-342
УЖИН	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	Мозлиный М.П. 2005-342
	Молоко	835	23,38	28,5	111,7	884,85	1,416	0,234	5,29	13,63	112,59	130,46	400,54	6,58	Мозлиный М.П. 2005-342
	Молоко обезжиренное	1345	53,77	42,5	193,47	1460,51	1,626	0,974	6,7	75,65	565,21	208,69	968,7	8,8	Мозлиный М.П. 2005-342

Присл. пищи	Наименование блюда	вход	Б.	Ж.	У.	2 ДЕНЬ					Витаминиз. мс.					Минерал. в-ва, мг					№ рецептуры
						к-во Ккал	В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe							
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная из молотой крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Мозлиный М.П. 2005- №181 Мозлиный М.П. 2005- №379 Мозлиный М.П. 2005- №338 Мозлиный М.П. 2005-102 Мозлиный М.П. 2005-290/331						
	Кашейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,58	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13							
	Булочки "Полушкин" поджаренные	1/100	2,75	0,55	26,80	130,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40							
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30							
	Молоко	605	12,73	6,23	111,14	567,8	0,13	0,21	1,09	61,31	170,03	40,8	161,6	1,15							
ОБЕД	Суп картофельный с картофелем (суп)	250	5,08	3,35	23,85	163,75	0,23	0,07	1,15	5,81	38,08	36,05	87,18	2,03	Мозлиный М.П. 2005-102 Мозлиный М.П. 2005-290/331 Мозлиный М.П. 2005-202 Мозлиный М.П. 2005-102 Мозлиный М.П. 2005-290/331						
	Пшеница, пшеница в соусе сметанным 15% жирности с молоком	100/50	18,90	23,94	5,32	312,20	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41							
	Мясные изделия отварные	180	6,48	0,72	43,92	208,80	0,07	0,03	0,41	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33							
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60							
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78							
	Сок (присоедин. яблоком)	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	Мозлиный М.П. 2005-290/331 Мозлиный М.П. 2005-202						

Hmozo Hmozo Oetu	830	33,15	30,55	118,67	891,95	1,476	0,284	5,86	9,82	119,53	106,42	319,8	8,95
	1435	70,3	61,1	237,34	1489,35	2,952	0,568	11,72	19,64	239,06	212,84	639,6	17,9

Присев иници	Наименование биолог	всход	Б.	Ж.	У.	к-во Клет	Витамини, мг.				Минерал.в-ва, мг				№ рецептура
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
3-ВБТРАК	Комплекта рудения из дрожер-целиит с мясом ситовитам 72,5% жирности	90/5	13,68	20,34	3 ДЕНЬ	291,60	0,09	0,12	4,33	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	Мозульный М.П.2005-295
	Капустна капуста	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	Мозульный М.П.2005-321
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	Мозульный М.П.2005-376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	проект.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	проект.
	Итого	540	21,2	25,69	73,62	611,82	1,236	0,224	6,09	30,16	141,2	77,2	253,65	4,46	Мозульный М.П.2005-101
	Сум издропфелит с кривой (печеной)	250	2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88	Мозульный М.П.2005-289
	Рис из иници	90/150	18,38	22,22	25,10	374,40	0,14	0,15	3,31	9,64	55,72	49,04	153,70	2,01	Мозульный М.П.2005-349
	Комплет из смеси суслодропное	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	проект.
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	проект.
ОБЕД	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	проект.
	Итого	740	24,15	25,49	89,03	683,85	1,336	0,254	5,13	18,29	124,49	99,34	289,35	5,52	
	Итого день	1280	45,35	51,18	162,65	1295,67	2,572	0,478	11,22	48,45	265,69	176,54	543	9,98	

