Электронный документ подписан ЭП на электронной площадке ООО ЭТП ГПБ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Организация | Информация о сертификате | Дата подписи | Внутренний номер договора |
| МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА РАСКОВОЙ МАРИНЫ МИХАЙЛОВНЫ" ЭНГЕЛЬССКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ | Ефименкова Ольга Александровна Сер.номер: 4e5984ec721ffb1d2b27b8e6c19d0795 | 26.12.2023 13:27:26 (MSK) | 32313038633-01-2 |
| ООО "БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА" | Сер Сер.номер: 02e188a400d8b003914cf861063c1d655e | 26.12.2023 12:44:18 (MSK) |  |

**Договор на оказание услуг**

**по организации питания обучающихся**

**№ 413к**

г. Энгельс «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_\_ г.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Образовательный центр имени Героя Советского Союза Расковой Марины Михайловны» » Энгельсского муниципального района Саратовской области, именуемое в дальнейшем «Заказчик», в лице директора Ефименковой Ольги Александровны, действующего на основании устава , с одной стороны, и общество с ограниченной ответственностью «Большая Перемена», именуемое(ый) в дальнейшем «Исполнитель», в лице директора Волкова Сергея Николаевича, действующего на основании устава с другой стороны, на основании Федерального закона от 18.07.2011 года № 223-ФЗ «О закупках товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц», Положения о закупке товаров, работ, услуг МАОУ «Образовательный центр им. М.М. Расковой» и итогового протокола №32313038629-03 №32313038633-03от 13.12.2023г) заключили настоящий Договор на оказание услуг по организации питания обучающихся (далее - Договор) о нижеследующем:

1. **Предмет договора.**
   1. В соответствии с настоящим договором Исполнитель обязуется оказать услуги по организации питания обучающихся (далее - услуги), в соответствии с Приложением № 1 к настоящему Договору, согласно требованиям, условиям, установленным настоящим договором, а Заказчик – обеспечить оплату оказанных услуг.

1.2. Оказание услуг осуществляется Исполнителем в соответствии с законодательством Российской Федерации, требованиями нормативных правовых актов, регулирующих порядок оказания услуг данного вида, устанавливающих требования к качеству такого вида услуг, в том числе в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

1. **Срок оказания услуг. Условия оказания услуг**

2.1. Исполнитель обязуется оказать услуги в срок: для детей, получающих одноразовое питание (1-11 класс): с момента заключения договора, но не ранее 09.01.2024г. по 31.05.2024г. и с 01.09.2024г. по 31.12.2024г., для воспитанников дошкольных групп (пятиразовое питание) с момента заключения договора, но не ранее 09.01.2024г. по 31.12.2024г., за исключением выходных, праздничных, каникулярных дней и периодов карантина.

2.2. Организация питания обучающихся производится согласно меню (Приложение № 2 к настоящему Договору).

2.3. Услуги оказываются Исполнителем по адресу:

1) Саратовская область, г. Энгельс, микрорайон Энгельс-1,зд. 15А (школа);

2) Саратовская область, г. Энгельс, микрорайон Энгельс-1, зд 59А (структурное подразделение – детский сад).

2.4. С даты начала оказания услуг Стороны подписывают договор аренды муниципального имущества (на помещение и оборудование, используемое для организации питания в соответствии с настоящим Договором), расположенного по адресу, указанному в подпункте 1 пункта 2.3. настоящего Договора.

1. **Стоимость договора и порядок расчетов**

3.1. Цена настоящего договора составляет10 637 788 (Десять миллионов шестьсот тридцать семь тысяч семьсот восемьдесят восемь) руб. 77 копеек, *НДС не облагается.*

3.2. Указанная цена договора является твердой и определяется на весь срок исполнения договора, за исключением случаев предусмотренных в пунктах 3.3 и 3.4. настоящего договора.

3.3. Цена по договору может быть снижена без изменений предусмотренных договором объёма оказанных услуг, качества оказываемых услуг и иных условий договора.

3.4. Цена по договору может быть изменена, если по предложению заказчика увеличивается предусмотренный договором объём оказываемых услуг, или уменьшается предусмотренный договором объём оказываемых услуг. При этом по соглашению сторон допускается изменение цены договора и соответственно стоимости питания одного обучающегося в день пропорционально изменению объёма оказываемых услуг, при условии изменения ассортимента блюд, предусмотренных в меню.

При исполнении договора по согласованию Заказчика с Исполнителем допускается оказание услуги, качество, технические и функциональные характеристики (потребительские свойства) которых являются улучшенными по сравнению с качеством и соответствующими техническими и функциональными характеристиками, указанными в договоре.

3.5. Порядок расчетов за фактически оказанные услуги: оплата осуществляется на основании предоставленных Исполнителем: счета, счета-фактуры *(если выставление счета-фактуры является обязательным)*, подписанного обеими Сторонами документа о приемке. Оплата Заказчиком оказанных услуг производится в безналичной форме за счет средств автономного учреждения, платежным поручением в течение не более 7 рабочих дней с даты подписания Заказчиком документа о приемке.

3.6. Цена договора включает в себя все расходы, связанные с исполнением условий настоящего договора, в том числе стоимость продуктов питания, используемых для приготовления пищи, стоимость приготовления блюд, организацию питания, расходы на организацию подвоза пищи, страхование, уплату таможенных пошлин, налогов, сборов и других обязательных платежей.

1. **Права и обязательства Сторон**

4.1. **Заказчик вправе:**

4.1.1. Требовать от Исполнителя надлежащего исполнения принятых им обязательств, а также своевременного устранения выявленных недостатков.

4.1.2. Требовать от Исполнителя предоставления надлежаще оформленных документов, подтверждающих исполнение принятых им обязательств.

4.1.3. При обнаружении недостатков оказанных услуг требовать их своевременного устранения.

4.1.4. Привлекать экспертов, специалистов и иных лиц, обладающих необходимыми знаниями, для подтверждения качества продуктов питания, приготовленных блюд, а также оказываемой услуги.

4.1.5. Направить готовые блюда на экспертизу, в том числе лабораторные испытания, с целью проверки их качества.

4.1.6. Не принимать и не оплачивать оказанные услуги ненадлежащего качества.

4.1.7. Обращаться с требованием к Исполнителю об отстранении от работы лиц, не имеющих специальной одежды и действующей медицинской книжки установленного образца с результатами медицинских обследований и лабораторных исследований, сведений о прививках, перенесенных инфекционных заболеваниях, сведений о прохождении профессиональной гигиенической подготовки и аттестации, допуска к работе, а также находящихся в нетрезвом состоянии, лиц с гнойничковыми заболеваниями кожи, вирусными и иными заболеваниями.

4.1.8. Пользоваться иными правами, предоставленными законодательством Российской Федерации и настоящим договором.

4.2. **Исполнитель вправе:**

4.2.1. Требовать своевременной приемки надлежаще оказанных услуг.

4.2.2. Требовать своевременной оплаты принятых Заказчиком услуг.

4.3. **Исполнитель обязан:**

4.3.1. Оказать услуги в соответствии с условиями настоящего договора.

4.3.2. Обеспечить качество оказываемых услуг в соответствии с требованиями, предъявляемыми к организации питания обучающихся:

- предоставлять обучающимся ежедневное рациональное питание;

- организовывать питание обучающихся по десятидневному меню, которое не должно повторяться в один и тот же день или в последующие 3 дня;

- соблюдать установленные в государственных стандартах, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", противопожарных правилах, технологических нормативных документах обязательные требования к качеству предоставляемых услуг, их безопасности для жизни и здоровья детей;

- приготовление питания осуществлять из продуктов, на которые имеются сертификаты соответствия, и срок годности которых не заканчивается на момент их приготовления;

- осуществлять доставку пищевых продуктов транспортом с обеспечением раздельной транспортировки продовольственного сырья и готовых пищевых продуктов, не требующих тепловой обработки;

- обеспечивать строгое соблюдение правил приемки поступающих полуфабрикатов и сырья, требований кулинарной обработки пищевых продуктов, а также условий и сроков хранения и реализации скоропортящихся продуктов;

- проводить за свой счет лабораторные и инструментальные исследования, подтверждающие безопасность приготовляемых блюд и безопасность контактирующих с пищевыми продуктами предметами производственного окружения и информировать Заказчика о результатах;

- обеспечивать надлежащее санитарное состояние производственных помещений, оборудования и инвентаря, используемого при приготовлении пищи;

- готовить пищу по сборникам рецептур, действующим в системе общественного питания;

- ежедневно проводить бракераж пищи в соответствии с действующим положением о бракераже на предприятиях общественного питания.

4.3.3. Осуществлять своими силами доставку, погрузку, разгрузку продуктов питания до места складирования Заказчика, также горячего питания до места оказания услуг, указанного в подпункте 2 пункта 2.3 настоящего Договора.