Присев иници	Наименование биолог	всход	Б.	Ж.	У.	к-во Клет	Витамини, мг.				Минерал.в-ва, мг				№ рецептура
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
3-ВБТРАК	Суп «Росейскей» (порциан) 50% жирности	20	3,48	4,43	4 ДЕНЬ	54,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Мозульный М.П.2005-15
	Суп молодой с микропидити надпитати	200/5	3,40	3,82	16,56	114,20	0,09	0,20	0,44	0,91	161,62	24,14	137,98	0,51	Мозульный М.П.2005-120
	Какао с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Мозульный М.П.2005-382
	Фрукты свежие (банан)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	Мозульный М.П.2005-338
	Итого	525	10,64	11,45	43,3	763	0,16	0,44	0,64	2,61	445,84	50,77	337,54	1,14	Мозульный М.П.2005-75
	Икра свекольная	60	1,38	4,08	9,24	79,20	0,02	0,02	0,18	4,03	22,94	17,78	36,47	1,06	Мозульный М.П.2005-108/109
	Суп издропфелит с кривой	250	5,23	6,28	29,00	193,50	0,08	0,05	0,78	5,75	18,22	18,13	47,35	0,68	Мозульный М.П.2005-229
	Рыба, тушеная (белый) в масле с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Мозульный М.П.2005-312
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Мозульный М.П.2005-342
	Комплет из свежих плодов	200	0,16	0,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	0,94	проект.
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	проект.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	проект.
	Итого	880	26,94	23,74	117,42	793,62	1,446	0,314	4,17	35,32	141,36	121,14	398,89	5,9	
	Итого день	1405	37,58	35,19	160,72	1555,62	1,606	0,754	4,81	37,93	587,2	171,91	736,43	7,04	

Присм пшци	Наименование банов	всехоб	Б.	Ж.	У.	к-во Ксан	Витамини, мг.					Минерал-в-в-мг.				№ рецептура
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe		
ЗАВТРАК	Вино варенье	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	Мозлиный М.П. 2005-209	
	Низка кайковская	100	1,40	4,80	8,50	83,00	0,02	0,02	0,47	5,52	18,16	13,19	22,79	0,61	Мозлиный М.П. 2005-73	
	Компот из яблоков	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.П.Заболотов — 864	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	ипок.	
	Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	ипок.	
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	Мозлиный М.П. 2005-338	
	Итого	500	10,67	15,85	69,66	484,2	1,206	0,274	1,45	78,42	111,58	56,79	191,79	3,53	Мозлиный М.П. 2005-338	
	Овощи свежие в пюре (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Мозлиный 2005 - 71	
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	М.П.Мозлиный 2005 - 71	
	Консервы или баночка рыбные (минтай) с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	13,32	16,92	10,44	24,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Мозлиный М.П. 2005-102	
ОБЕД	Каши раскатанная пшенная с овсянкой	180	4,20	4,49	41,63	223,20	0,04	0,04	0,97	0,00	13,68	36,60	98,04	0,74	Мозлиный М.П. 2012-166	
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,20	4,49	41,63	223,20	0,04	0,04	0,97	0,00	13,68	36,60	98,04	0,74	М.П.Мозлиный 2012-166	
	Хлеб пшеничный	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Мозлиный М.П. 2005-349	
	Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	ипок.	
	Итого	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	ипок.	
	Итого день	835	31,39	31,91	163,06	843,11	1,446	0,274	5,66	21,48	154,71	171,77	573,59	7,12	ипок.	
	Итого день	1335	42,06	47,76	232,72	1327,31	2,652	0,548	7,11	99,9	266,29	228,56	765,38	10,65	ипок.	

Присм пшци	Наименование блюд	всехоб	Б.	Ж.	У.	к-во Ксан	Витамини, мг.					Минерал-в-в-мг.				№ рецептуры
							B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe		
ЗАВТРАК	Тестис из говядины 2-ой вариции с соусом сметанным 15% жирности с помидонам и луком	90/50	10,69	15,53	6. ДЕНЬ 15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	М.П.Мозлиный 2005-279/333	
	Каши раскатанная зренска	180	9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47		
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60		
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78		
	Итого	585	20,96	23,61	96,01	710,75	1,27	0,20	4,41	1,02	82,73	70,06	247,01	4,89		
	Ша из свежей капусты с картофелем и сметаной 15% жирности	250	1,60	4,93	11,50	96,75	0,06	0,05	0,81	18,47	43,33	22,25	47,63	0,80		
	Кисель из кыр. бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95		
	Макаронные изделия опаренные с маслом сливочным 72,5% жирности	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33		
	Кисель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121,00	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94		
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60		
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78		
	Итого	780	28,83	34,83	119,09	902,85	1,476	0,334	8,92	20,731	105,84	225,13	468,14	9,54		
	Итого день	1365	49,79	58,44	215,1	1613,6	2,742	0,538	13,33	21,751	188,57	295,19	715,15	14,43		