4.3.4. Укомплектовать пищеблок квалифицированными кадрами (в т. ч. подсобными (кухонными) рабочими), необходимыми для оказания услуги.

4.3.5. Обеспечивать своевременное и обязательное прохождение работниками пищеблока медицинских и профилактических осмотров в соответствии с законодательством.

4.3.6. Обеспечивать за свой счет пищеблок посудой, приборами, кухонным инвентарем, санитарной спецодеждой, моющими и дезинфицирующими средствами, в количестве, соответствующем санитарно-гигиеническим нормам и в зависимости от количества питающихся.

4.3.7. При необходимости обеспечить на период оказания услуги наличие дополнительного собственного оборудования, необходимого для оказания услуги.

4.3.8. Осуществлять приготовление горячего питания непосредственно на базе пищеблока Заказчика, расположенного по адресу, указанному в подпункте 1 пункта 2.3 настоящего Договора.

4.3.9. Предоставлять Заказчику ежемесячно до 5 числа месяца, следующего за расчетным, акт об оказании услуг.

4.3.10. Самостоятельно разрабатывать и исполнять программу производственного контроля на пищеблоке.

4.3.11. Своевременно предоставлять достоверную информацию о ходе исполнения своих обязательств, в том числе о сложностях, возникающих при исполнении договора, а также к установленному договором сроку представить Заказчику результаты исполнения договора.

4.3.12. С даты начала оказания услуг заключить договор на аренду муниципального имущества, расположенного по адресу указанному в подпункте 1 пункта 2.3. настоящего Договора, включающего аренду нежилого помещения (пищеблока) и оборудования Заказчика для использования в организации питания обучающихся, а также возмещение затрат за потребляемые коммунальные услуги.

4.3.13. Оказывать услуги в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами, с соблюдением санитарно-эпидемиологических требований к организации питания населения, в том числе направленных на предотвращение вредного воздействия факторов среды обитания, биологических факторов, химических факторов, физических факторов.

4.3.14. Обеспечивать соответствие готовых блюд, напитков, кулинарных, мучных, кондитерских, хлебобулочных изделий (далее - пищевая продукция) требованиям, установленным техническими регламентами Таможенного союза, Евразийского экономического союза, указанным в санитарно-эпидемиологических требованиях к организации общественного питания населения, и Единым санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям к продукции (товарам), подлежащей санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю).

4.3.15. Разрабатывать в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения, требованиями Заказчика и по согласованию с Заказчиком утверждать для каждой возрастной группы детей меню основного (организованного) питания.

4.3.16. Утверждать по согласованию с Заказчиком разработанное специалистом-диетологом индивидуальное меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, при наличии в числе обучающихся детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, за исключением случая, при котором в образовательной организации в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения детьми, нуждающимися в лечебном и диетическом питании, осуществляется употребление готовых домашних блюд, предоставленных родителями (законными представителями).

4.3.17. Не допускать исключения горячего питания из меню, в том числе при замене в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами к организации общественного питания населения пищевой продукции на иные виды пищевой продукции.

4.3.18. Отбирать и хранить в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения суточную пробу от каждой партии приготовленной в соответствии с меню основного (организованного) питания пищевой продукции.

4.3.19. Оказывать услуги с использованием технологического, холодильного, моечного оборудования, инвентаря, посуды, соответствующих санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения.

4.3.20. Осуществлять иные обязанности, предусмотренные законодательством Российской Федерации, требованиями иных нормативных правовых актов, регулирующих порядок оказания услуг данного вида, устанавливающих требования к качеству такого вида услуг.

4.4. **Заказчик обязан:**

4.4.1. Осуществлять контроль за исполнением условий договора, в том числе сроков оказания услуг, качества оказания услуг, проверки их соответствия условиям договора и приложений к нему.

### 4.4.2. Осуществлять контроль за заполнением гигиенического журнала (сотрудники), журнала учета температурного режима холодильного оборудования, журнала учета температуры и влажности в складских помещениях, журнала бракеража готовой пищевой продукции, журнала бракеража скоропортящейся пищевой продукции, журнала учета фактического количества питающихся или сводной ведомости, наличием сопроводительных документов на пищевую продукцию в полном объеме, обеспечивающих ее прослеживаемость.

4.4.3. Осмотреть продукты питания, приготовленные блюда.

4.4.4. Предоставить распорядок питания и списки обучающихся.

4.4.5. Принимать оказываемые услуги, осуществляемые Исполнителем, при условии их надлежащего качества.

4.4.6. Произвести оплату на основании подписанного Акта об оказании услуг и выставленного счета *(счета-фактуры)*.

4.5. Заказчик, орган, осуществляющий функции и полномочия учредителя Заказчика, их уполномоченные лица, а также иные лица, уполномоченные осуществлять контроль (надзор) за организацией питания, вправе во всякое время осуществлять контроль (надзор) за использованием пищеблока, питанием обучающихся и надлежащим исполнением Исполнителем обязанностей, предусмотренных законодательством и настоящим договором.

1. **Порядок сдачи и приемки оказанных услуг**

5.1. Для проверки предоставленных Исполнителем результатов, предусмотренных договором, в части их соответствия условиям договора Заказчик вправе проводить экспертизу. Экспертиза результатов, предусмотренных договором, может проводиться Заказчиком своими силами или к её проведению могут привлекаться эксперты, экспертные организации.

5.2. Приёмка результатов договора осуществляется в порядке и сроки, установленные договором, и оформляется Актом об оказании услуг, либо в те же сроки Заказчик направляет Исполнителю письменный мотивированный отказ от подписания такого документа. В случае привлечения Заказчиком для проведения экспертизы экспертов, экспертных организаций при принятии решения о приёмке или об отказе в приёмке оказанной услуги Заказчик учитывает отражённые в заключении по результатам указанной экспертизы предложения экспертов, экспертных организаций, привлечённых для её проведения.

5.3. Заказчик отказывает в приёмке результатов исполнения договора в случае несоответствия представленных результатов условиям договора. Допускается приёмка услуг, качество, которых являются улучшенными по сравнению с качеством и соответствующими техническими и функциональными характеристиками.

5.4. Заказчик вправе не отказывать в приёмке оказанной услуги либо результатов отдельного этапа исполнения договора в случае выявления несоответствия этой услуги условиям договора, если выявленное несоответствие не препятствует приёмке этой услуги и устранено Исполнителем.

5.5. Сдача результатов оказания услуг Исполнителем и приемка их Заказчиком производится в соответствии с гражданским законодательством и оформляется актом об оказании услуг с указанием фактической посещаемости обучающихся, подписываемым обеими Сторонами, и указанием недостатков (в случае их обнаружения), а также сроков и порядка их устранения.

5.6. Для приемки услуг Заказчик назначает ответственного представителя из числа своих сотрудников, который проверяет объем и качество оказанных услуг, а также осуществляет сверку расчетов с Исполнителем и подписывает соответствующие документы.

5.7. При приемке уполномоченный представитель Заказчика в присутствии ответственного представителя Исполнителя обеспечивает проверку объема и качества оказанных услуг на соответствие требованиям настоящего договора.

5.8. Заказчик в течение пяти дней со дня получения акта об оказании услуг и отчетных документов обязан его подписать или направить Исполнителю мотивированный отказ.

5.9. Услуги считаются оказанными Исполнителем надлежащим образом после подписания Сторонами акта об оказании услуг.

5.10. Стороны подписывают акт об оказании услуг при отсутствии у Заказчика замечаний к качеству и объему их оказания.

5.11. Заказчик имеет право не принимать оказанные услуги и не подписывать соответствующие документы в случае, если услуги оказаны ненадлежащим образом, не надлежащего качества или не в полном объеме.

**6. Ответственность Сторон**

6.1. Стороны несут ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязательств по настоящему договору в соответствии сзаконодательством Российской Федерации.

6.2. В случае просрочки исполнения заказчиком обязательств, предусмотренных договором, а также в иных случаях неисполнения или ненадлежащего исполнения заказчиком обязательств, предусмотренных договором, Исполнитель вправе потребовать уплаты неустоек (штрафов, пеней). Пеня начисляется за каждый день просрочки исполнения обязательства, предусмотренного договором, начиная со дня, следующего после дня истечения установленного договором срока исполнения обязательства. Такая пеня устанавливается договором в размере 1/300 действующей на дату уплаты пеней ключевой ставки ЦБ РФ от не уплаченной в срок суммы.

6.3. В случае просрочки исполнения Исполнителем обязательств, предусмотренных договором, а также в иных случаях неисполнения или ненадлежащего исполнения Исполнителем обязательств, предусмотренных договором, заказчик направляет Исполнителю требование об уплате неустоек (штрафов, пеней).

6.4. Пеня начисляется за каждый день просрочки исполнения Исполнителем обязательства, предусмотренного договором, начиная со дня, следующего после дня истечения установленного договором срока исполнения обязательства, и устанавливается договором в размере 1/300 действующей на дату уплаты пени ключевой ставки ЦБ РФ от цены договора, уменьшенной на сумму, пропорциональную объему обязательств, предусмотренных договором и фактически исполненных Исполнителем, за исключением случаев, если законодательством РФ установлен иной порядок начисления пени.