Присев иници	Наименование б/нов	б/нов	Б.	Ж.	У.	к-во Квиз	Витаминиз. мг.			Минерализ.б-во,мг.			№ рецептуры		
					7 ДЕНЬ		В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe	
ЗАБТРАК	Сир «Россетица» (нормализ.) 50% жирности	25	4,64	5,91	0,00	72,00	0,01	0,06	0,04	0,15	176,00	7,07	75,00	0,20	М.П.Мозгиный 2005-15
	Каши жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,33	143,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	Дети приуч 2005-14
	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	3,14	14,22	2,44	4,44	0,36	М.П.Мозгиный 2005-182
	Булочки "Табуретка" подорожанная	1/50	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	М.П.Мозгиный 2005-377
	Итого	502	9,78	11,55	65,33	421,33	0,05	0,08	0,97	3,29	197,45	33,14	148,31	1,28	прое.
	Игра морозован	60	1,26	4,08	8,38	75,00	0,03	0,04	0,49	3,07	18,38	24,77	42,00	0,73	М.П.Мозгиный 2005-75
	Рассолыне "Ленинградский" с курной черной	250	2,10	5,10	20,50	136,25	0,10	0,06	1,08	7,54	26,45	25,90	71,95	0,97	М.П.Мозгиный 2005-75
ОБЕД	Жаркое из говядины по-домашнему	240	24,16	22,40	20,64	381,60	0,16	0,22	0,00	11,44	32,00	52,80	276,80	4,11	М.П.Мозгиный 2005-96
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Новосибирск 2022 № 54-9м
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	прое.
	Сос.фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	прое.
	Итого	800	32,21	32,12	95	800,05	1,416	0,384	2,39	26,05	104,73	130,77	462,45	9,99	
	Итого день	1302	41,99	43,67	160,33	1231,38	1,466	0,464	3,36	29,34	302,18	163,91	610,76	11,27	

Присев иници	Наименование бонд	вакход	Б.	Ж.	У.	к-во Квиз	Витаминиз. мг.				Минерал.с-ва.мг.				№ рецептура
							В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe	
8 ДЕНЬ															
ЗАБТРАК	Зачесанка из творога 5% жирности с молоком сметаной	180/30	26,23	10,80	42,43	372,86	0,11	0,52	1,04	0,43	266,40	43,90	420,60	1,44	Мозгиный М.П.2005-№-223
	Каши с молоком 2,5% жирности	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Мозгиный М.П.2005-382
	Фрукты свежие (бананы)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	Мозгиный М.П.2005-338
	Итого	510	30,39	14	81,77	575,66	0,21	0,74	1,41	62,02	457,62	78,23	568,16	2,22	Мозгиный М.П.2005-102
	Суп картофельный с бобовым (фасоль)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	Мозгиный М.П.2005-335
	Шницель рубный (анимал) (пшеничный)с маслом сметаной 72,5% жирности	90/5	16,51	9,07	25,68	250,51	0,27	0,43	8,50	11,53	31,55	0,54	428,91	1,15	Мозгиный М.П.2005-312
ОБЕД	Поре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Мозгиный М.П.2005-349
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	прое.
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прое.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	прое.
	Итого	775	25,46	14,96	92,28	616,56	1,536	0,544	10,35	17,74	127,55	64,14	639,99	5,59	Мозгиный М.П.2005-312
	Итого день	1285	55,85	28,96	174,05	1192,22	1,736	1,284	11,76	79,76	580,17	142,37	1208,15	7,81	Мозгиный М.П.2005-312