6.6. За каждый факт неисполнения или ненадлежащего исполнения Исполнителем обязательств, предусмотренных договором, за исключением просрочки исполнения обязательств, предусмотренных договором, размер штрафа (за исключением случаев, если настоящим договором установлен иной порядок начисления штрафов) составляет 0,1 % от цены Договора.

6.7. За каждый факт неисполнения или ненадлежащего исполнения Исполнителем обязательства, предусмотренного договором, которое не имеет стоимостного выражения, размер штрафа (при наличии в договоре таких обязательств) составляет 0,1 % от цены Договора.

6.8. Общая сумма начисленных штрафов за неисполнение или ненадлежащее исполнение Исполнителем обязательств, предусмотренных договором, не может превышать цену договора.

6.9. Сторона освобождается от уплаты неустойки (штрафа, пени), если докажет, что неисполнение или ненадлежащее исполнение обязательства, предусмотренного договором, произошло вследствие непреодолимой силы или по вине другой стороны.

**7. Обеспечение исполнения договора**

7.1. Условием заключения Договора является предоставление Исполнителем обеспечения исполнения Договора. Исполнение Договора может обеспечиваться внесением денежных средств на счет Заказчика или независимой гарантией, соответствующей статье 3.4 Федерального закона от 18 июля 2011 г. № 223-ФЗ «О закупках товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц».

7.2. Размер обеспечения исполнения Договора установлен в размере 3 % от начальной (максимальной) цены договора, что составляет: 455 905 (Четыреста пятьдесят пять тысяч девятьсот пять )рублей 23 копейки.

Если при проведении закупки участником, с которым заключается договор, предложена цена договора, которая на 25% и более ниже Н(М)ЦД, либо предложена сумма цен единиц товара, работы, услуги, которая на 25% и более ниже начальной суммы цен указанных единиц, договор заключается только после предоставления таким участником обеспечения исполнения договора в размере, превышающем в полтора раза размер обеспечения исполнения договора, указанный в документации о проведении закупки ***(но не более 5% Н(М)ЦД).***

7.3. Заказчик вправе при неисполнении обязательств Исполнителем по настоящему договору, а также при существенном нарушении Договора во внесудебном порядке обратить взыскание на подлежащие уплате неустоек (штрафов, пеней), которые перечисляются Заказчику из денежных средств, внесенных в качестве обеспечения исполнения Договора.

7.4. В случае, если по каким-либо причинам обеспечение исполнения Договора перестало быть действительным, закончило свое действие или иным образом перестало обеспечивать исполнение Исполнителем своих обязательств по договору, Исполнитель обязуется в течение 10 (десяти) рабочих дней представить Заказчику иное (новое) надлежащее обеспечение договора на тех же условиях, и в том же размере, что указаны в данном разделе договора.

7.5. Случаями, когда Заказчик получает право требования выплаты денежных средств по представленному Исполнителем обеспечению исполнения договора, выступают факты возникновения гражданско-правовой ответственности Исполнителя перед Заказчиком вследствие нарушения им обязательств по договору, включая неисполнение или ненадлежащее исполнение им обязательств по договору. Обеспечение исполнения договора распространяется, в том числе, на убытки, понесенные Заказчиком в связи с неисполнением или ненадлежащим исполнением Исполнителем своих обязательств по договору.

7.6. В случае предоставления обеспечения исполнения Договора путем перечисления денежных средств на расчетный счет Заказчика, денежные средства, внесенные в качестве обеспечения исполнения договора, возвращаются на банковский счет Исполнителя в течение не более чем тридцати рабочих дней с даты получения Заказчиком от Исполнителя соответствующего требования и при условии надлежащего исполнения им всех обязательств по договору.

Денежные средства перечисляются по банковским реквизитам, указанным в реквизитах Исполнителя.

Обязательства Заказчика по возврату денежных средств, внесенных в качестве обеспечения исполнения Договора, считаются исполненными с момента списания денежных средств с лицевого счета Заказчика, указанного в разделе 11 Договора в пользу Исполнителя.

**8. Действие обстоятельств непреодолимой силы**

8.1. Ни одна из Сторон не несет ответственности перед другой Стороной за неисполнение обязательств по настоящему договору, обусловленное действием обстоятельств непреодолимой силы, т.е. чрезвычайных и непредотвратимых при данных условиях обстоятельств, в том числе объявленной или фактической войны, гражданских волнений, эпидемии, блокады, эмбарго, пожаров, землетрясений, наводнений и других природных стихийных бедствий, а также изданием актов государственных органов.

8.2. Свидетельство, выданное соответствующим компетентным органом, является достаточным подтверждением наличия и продолжительности действия обстоятельств непреодолимой силы.

8.3. Сторона, которая не исполняет обязательств по настоящему договору вследствие действия обстоятельств непреодолимой силы, должна незамедлительно известить другую Сторону о таких обстоятельствах и об их влиянии на исполнение обязательств.

**9. Порядок разрешения споров**

9.1. Все споры и разногласия, возникающие между Сторонами при исполнении настоящего договора, будут разрешаться путем переговоров, в том числе путем направления претензий.

9.2. Претензия в письменной форме направляется Стороне, допустившей нарушение условий договора. В претензии указываются допущенные нарушения со ссылкой на соответствующие положения договора или его приложений, стоимостная оценка ответственности (неустойки), а также действия, которые должны быть произведены для устранения нарушений.

9.3. Срок рассмотрения писем, уведомлений или претензий не может превышать 5 (пять) дней со дня их получения, если настоящим договором не предусмотрены иные сроки рассмотрения. Переписка Сторон может осуществляться в виде письма, телеграммы, а также электронного сообщения с последующим представлением оригинала документа.

9.4. При неурегулировании Сторонами в досудебном порядке спор передается на разрешение в Арбитражный суд Саратовской области согласно порядку, установленному законодательством Российской Федерации.

**10. Порядок изменения и расторжения договора**

10.1. Любые изменения и дополнения к настоящему договору имеют силу только при условии их оформления в письменном виде и подписания Сторонами, за исключением случаев, предусмотренных пунктом 11.2 настоящего договора, которые имеют уведомительный характер.

10.2. Расторжение договора допускается: по соглашению сторон; по решению суда; в случае одностороннего отказа Заказчика от исполнения договора. Заказчик вправе принять решение об одностороннем отказе от исполнения договора по основаниям, предусмотренным Гражданским кодексом Российской Федерации для одностороннего отказа от исполнения отдельных видов обязательств.

**11. Прочие условия**

11.1. Настоящий договор вступает в силу со дня его подписания Сторонами, распространяется на правоотношения, возникшие с 09.01.2024 года, и действует до полного исполнения Сторонами своих обязательств по настоящему договору, но не позднее 19.01.2025 года, или до его расторжения в порядке и на условиях, предусмотренных настоящим договором и законодательством Российской Федерации.

Истечение срока действия договора не освобождает Стороны от ответственности за неисполнение обязательств по настоящему договору, а также не освобождает Исполнителя от исполнения гарантийных обязательств (если гарантийные обязательства предусмотрены условиями договора).

11.2. При изменении у одной из Сторон местонахождения, наименования, банковских и других реквизитов она обязана в течение 5 дней письменно известить об этом другую Сторону.

11.3. Настоящий договор составлен в 2 (двух) экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу, по одному экземпляру для каждой из Сторон.

11.4. Неотъемлемой частью настоящего договора являются следующие приложения:

11.4.1. Приложение № 1. Перечень услуг на 1 л.

11.4.2. Приложение № 2. Меню на 29 л.

11.5. Вопросы, не урегулированные настоящим договором, разрешаются в соответствии с законодательством Российской Федерации.

**11. Юридические адреса и банковские реквизиты сторон**

|  |  |
| --- | --- |
| **Заказчик:** | **Исполнитель:** |
| **МАОУ "Образовательный центр им. М.М. Расковой"**  ИНН 6449093516 КПП 644901001  Место нахождения: 413101, Саратовская область, г. Энгельс, микрорайон Энгельс-1, зд. 15А.  Почтовый адрес: 413101, Саратовская область, г. Энгельс, микрорайон Энгельс-1, зд. 15А.  Банковские реквизиты: л/с 127042222  в Комитете финансов администрации ЭМР  р/с 03234643636500006000  Отделение Саратов Банка России//УФК по Саратовской области г. Саратов  БИК 016311121  Номер контактного телефона 8-8453-744371  Адрес электронной почты obr\_raskova@mail.ru  **Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.А. Ефименкова** | **ООО «Большая Перемена»**  ИНН/КПП 6439096540/643901001  Место нахождения: 413850, Саратовская область, город Балаково, улица Московская, дом 79  Почтовый адрес: 413850, Саратовская область, город Балаково, улица Московская, дом 79  Банковские реквизиты: в ПОВОЛЖСКИЙ БАНК ПАО СБЕРБАНК  р/с 40702810956000014831  к/с 30101810200000000607  КПП 643901001  БИК 043601607  Дата постановки на учет 15.07.2019г.  ОКТМО 63607101  ОКОПФ 12300  ОКПО 40669204  Номер контактного телефона 8(927)224-76-10  Адрес электронной почты bpkshp@mail.ru  **Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С. Н. Волков** |

Приложение № 1

**к Договору на оказание услуг**

**по организации питания обучающихся**

№ 413к от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_г.

**Перечень услуг**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Категории обучающихся** | **Ед. изм.** | **Количество дето-дней с учетом посещаемости** | **Цена за одного обучающегося в день, руб. (НДС не облагается)** | **Сумма, руб. (НДС не облагается)** |
| 1. | категория детей 1-4 класс, получающих одноразовое питание | Дето-день | 94749 | 63,00 | 5 969 187,00 |
| 2. | категория детей, получающих одноразовое питание льготной категории обучающихся 5-11 классов | Дето-день | 16535 | 70,00 | 1 157 450,00 |
| 3 | категория детей, получающих одноразовое питание обучающихся 5-11 классов, родители (законные представители) которых призванных на военную службу по мобилизации либо заключили контракт о добровольном содействии в выполнении задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации | Дето-день | 2293 | 70,00 | 160 510,00 |
| 4 | категория детей, получающих одноразовое питание льготной категории учащихся 1-4 классов, посещающих группы продленного дня | Дето-день | 1810 | 63,00 | 114 030,00 |
| 5 | категория воспитанников дошкольных групп (пятиразовое питание) | Дето-день | 28701 | 112,77 | 3 236 611,77 |
| **ИТОГО** | | | | | **10 637 788,77** |

|  |  |
| --- | --- |
| ЗАКАЗЧИК:  МАОУ «Образовательный центр им. М.М. Расковой»  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.А. Ефименкова  М.П. | ИСПОЛНИТЕЛЬ:  **ООО «Большая Перемена»**  **Директор**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С. Н. Волков  М.П. |

Приложение № 2

**к Договору на оказание услуг**

**по организации питания обучающихся**

№ 413к от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_г.

|  |  |
| --- | --- |
| ЗАКАЗЧИК:  МАОУ «Образовательный центр им. М.М. Расковой»  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.А. Ефименкова  М.П. | ИСПОЛНИТЕЛЬ:  **ООО «Большая Перемена»**  **Директор**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С. Н. Волков  М.П. |