Присадки	Наименование блонд	выход	Б.	Ж.	У.	9 ДЕНЬ				Витаминиз. мс.				Минерализ. мс.				№ рецептура
						к-во Кати	В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe				
ЗАВТРАК	Концентрация рибофлавина из бройлер-цуклатов с мясом сыворотки 72,5% жирности	100/5	15,2	22,6	14,8	32,4	0,1	0,13	4,7	0,73	17,5	23,33	133,83	1,58	М.П.Московский 2005-295			
	Капуста тушеная	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	М.П.Московский 2005-321			
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Московский 2005-376			
	Хлеб изюбинный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прот.			
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78				
	Итого	550	22,72	27,95	75,1	644,22	1,26	0,234	6,56	30,23	142,95	79,53	267,03	4,62				
ОБЕД	Овощи свежие в маринге (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Московский 2005 - 71			
	Сезонных	250/10	0,79	3,87	13,67	96,97	0,08	0,07	1,18	13,78	42,00	27,00	66,65	1,50	М.П.Московский 2012-145			
	Рыба, тушеная (каптан) в масле с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	М.П.Московский 2005-229			
	Рис отварной	180	4,52	7,33	49,68	282,78	0,03	0,02	0,81	0,00	1,64	19,60	73,13	0,63	М.П.Московский 2005-304			
	Курица из помидов	200	0,34	0,00	24,26	98,40	0,00	0,00	0,02	0,07	10,50	1,34	5,28	0,29	М.П.Московский 2005-360			
	Хлеб изюбинный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прот.			
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78					
	Итого	890	22,8	18,58	118,27	737,95	1,316	0,214	3,73	30,88	103,89	106,94	371,55	4,97				
	Итого день	1440	45,52	46,53	193,37	1382,17	2,562	0,448	10,29	61,11	246,84	186,47	638,58	9,59				

Присадки	Наименование блонд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Кати	Витаминиз. мс.				Минерализ. мс.				№ рецептура
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe	
ЗАВТРАК	Ябло вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	4,80	76,80	1,00	М.П.Московский 2005-209
	Икра свекольная	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	М.П.Московский 2005-75
	Компот из яблок	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24	А.П.Забойков — 864
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прот.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	
	Итого	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	0,04	0,03	0,20	60,00	34,00	13,00	23,00	0,30	М.П.Московский 2005-338
ОБЕД	Суп картофельный с капустой	570	11,69	11,26	76,76	488,32	0,308	0,368	2,47	94,69	130,79	67,5	241,31	3,35	М.П.Московский 2005-108/109
	Пшеница отварная	250	5,23	6,38	29,00	193,50	0,08	0,05	0,78	5,75	18,22	18,13	47,35	0,68	М.П.Московский 2005-288
	Рис из овощей	90/5	19,26	17,10	1,26	235,80	0,03	0,12	4,32	0,00	35,10	18,00	128,70	1,62	М.П.Московский 2005-288
	Компот из яблок сухобрусное	180	2,59	11,52	31,96	241,92	0,09	0,10	1,44	14,94	59,49	34,92	86,44	1,39	М.П.Московский 2005-143
	Хлеб пшеничный	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,14	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	прот.
	Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	
Итого	775	30,85	35,44	105,22	664,42	1,296	0,314	7,3	21,09	158,53	96,35	335,59	6,32		
	Итого день	1345	42,54	46,7	181,98	1352,74	1,604	0,682	9,77	115,78	289,32	163,85	576,9	9,67	

Присев питии	Наименование биологического	вход	Б.	Ж.	У.	К-во Кварт	Выпавшие, кг.				Минерал в-ва, кг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe	
3-ВТРАК	Каши жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,30	М.П.Мозилитный 2005-182
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,38	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13	М.П.Мозилитный 2005-379
	Выпущена с поводом	1/100	6,37	4,26	63,03	317,14	0,11	0,06	1,17	0,11	22,29	24,86	61,14	1,54	А.П.Заворотов -1058
	Итого	505	12,14	12,03	113,9	614,27	0,18	0,22	1,76	1,42	152,95	54,19	199,01	1,97	
	Овощи свежие в перекрутке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	М.П.Мозилитный 2005 - 71
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	350	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	М.П.Мозилитный 2005-102
	Каша из кукурузы, пропаренная с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	М.П.Мозилитный 2005-301
	Каши рассыпчатая пшеничная	180/5	7,90	6,07	49,55	284,40	0,15	0,06	0,84	0,00	28,85	41,06	190,76	3,23	М.П.Мозилитный 2005-302
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Мозилитный 2005-376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прод.
ОБЕД	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	прод.
	Итого	855	31,99	33,9	119,51	912,35	1,506	0,284	7,23	21,381	128,89	127,76	522,65	8,22	
	Итого обед	1360	44,13	45,93	233,41	1526,62	1,686	0,504	8,99	22,801	281,84	181,95	721,66	10,19	