**МЕНЮ**

**для организации питания обучающихся**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастная категория:** | | 7-11 лет |  |  |  |  |  |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | ***№ рецептур*** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Неделя 1 День 1** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша молочная"Дружба" | 200 | 5,8 | 6,9 | 36,1 | 220,2 | *175* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **560** | **12,4** | **18,25** | **85,63** | **557,22** |  |
|  | Свекольник | 200 | 5,88 | 5 | 14,13 | 125 | *82* |
|  | Биточки мясные Нежные с соусом (60/30) | 90 | 10,15 | 7 | 3,37 | 137,22 | *408/505* |
|  | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 4,8 | 38,3 | 191 | *334* |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **27,73** | **18,8** | **112,6** | **732,42** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем | 100 | 4,6 | 4 | 26,8 | 162 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **10** | **9** | **48,4** | **320** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1560** | **50,13** | **46,05** | **246,63** | **1609,64** |  |
| **День 2** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Запеканка из творога с молоком сгущёным (150/50) | 200 | 26,6 | 13,6 | 24,2 | 332 | *224* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **540** | **30,8** | **14,7** | **68,8** | **537,3** |  |
| **ОБЕД** | Рассольник ленинградский на м/к бульоне | 200 | 5,4 | 9,4 | 7,8 | 124 | *96* |
| Котлеты рыбные из минтая Фирменные с соусом (60/30) | 90 | 9,41 | 4,14 | 10,83 | 118,05 | *345/505* |
| Картофельное пюре | 150 | 5,4 | 9,2 | 26,4 | 210 | *128* |
| Компот из кураги | 200 | 1,92 | 0,12 | 25,86 | 151 | *551* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **27,73** | **24,76** | **95,99** | **751,25** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| Булочка сахарная | 100 | 3,3 | 7,3 | 26,4 | 179 | *638* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **8,7** | **12,3** | **48** | **337** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1540** | **67,23** | **51,76** | **212,79** | **1625,55** |  |
| **День 3** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша манная молочная | 200 | 7,82 | 7,04 | 40,6 | 257,32 | *181* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| Яйцо варёное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | *209* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **500** | **18,12** | **22,69** | **74,43** | **585,04** |  |
| **ОБЕД** | Щи из свежей капусты с картофелем вегетарианские со сметаной | 200 | 3,1 | 5,6 | 8 | 96 | *88* |
| Кнели из кур с рисом (60/30) | 90 | 8,3 | 3,07 | 6,44 | 114,49 | *411* |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 38,7 | 245 | *171* |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103 | *388* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **25,9** | **17,17** | **102,64** | **706,69** |  |
| **ПОЛДНИК** | Сок фруктовый, плодовый, ягодный , томатный | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | *592* |
| Ватрушки с повидлом | 100 | 4,3 | 2,1 | 44 | 213 | *741* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **5,7** | **2,3** | **70,4** | **333** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1500** | **49,72** | **42,16** | **247,47** | **1624,73** |  |
| **День 4** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Плов из птицы (160/80) | 240 | 17,9 | 28,47 | 47,26 | 402 | *440* |
| Кукуруза консервированная припущеная | 30 | 0,9 | 0,06 | 1,89 | 20,7 | *131* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **500** | **22,2** | **29,93** | **72,45** | **545,9** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 200 | 3,12 | 2,24 | 16 | 96,8 | *103* |
| Жаркое по домашнему (180/60) | 240 | 6,9 | 14,1 | 17,9 | 286 | *259* |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,5 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 88 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **720** | **18,02** | **18,84** | **99,1** | **711,4** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| Косичка с сахаром | 100 | 4 | 2,3 | 48 | 237 | *622* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **9,4** | **7,3** | **69,6** | **395** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1520** | **49,62** | **56,07** | **241,15** | **1652,3** |  |
| **День 5** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Свекла отварная дольками | 30 | 0,45 | 0,05 | 2,6 | 12,6 | *54* |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 4,8 | 38,3 | 191 | *334* |
| Фрикадельки мясные с соусом красным (60/30) | 90 | 8,65 | 10,08 | 12,73 | 183,69 | *128/505* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **500** | **18** | **16,43** | **81,73** | **529,49** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне | 200 | 3,4 | 8,6 | 15,8 | 131,2 | *102* |
| Рагу из птицы (170/70) | 240 | 18,87 | 26,4 | 16,97 | 397,68 | *407* |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103 | *388* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **28,57** | **37,2** | **82,27** | **780,08** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем | 100 | 3,1 | 2,5 | 3 | 163 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **8,5** | **7,5** | **24,6** | **321** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1500** | **55,07** | **61,13** | **188,6** | **1630,57** |  |
| **Неделя 2 День 6** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша рисовая молочная | 200 | 4,2 | 7,6 | 30,2 | 206,4 | *173* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **560** | **10,8** | **18,95** | **79,73** | **543,42** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный рыбный | 200 | 5,31 | 2,87 | 13,9 | 103,38 | *289* |
| Котлета по домашнему в соусе красном (60/30) | 90 | 8,44 | 10,03 | 7,7 | 135,47 | *274/505* |
| Каша из гороха с маслом | 150 | 10,9 | 3,71 | 35,91 | 236,49 | *198* |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **30,85** | **18,61** | **114,31** | **754,54** |  |
| **ПОЛДНИК** | Плюшка Московская | 100 | 3,6 | 7,9 | 27,7 | 189 | *535* |
| Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **9** | **12,9** | **49,3** | **347** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1560** | **50,65** | **50,46** | **243,34** | **1644,96** |  |
| **День 7** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Омлет натуральный | 150 | 11,3 | 19,5 | 2,3 | 238 | *210* |
| Зелёный горошек консервированный | 60 | 1,8 | 3,72 | 3,72 | 55,2 | *75* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Кондитерское изделие (Печенье) | 50 | 2,4 | 3,5 | 22,8 | 108 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **500** | **18,3** | **27,52** | **57,42** | **534,2** |  |
| **ОБЕД** | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной | 200 | 3,1 | 5,6 | 8 | 96 | *82* |
| Котлеты куриные, припущенные с соусом (60/30) | 90 | 10,88 | 11,77 | 9,82 | 98,32 | *444/505* |
| Рис отварной с овощами | 150 | 3,61 | 4,51 | 35,71 | 198,02 | *305* |
| Компот из кураги | 200 | 1,92 | 0,12 | 25,86 | 151 | *551* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,5 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **710** | **26,11** | **24,3** | **108,89** | **718,94** |  |
| **ПОЛДНИК** | Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем | 100 | 3,1 | 2,5 | 3 | 163 | *738* |
| Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **8,5** | **7,5** | **24,6** | **321** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1510** | **52,91** | **59,32** | **190,91** | **1574,14** |  |
| **День 8** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Свекла отварная дольками | 30 | 0,45 | 0,05 | 2,6 | 12,6 | *54* |
| Биточки мясные Нежные с соусом (60/30) | 90 | 10,15 | 7 | 3,37 | 137,22 | *408/505* |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 38,7 | 245 | *171* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **500** | **22,2** | **14,85** | **72,77** | **537,02** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный с бобовыми вегетарианский | 200 | 5,12 | 3,6 | 17,4 | 115,8 | *102* |
| Котлеты рыбные из минтая Фирменные с соусом (60/30) | 90 | 9,41 | 4,14 | 10,83 | 118,05 | *345/505* |
| Картофель отварной с маслом | 150 | 2,9 | 4,7 | 33,6 | 145 | *125* |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,5 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 88 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **720** | **25,43** | **14,94** | **127,03** | **707,45** |  |
| **ПОЛДНИК** | Сок фруктовый, плодовый, ягодный , томатный | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | *592* |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой и яйцом | 100 | 4,6 | 4 | 26,8 | 162 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **6** | **4,2** | **53,2** | **282** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1520** | **53,63** | **33,99** | **253** | **1526,47** |  |
| **День 9** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | 200 | 7,16 | 9,4 | 28,8 | 291,9 | *266* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **560** | **13,76** | **20,65** | **73,53** | **609,92** |  |
| **ОБЕД** | Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне | 200 | 4,6 | 6,4 | 7,9 | 110 | *88* |
| Плов из отварной птицы (160/80) | 240 | 14,38 | 26,47 | 45,26 | 398,06 | *406* |
| Компот из замороженной ягоды | 200 | 0,17 | 0,04 | 23,1 | 93,5 | *639* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **24,75** | **34,81** | **101,36** | **749,76** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом | 100 | 3,3 | 3 | 34,8 | 180 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **8,7** | **8** | **56,4** | **338** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1560** | **47,21** | **63,46** | **231,29** | **1697,68** |  |
| **День 10** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 200 | 8,6 | 15 | 46,7 | 356,3 | *204* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **500** | **10,2** | **15,4** | **77,7** | **488,6** |  |
| **ОБЕД** | Рассольник ленинградский вегетарианский | 200 | 1,7 | 4,3 | 13,7 | 100,94 | *96* |
| Тефтели мясные с соусом (60/30) | 90 | 7,8 | 7,7 | 8,1 | 235 | *437/505* |
| Рагу из овощей | 150 | 3,5 | 6,7 | 11,5 | 119 | *492* |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103 | *388* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **700** | **19,3** | **20,9** | **82,8** | **706,14** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | *пр* |
| Булочка Веснушка | 100 | 1,7 | 5,2 | 21,7 | 194 | *606* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **300** | **7,1** | **10,2** | **43,3** | **352** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1500** | **36,6** | **46,5** | **203,8** | **1546,74** |  |
| **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:** | | **15270** | **512,77** | **510,9** | **2258,98** | **16132,78** |  |
| **СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:** | | **1527** | **51,28** | **51,09** | **225,90** | **1613,28** |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Норма среднего значения суммарного объёма блюд по СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение N 10 Таблица 1, Таблица 3*** | ***Выход, гр*** | ***Фактиче-е значение суммарного объёма блюд по меню гр*** |  |  |  |  |
|  | завтрак | 500 | 522 |  |  |  |  |
|  | обед | 700 | 705 |  |  |  |  |
|  | полдник | 300 | 300 |  |  |  |  |
|  | **Итого за день** | **1500** | 1527 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой, энергетической ценности меню за 10 дней*** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Завтрак* |  | 17,68 | 19,94 | 74,42 | 546,81 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 15,40 | 15,80 | 67,00 | 470-587,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак при норме 20-25%* |  |  |  |  | 23% |  |
|  | *Обед* |  | 25,44 | 23,03 | 102,70 | 731,87 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 23,10 | 23,70 | 100,50 | 705-822,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в обед при норме 30-35%* |  |  |  |  | 31% |  |
|  | *Полдник* |  | 8,16 | 8,12 | 48,78 | 334,60 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 7,70 | 7,90 | 33,50 | 235-352,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в полдник при норме 10-15%* |  |  |  |  | 14% |  |
|  | *Средняя всего за день* |  | 51,28 | 51,09 | 225,90 | 1613,28 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 46,20 | 47,40 | 201,00 | 1410-1762,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак,обед, полдник при норме 60-75%* |  |  |  |  | 69% |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой, энергетической ценности меню за первые 5 дней*** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Завтрак* |  | 20,30 | 20,40 | 76,61 | 550,99 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 15,40 | 15,80 | 67,00 | 470-587,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак при норме 20-25%* |  |  |  |  | 23% |  |
|  | *Обед* |  | 25,59 | 23,35 | 98,52 | 736,37 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 23,10 | 23,70 | 100,50 | 705-822,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в обед при норме 30-35%* |  |  |  |  | 31% |  |
|  | *Полдник* |  | 8,46 | 7,68 | 52,20 | 341,20 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 7,70 | 7,90 | 33,50 | 235-352,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в полдник при норме 10-15%* |  |  |  |  | 15% |  |
|  | *Средняя всего за день* |  | 54,35 | 51,43 | 227,33 | 1628,56 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 46,20 | 47,40 | 201,00 | 1410-1762,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак,обед, полдник при норме 60-75%* |  |  |  |  | 69% |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой, энергетической ценности меню за вторые 5 дней*** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Завтрак* |  | 15,05 | 19,47 | 72,23 | 542,63 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 15,40 | 15,80 | 67,00 | 470-587,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак при норме 20-25%* |  |  |  |  | 23% |  |
|  | *Обед* |  | 25,29 | 22,71 | 106,88 | 727,37 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 23,10 | 23,70 | 100,50 | 705-822,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в обед при норме 30-35%* |  |  |  |  | 31% |  |
|  | *Полдник* |  | 7,86 | 8,56 | 45,36 | 328,00 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 7,70 | 7,90 | 33,50 | 235-352,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в полдник при норме 10-15%* |  |  |  |  | 14% |  |
|  | *Средняя всего за день* |  | 48,20 | 50,75 | 224,47 | 1598,00 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 46,20 | 47,40 | 201,00 | 1410-1762,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак,обед, полдник при норме 60-75%* |  |  |  |  | 68% |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастная категория:** | | от 12 лет и старше | |  |  |  |  |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | ***№ рецептур*** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Неделя 1 День 1** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша молочная"Дружба" | 200 | 5,8 | 6,9 | 36,1 | 220,2 | *175* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **560** | **12,4** | **18,25** | **85,63** | **557,22** |  |
|  | Свекольник | 250 | 7,35 | 6,25 | 17,66 | 156,25 | *82* |
|  | Биточки мясные Нежные с соусом(90/20) | 110 | 12,4 | 7,78 | 3,74 | 152,46 | *408/505* |
|  | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,6 | 5,76 | 45,95 | 229,2 | *334* |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **800** | **32,55** | **21,79** | **124,15** | **817,11** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем | 100 | 4,6 | 4 | 26,8 | 162 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **11,35** | **10,25** | **53,8** | **359,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1710** | **56,3** | **50,29** | **263,58** | **1733,83** |  |
| **День 2** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Запеканка из творога с молоком сгущёным (150/50) | 200 | 26,6 | 13,6 | 24,2 | 332 | *224* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| Батон нарезной | 50 | 3,25 | 1 | 23 | 115 | *пр* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **550** | **31,45** | **14,9** | **73,4** | **560,3** |  |
| **ОБЕД** | Рассольник ленинградский на м/к бульоне | 250 | 3 | 5,8 | 29,7 | 133 | *96* |
| Котлеты рыбные из минтая Фирменные с соусом (90/20) | 110 | 11,5 | 5,06 | 13,23 | 151,28 | *345/505* |
| Картофельное пюре | 180 | 6,48 | 11,03 | 31,68 | 252 | *128* |
| Компот из кураги | 200 | 1,92 | 0,12 | 25,86 | 151 | *551* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **810** | **29,56** | **24,37** | **129,93** | **862,88** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Булочка сахарная | 100 | 3,3 | 7,3 | 26,4 | 179 | *638* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **10,05** | **13,55** | **53,4** | **376,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1710** | **71,06** | **52,82** | **256,73** | **1799,68** |  |
| **День 3** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша манная молочная с маслом сливочным | 250 | 9,83 | 11 | 42 | 302 | *181* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| Яйцо варёное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | *209* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **550** | **20,13** | **26,65** | **75,83** | **629,72** |  |
| **ОБЕД** | Щи из свежей капусты с картофелем вегетарианские со сметаной | 250 | 3,88 | 7 | 10 | 120 | *88* |
| Кнели из кур с рисом (70/30) | 100 | 9,2 | 3,41 | 7,2 | 127,2 | *411* |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,8 | 7,56 | 46,44 | 294 | *171* |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103 | *388* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **800** | **30,24** | **20,63** | **117,5** | **819,8** |  |
| **ПОЛДНИК** | Сок фруктовый, плодовый, ягодный | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | *592* |
| Ватрушки с повидлом | 50 | 2,15 | 1,05 | 22 | 106,5 | *741* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **4,95** | **1,55** | **64,4** | **298,8** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1700** | **55,32** | **48,83** | **257,73** | **1748,32** |  |
| **День 4** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Плов из птицы (200/80) | 280 | 16,78 | 30,88 | 52,8 | 464,4 | *440* |
| Кукуруза консервированная припущеная | 30 | 0,9 | 0,06 | 1,89 | 20,7 | *131* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **550** | **22,14** | **32,8** | **82,35** | **635,7** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 250 | 3,9 | 2,8 | 20 | 121 | *103* |
| Жаркое по домашнему (200/80) | 280 | 10,05 | 16,45 | 20,88 | 341 | *259* |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
| Хлеб пшеничный | 50 | 5,31 | 2,32 | 21,83 | 137 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 88 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **820** | **23,06** | **22,27** | **110,41** | **818** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Косичка с сахаром | 100 | 4 | 2,3 | 48 | 237 | *622* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **10,75** | **8,55** | **75** | **434,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1720** | **55,95** | **63,62** | **267,76** | **1888,2** |  |
| **День 5** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Свекла отварная дольками | 30 | 0,45 | 0,05 | 2,6 | 12,6 | *54* |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,6 | 5,76 | 45,95 | 229,2 | *334* |
| Фрикадельки мясные с соусом красным (90/20) | 110 | 10,57 | 12,32 | 15,56 | 224,51 | *128/505* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **560** | **22,08** | **20,09** | **96,57** | **635,91** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне | 250 | 6,53 | 4,75 | 22 | 160,28 | *102* |
| Рагу из птицы (200/80) | 280 | 22,02 | 30,8 | 19,8 | 463,96 | *407* |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103 | *388* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **800** | **35,91** | **38,21** | **95,66** | **902,84** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем | 100 | 3,1 | 2,5 | 3 | 163 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **9,85** | **8,75** | **30** | **360,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1710** | **67,84** | **67,05** | **222,23** | **1899,25** |  |