Присев питии	Наименование биологического	вход	Б.	Ж.	У.	К-во Кварт	Выпавшие, кг.				Минерал в-ва, кг				
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe	
3-ВТРАК	Каши жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	М.П.Мозилитный 2005-181
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Мозилитный 2005-376
	Выпущена "Подарок" подорожная	1/100	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	прод.
	Итого	530	8,85	3,55	85,2	528	0,05	0,03	0,8	0,03	21,41	15,24	51,38	1,03	
	Сезонный	260	0,79	3,87	13,67	96,97	0,08	0,07	1,18	13,78	42,00	27,00	66,65	1,50	М.П.Мозилитный 2012-145
	Теплота из жидкой 2-ой выпуклой с соусом сметанным 15% жирности с мякотью и фруктами	90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	М.П.Мозилитный 2005-279/333
	Каши рассыпчатая гречневая	180/5	9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47	М.П.Мозилитный 2005-302
	Каша из пшеницы	200	0,12	0	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,48	3,6	4,4	0,94	М.П.Мозилитный 2005-352
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прод.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	прод.
ОБЕД	Итого	835	24,31	27,48	129,75	868,72	1,54	0,39	7,71	16,49	140,05	236,87	515,39	11,16	
	Итого обед	1365	33,16	31,03	214,95	1396,72	1,586	0,424	8,51	16,52	161,46	252,11	566,77	12,19	

Присев пищи	Наименование блюда	всего	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз. мс.					Минерал. в-ва, мг				№ рецептура			
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe					
ЗАВТРАК	Комплектация рибозина из бройлер-птицы с мясом свиной 72,5% жирности	100,5	13,68	20,34	13,32					291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	М.П.Московский 2005-295
	Капусты мясной	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35				М.П.Московский 2005-321	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60				прот.	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78				прот.	
	Компот из яблок	200	0,08	0,00	27,08	108,60	0,02	0,01	0,08	12,90	23,52	6,50	11,50	0,24				А.П.Заболотное — 864	
	Итого	535	21,18	25,81	85,7	676,02	1,236	0,234	6,15	43,03	153,61	82,26	262,37	4,39					
	Сум. калорийности с крпной (густоты)	250	2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88				М.П.Московский 2005-101	
	Рыба, муссиная (миним.) в масле с овощами	100/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63				М.П.Московский 2005-229	
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21				М.П.Московский 2005-312	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60				прот.	
ОБЕД	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78				прот.	
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	29,00	116,60	0,01	0,01	0,10	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94				М.П.Московский 2005-342	
	Итого	830	22,33	16,11	100,11	636,17	1,446	0,304	4,27	33,79	123,25	110,23	377,62	5,04					
	Итого всего	1365	43,51	41,92	185,81	1312,19	2,702	0,538	10,42	76,82	276,86	192,49	639,99	9,43					

Присев пищи	Наименование блюда	всеход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз. мс.					Минерал.в-ва,мг			№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe	
ЗАВТРАК	Овощи свежие в пюре(с помидора или огурца)	60	0,48	0,00	14 ДЕНЬ	9,60	0,01	0,01	0,11	1,62	7,44	7,98	24,01	0,19	М.П.Московский 2005 - 71
	Комплект из блиннов рыбные с маслом сливочным 72,5% жирности	100/5	13,32	16,92	10,44	24,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	М.П.Московский 2005-234
	Каши рисованные рисовая с овощами	180	4,20	4,49	41,63	223,20	0,04	0,04	0,97	0,00	13,68	36,60	98,04	0,74	М.П.Московский 2012-166
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прот.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	прот.
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Московский 2005-376
	Итого	610	21,79	24,57	91,37	423,06	1,216	0,144	3,32	0,32	75,29	84,28	316,59	3,19	М.П.Московский 2005-75
ОБЕД	Икра морская	60	1,26	4,08	8,28	75,00	0,03	0,04	0,49	3,07	18,38	24,77	42,00	0,73	М.П.Московский 2005-102
	Суп картофельный с курица (пшеница)	250	5,08	5,35	23,85	163,75	0,23	0,07	1,15	5,81	38,08	36,05	87,18	2,03	М.П.Московский 2005-289
	Рис из риса	90/150	18,38	22,22	25,10	374,40	0,14	0,15	3,31	9,64	55,72	49,04	153,70	2,01	прот.
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	прот.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	прот.
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	М.П.Московский 2005-376
	Итого	815	28,51	32,19	93,41	778,75	1,496	0,294	5,59	18,55	137,19	130,6	343,36	6,46	
	Итого всего	1425	50,30	56,76	184,78	1201,81	2,71	0,44	8,91	18,87	212,48	214,88	639,95	9,65	