| **Неделя 2 День 6** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша рисовая молочная | 200 | 4,2 | 7,6 | 30,2 | 206,4 | *173* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Сыр твердый порциями | 15 | 3,45 | 4,43 | 0 | 70,5 | *15* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **565** | **11,95** | **20,43** | **79,73** | **566,92** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный рыбный | 250 | 6,64 | 3,58 | 17,37 | 129,23 | *289* |
| Котлета по домашнему в соусе красном (90/20) | 110 | 10,31 | 12,25 | 9,41 | 165,57 | *274/505* |
| Каша из гороха с маслом | 180 | 13 | 4,45 | 43,09 | 283,8 | *198* |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **810** | **37,21** | **22,74** | **131,03** | **885,2** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Плюшка Московская | 100 | 3,6 | 7,9 | 27,7 | 189 | *535* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **10,35** | **14,15** | **54,7** | **386,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1725** | **59,51** | **57,32** | **265,46** | **1838,62** |  |
| **День 7** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Омлет натуральный | 200 | 15,06 | 26 | 3,06 | 317,3 | *210* |
| Зелёный горошек консервированный | 60 | 1,8 | 3,72 | 3,72 | 55,2 | *75* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Кондитерское изделие (Печенье) | 50 | 2,4 | 3,5 | 22,8 | 108 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **550** | **22,06** | **34,02** | **58,18** | **613,5** |  |
| **ОБЕД** | Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной | 250 | 3,88 | 7 | 10 | 120 | *82* |
| Котлеты куриные, припущенные с соусом (90/20) | 110 | 13,3 | 14,38 | 12 | 123,2 | *444/505* |
| Рис отварной с овощами | 180 | 4,33 | 5,41 | 42,8 | 237,6 | *305* |
| Компот из кураги | 200 | 1,92 | 0,12 | 25,86 | 151 | *551* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,5 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **810** | **30,03** | **29,21** | **120,16** | **807,4** |  |
| **ПОЛДНИК** | Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем | 100 | 3,1 | 2,5 | 3 | 163 | *738* |
| Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **9,85** | **8,75** | **30** | **360,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1710** | **61,94** | **71,98** | **208,34** | **1781,4** |  |
| **День 8** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Свекла отварная дольками | 30 | 0,45 | 0,05 | 2,6 | 12,6 | *54* |
| Биточки мясные Нежные с соусом(90/20) | 110 | 12,4 | 7,78 | 3,74 | 152,46 | *408/505* |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,8 | 7,56 | 46,44 | 294 | *171* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **550** | **26,05** | **16,89** | **80,88** | **601,26** |  |
| **ОБЕД** | Суп картофельный с бобовыми вегетарианский | 250 | 6,4 | 4,5 | 21,75 | 141 | *102* |
| Котлеты рыбные из минтая Фирменные с соусом (90/20) | 110 | 11,5 | 5,06 | 13,23 | 151,28 | *345/505* |
| Картофель отварной с маслом | 180 | 3,47 | 5,64 | 40,32 | 188 | *125* |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 | *349* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,7 | 16 | 88 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **820** | **29,43** | **17,86** | **140,46** | **808,88** |  |
| **ПОЛДНИК** | Сок фруктовый, плодовый, ягодный | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | *592* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой и яйцом | 100 | 4,6 | 4 | 26,8 | 162 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **400** | **7,4** | **4,5** | **69,2** | **354,3** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1770** | **62,88** | **39,25** | **290,54** | **1764,44** |  |
| **День 9** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | 200 | 7,16 | 9,4 | 28,8 | 291,9 | *266* |
| Фрукт свежий , сезонный | 100 | 1,4 | 0,3 | 16 | 72,3 | *пр* |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 |  | 10,2 | 41 | *377* |
| Батон нарезной | 40 | 2,6 | 0,8 | 18,4 | 92 | *пр* |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | *14* |
| Сыр твердый порциями | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 | *15* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **560** | **13,76** | **20,65** | **73,53** | **609,92** |  |
| **ОБЕД** | Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне | 250 | 3,88 | 7 | 10 | 120 | *88* |
| Плов из отварной птицы (200/80) | 280 | 16,78 | 30,88 | 52,8 | 464,4 | *406* |
| Компот из замороженной ягоды | 200 | 0,17 | 0,04 | 23,1 | 93,5 | *639* |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,26 | 1,86 | 17,46 | 109,6 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,7 | 16 | 88 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **810** | **28,29** | **40,48** | **119,36** | **875,5** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом | 100 | 3,3 | 3 | 34,8 | 180 | *738* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **10,05** | **9,25** | **61,8** | **377,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1790** | **52,1** | **70,38** | **254,69** | **1862,92** |  |
| **День 10** | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 200 | 8,6 | 15 | 46,7 | 356,3 | *204* |
| Фрукт свежий , сезонный | 200 | 2,8 | 0,6 | 32 | 144,6 | *пр* |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | *376* |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **600** | **11,6** | **15,7** | **93,7** | **560,9** |  |
| **ОБЕД** | Рассольник ленинградский вегетарианский | 250 | 2,12 | 5,38 | 17,13 | 126,18 | *96* |
| Тефтели мясные с соусом (90/20) | 110 | 9,5 | 9,41 | 9,9 | 287,2 | *437/505* |
| Рагу из овощей | 180 | 4,2 | 8,04 | 13,8 | 152,8 | *492* |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103 | *388* |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1,4 | 13,1 | 82,2 | *пр* |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 66 | *пр* |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **800** | **22,12** | **25,03** | **90,33** | **817,38** |  |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочный продукт | 250 | 6,75 | 6,25 | 27 | 197,5 | *пр* |
| Булочка Веснушка | 100 | 1,7 | 5,2 | 21,7 | 194 | *606* |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | **350** | **8,45** | **11,45** | **48,7** | **391,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1750** | **42,17** | **52,18** | **232,73** | **1769,78** |  |
| **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:** | | **17295** | **585,07** | **573,72** | **2519,79** | **18086,44** |  |
| **СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:** | | **1729,5** | **58,51** | **57,37** | **251,98** | **1808,64** |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Норма среднего значения суммарного объёма блюд по СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение N 10 Таблица 1, Таблица 3*** | ***Выход, гр*** | ***Фактиче-е значение суммарного объёма блюд по меню гр*** |  |  |  |  |
|  | завтрак | 550 | 560 |  |  |  |  |
|  | обед | 800 | 808 |  |  |  |  |
|  | полдник | 350 | 355 |  |  |  |  |
|  | **Итого за день** | **1700** | 1723 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой, энергетической ценности меню за 10 дней*** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Завтрак* |  | 19,36 | 22,04 | 79,98 | 597,14 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 18,00 | 18,40 | 76,60 | 544-680 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак при норме 20-25%* |  |  |  |  | 22% |  |
|  | *Обед* |  | 29,84 | 26,26 | 117,90 | 841,50 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 27,00 | 27,60 | 114,90 | 816-952 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в обед при норме 30-35%* |  |  |  |  | 31% |  |
|  | *Полдник* |  | 9,31 | 9,08 | 54,10 | 370,01 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272-408 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в полдник при норме 10-15%* |  |  |  |  | 14% |  |
|  | *Средняя всего за день* |  | 58,51 | 57,37 | 251,98 | 1808,64 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632-2040 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак,обед, полдник при норме 60-75%* |  |  |  |  | 66% |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой, энергетической ценности меню за первые 5 дней*** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Завтрак* |  | 21,64 | 22,54 | 82,76 | 603,77 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 18,00 | 18,40 | 76,60 | 544-680 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак при норме 20-25%* |  |  |  |  | 22% |  |
|  | *Обед* |  | 30,26 | 25,45 | 115,53 | 844,13 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 27,00 | 27,60 | 114,90 | 816-952 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в обед при норме 30-35%* |  |  |  |  | 31% |  |
|  | *Полдник* |  | 9,39 | 8,53 | 55,32 | 365,96 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272-408 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в полдник при норме 10-15%* |  |  |  |  | 13% |  |
|  | *Средняя всего за день* |  | 61,29 | 56,52 | 253,61 | 1813,86 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1410-1762,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак,обед, полдник при норме 60-75%* |  |  |  |  | 67% |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой, энергетической ценности меню за вторые 5 дней*** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Завтрак* |  | 17,08 | 21,54 | 77,20 | 590,50 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 18,00 | 18,40 | 76,60 | 544-680 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак при норме 20-25%* |  |  |  |  | 22% |  |
|  | *Обед* |  | 29,42 | 27,06 | 120,27 | 838,87 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 27,00 | 27,60 | 114,90 | 816-952 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в обед при норме 30-35%* |  |  |  |  | 31% |  |
|  | *Полдник* |  | 9,22 | 9,62 | 52,88 | 374,06 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272-408 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в полдник при норме 10-15%* |  |  |  |  | 14% |  |
|  | *Средняя всего за день* |  | 55,72 | 58,22 | 250,35 | 1803,43 |  |
|  | *Рекомендуемая величина* |  | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1410-1762,5 |  |
|  | *Распределение ЭЦ в завтрак,обед, полдник при норме 60-75%* |  |  |  |  | 66% |  |

**Возрастная категория: 1,5-3 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рацион ЯСЛИ Понедельник неделя 1 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 170 | Каша манная молочная жидкая | 200 | 5,82 | 5,04 | 30,6 | 227,32 | 0,06 | 1,3 | 43,6 | 0,24 | 123,02 | 100,96 | 16,16 | 0,24 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 1,25 | 0,36 | 22,2 | 60,7 | 0,015 | 0,045 | 0 | 0 | 44,45 | 33,56 | 7 | 0,12 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **Итого за завтрак** |  | **385** | 10,92 | 12,55 | 63,06 | 419,88 | 0,105 | 1,415 | 109,6 | 0,75 | 290,09 | 265,62 | 36,56 | 0,79 |
|  |  |  |  |  |  | 29,99% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **150** | **0,3** | **0** | **19,05** | **94,5** | **0,013** | **2,7** | **0** | **0** | **9,45** | **12,15** | **4,05** | **0** |
|  |  |  |  |  |  | 6,75% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 483 | Морковь туш-я ( с курагой или изюмом) | 30 | 0,39 | 0,06 | 4,35 | 19,80 | 0,018 | 1,29 | 0 | 0 | 9,6 | 15,9 | 10,2 | 12,91 |
| 82 | Борщ с капустой,картофелем со сметаной | 150/5 | 2,43 | 7,45 | 7,61 | 132,8 | 0,02 | 7,35 | 8,1 | 0,24 | 19,22 | 24,09 | 8,47 | 0,4 |
| 266 | Гречка отварная с соусом красным основным | 1/100/20 | 0,9 | 2,7 | 20,8 | 107,5 | 0,1 | 0,59 | 11,32 | 1,44 | 7,88 | 103,06 | 68,25 | 2,3 |
| 268 | Биточек мясной панированный Нежный | 50 | 7,5 | 4,98 | 2,27 | 109,6 | 0,04 | 0,9 |  | 1,44 | 8,7 | 67,04 | 11,46 | 1,04 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **545** | 15,28 | 16,39 | 73,93 | 555,50 | 0,30 | 10,29 | 19,42 | 3,66 | 87,47 | 693,29 | 117,45 | 18,75 |
|  |  |  |  |  |  | 39,68% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 385 | Молоко | 1/150 | 4,35 | 3,75 | 7,2 | 94,5 | 0,06 | 1,95 | 30 | 0,15 | 180 | 13,5 | 21 | 0,15 |
| 410 | Ватрушка с творогом | 50 | 5,83 | 4,4 | 18 | 163,07 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,51 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 10,18 | 8,15 | 25,2 | 257,57 | 0,074 | 1,95 | 30 | 0,15 | 184,51 | 13,5 | 21 | 0,15 |
|  |  |  |  |  |  | 18,40% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 198 | Печень по строгановски | 70 | 8,9 | 8,73 | 19,95 | 133,5 | 0,028 | 0,3 |  | 1,43 | 10,8 | 68,6 | 9,03 | 0,9 |
| 309 | Макароны отварные | 110 | 4,01 | 2,14 | 17,00 | 134,07 | 0,12 | 0,6 | 81,9 | 1,04 | 192 | 161,3 | 28,6 | 3,77 |
| 376 | Чай с сахаром | 150 | 0,075 | 0 | 11,25 | 45 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,24 | 7,5 | 0,75 | 0,2 |
| ПР | Фрукт сезонный | 120 | 0,48 |  | 14,76 | 45,6 | 0,03 | 16,00 |  |  | 11,00 | 11,00 | 9,00 |  |
| **Итого за ужин** | | **450** | 13,47 | 10,87 | 62,96 | 358,17 | 0,18 | 16,90 | 81,90 | 2,47 | 226,04 | 248,40 | 47,38 | 4,87 |
|  |  |  |  |  |  | 25,58% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1730** | **50,145** | **47,96** | **244,2** | **1685,62** | **0,665** | **33,255** | **240,92** | **7,03** | **797,56** | **1232,96** | **226,44** | **24,56** |
|  |  |  |  |  |  | 120,40% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Вторник неделя 1 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Пудинг творожный с изюмом с молоком сгущёным | 150 | 22,71 | 16,14 | 36,5 | 382 | 0,09 | 0,97 | 32,7 | 0,21 | 97,62 | 113,08 | 28,21 | 0,58 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **Итого за завтрак** |  | **370** | 24,31 | 16,74 | 61,7 | 494 | 0,12 | 0,97 | 32,7 | 0,6 | 120,84 | 149,18 | 39,11 | 1,21 |
|  |  |  |  |  |  | 35,29% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Фрукт сезонный | 200 | 0,8 |  | 24,6 | 76 | 0,06 | 32,00 |  |  | 22,00 | 22,00 | 18,00 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | 0,8 | 0 | 24,6 | 76 | 0,06 | 32 | 0 | 0 | 22 | 22 | 18 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 5,43% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| **70** | Огурец солёный в нарезке | 30 | 0,42 | 1,8 | 2,44 | 27,84 | 0,45 | 1,65 | 0,15 | 0,15 | 0,75 | 0,9 | 1,05 | 1,05 |
| 86 | Суп с крупой гречневой | 150 | 1,55 | 2,21 | 13,94 | 52,17 | 0,03 | 4,47 | 3,03 | 0,5 | 7,78 | 36,03 | 9,17 | 0,4 |
| 280 | Фрикадельки деревенские туш-е в соусе | 50/30 | 8,89 | 9,6 | 14,08 | 150,5 | 0,02 | 0,25 |  | 1,19 | 9 | 57,1 | 7,52 | 0,75 |
| 312 | Картофельное пюре | 110 | 2,06 | 3,6 | 8,86 | 94 | 0,07 | 11,58 | 13,8 | 0,7 | 18,3 | 42,8 | 14,62 | 0,52 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **560** | 16,98 | 18,41 | 78,22 | 510,31 | 0,687 | 18,11 | 16,98 | 3,08 | 77,9 | 620,03 | 51,43 | 4,82 |
|  |  |  |  |  |  | 36,45% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 87 | Плюшка | 50 | 3,33 | 3,94 | 15,16 | 171,13 |  |  |  |  | 15,00 | 37,71 | 1,11 | 0,42 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 7,08 | 10,24 | 93,16 | 265,63 | 0,01 | 0,15 | 0 | 0 | 77 | 37,71 | 1,11 | 0,42 |
|  |  |  |  |  |  | 14,76% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 234 | Котлеты из минтая Фирменные | 50 | 6,18 | 4,38 | 9,38 | 101,80 | 0,05 | 0,64 | 4,55 | 0,5 | 24,84 | 4,75 | 14,62 | 0,3 |
| 143 | Овощное рагу | 150 | 4,05 | 6,9 | 12,45 | 176,4 | 0,18 | 24,3 | 30,69 | 1,56 | 41,25 | 93,6 | 30,2 | 1,09 |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за ужин** | | **400** | 12,69 | 12,18 | 64,55 | 446,4 | 0,308 | 28,54 | 35,24 | 2,06 | 90,91 | 110,95 | 50,22 | 1,96 |
|  |  |  |  |  |  | 31,89% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1730** | **61,86** | **57,57** | **322,23** | **1792,34** | **1,19** | **79,77** | **84,92** | **5,74** | **388,65** | **939,87** | **159,87** | **8,41** |
|  |  |  |  |  |  | 128,02% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Среда неделя 1 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 175 | Каша молочная Дружба | 150 | 4,47 | 3,6 | 19,53 | 150,02 | 0,03 | 0,67 | 24,5 | 0,13 | 27,65 | 60,72 | 9,09 | 0,13 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** | | **385** | 8,42 | 10,75 | 44,79 | 341,88 | 0,06 | 0,74 | 90,5 | 0,64 | 166,59 | 201,82 | 23,49 | 0,86 |
|  |  |  |  |  |  | 24,42% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
| 486 | Булочка домашняя | 50 | 4,9 | 4,06 | 16,93 | 121 | 0,05 | 0,016 | 0 | 0 | 9,7 | 33,61 | 6,4 | 0,39 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | **5,2** | **4,06** | **35,98** | **215,5** | **0,063** | **2,716** | **0** | **0** | **19,15** | **45,76** | **10,45** | **0,39** |
|  |  |  |  |  |  | 15,39% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 53 | Кабачковая икра | 30 | 0,75 | 1,95 | 3,36 | 33,6 | 0,018 | 3,15 |  | 0,06 | 9,77 | 18,24 | 4,41 | 0,3 |
| 102 | Суп гороховый на курином бульоне | 150 | 7,34 | 2,01 | 12,24 | 119,62 | 0,78 | 5,1 | 7,9 | 0,75 | 13,95 | 47,17 | 16,76 | 1,02 |
| 292 | Плов с мясом | 150 | 5,4 | 5,4 | 18,81 | 135 | 0,06 | 1,61 | 48,37 | 3,53 | 13,05 | 121,74 | 27,7 | 1,05 |
| 350 | Кисель фруктовый | 150 | 0,08 | 0,03 | 20,18 | 82,62 | 0,03 | 12 | 0 | 0,06 | 6 | 54 | 30 | 0,18 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **520** | 17,27 | 10,59 | 71,29 | 469,64 | 0,998 | 21,86 | 56,27 | 4,82 | 70,81 | 295,55 | 92,97 | 4,29 |
|  |  |  |  |  |  | 33,55% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПР | Печенье | 50 | 3,75 | 3 | 22,94 | 162,5 | 0,025 | 0,00 | 3,12 | 0,00 | 9,06 | 28,12 | 6,25 |  |
| **Итого за полдник** | | **200** | 7,5 | 9,3 | 100,94 | 257 | 0,035 | 0,15 | 3,12 | 0 | 71,06 | 28,12 | 6,25 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 18,36% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 210 | Омлет натуральный | 150 | 5,27 | 18,04 | 5,69 | 221,08 | 0,08 | 2,63 | 183,3 | 0,33 | 100,25 | 172,24 | 20,62 | 1,71 |
| 75 | Зелёный горошек консервированный | 30 | 0,9 | 1,86 | 1,86 | 27,6 | 0,03 | 0,018 | 0 | 0 | 5,4 | 16,74 | 5,67 | 0,19 |
| 388 | Напиток из шиповника | 200 | 0,11 | 0 | 10,68 | 91,47 |  | 70 |  | 0,08 | 18,71 | 681,85 | 1,19 | 0,24 |
| 428 | Булочка школьная | 50 | 4,34 | 1,65 | 20,06 | 72 | 0,05 | 0,016 | 0 | 0 | 9,7 | 33,61 | 6,4 | 0,39 |
| **Итого за ужин** | | **430** | 10,62 | 21,55 | 38,29 | 412,15 | 0,16 | 72,664 | 183,3 | 0,41 | 134,06 | 904,44 | 33,88 | 2,53 |
|  |  |  |  |  |  | 29,44% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1735,00** | **49,01** | **56,25** | **291,29** | **1696,17** | **1,32** | **98,13** | **333,19** | **5,87** | **461,67** | **1475,69** | **167,04** | **8,07** |
|  |  |  |  |  |  | 121,16% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Четверг неделя 1 4 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша гречневая молочная | 200 | 2,48 | 4,71 | 13,23 | 156,25 | 0,07 | 0,9 | 32,7 | 0,5 | 92,6 | 100,25 | 32,1 | 0,8 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 1,25 | 0,36 | 22,2 | 60,7 | 0,015 | 0,045 | 0 | 0 | 44,45 | 33,56 | 7 | 0,12 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** | | **375** | 5,28 | 9,27 | 45,69 | 301,81 | 0,115 | 0,945 | 72,7 | 0,99 | 146,35 | 162,91 | 49 | 1,25 |
|  |  |  |  |  |  | 21,56% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
| ПР | Пряник | 40 | 3,6 | 4 | 12,8 | 112,6 | 0,025 | 0,00 | 3,12 | 0,00 | 9,06 | 28,12 | 6,25 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **190** | **3,9** | **4** | **31,85** | **207,1** | **0,038** | **2,7** | **3,12** | **0** | **18,51** | **40,27** | **10,3** | **0** |
|  |  |  |  |  |  | 14,79% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 141 | Свекла тушеная (с яблоком) | 30 | 0,3 | 1,19 | 1,68 | 18,43 | 0,006 | 1,13 | 3,02 | 0,03 | 9,06 | 9,7 | 4,8 | 0,41 |
| 96 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 150/5 | 1,62 | 2,35 | 7,52 | 70,5 | 0,05 | 9,23 | 0 | 0,06 | 31,7 | 69,7 | 14,13 | 0,54 |
| 284 | Запеканка картофельная с курицей | 150 | 15,78 | 12,01 | 23,05 | 238,66 | 0,26 | 61,25 | 35,54 | 6,8 | 30,67 | 201,3 | 52,32 | 2,64 |
| 342 | Компот из свеж. Яблок | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **525** | 21,76 | 16,75 | 71,15 | 513,39 | 0,433 | 71,77 | 38,56 | 7,43 | 113,5 | 763,9 | 90,32 | 5,69 |
|  |  |  |  |  |  | 36,67% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 385 | Молоко | 150 | 4,35 | 3,75 | 7,2 | 94,5 | 0,06 | 1,95 | 30 | 0,15 | 180 | 13,5 | 21 | 0,15 |
| 443 | Крендель сахарный | 50 | 4,18 | 6 | 35 | 155 | 0,06 |  | 6,65 | 0,49 | 8,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 8,53 | 9,75 | 42,2 | 249,5 | 0,12 | 1,95 | 36,65 | 0,64 | 188,07 | 51,05 | 27,2 | 0,67 |
|  |  |  |  |  |  | 17,82% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 279 | Тефтели мясные с соусом красным | 60/30 | 5,16 | 6,60 | 12,00 | 133,00 | 0,008 | 0,7 | 0,014 | 0,05 | 9 | 82,97 | 10,9 | 0,7 |
| 321 | Капуста туш-я | 120 | 3,07 | 5 | 8,64 | 103,68 | 0,03 | 21,12 | 0,06 | 2,3 | 69,12 | 46,08 | 23,04 | 0,96 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за ужин** | | **430** | 10,43 | 12,50 | 44,34 | 351,48 | 0,10 | 21,82 | 0,07 | 2,35 | 106,66 | 139,05 | 34,94 | 2,53 |
|  |  |  |  |  |  | 25,11% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1720,00** | **49,90** | **52,27** | **235,23** | **1623,28** | **0,80** | **99,19** | **151,10** | **11,41** | **573,09** | **1157,18** | **211,76** | **10,14** |
|  |  |  |  |  |  | 115,95% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Пятница неделя 1 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша пшенная молочная с молоком | 150 | 4,29 | 3,62 | 13,13 | 126,15 | 0,06 | 0,73 | 12,15 | 0,2 | 70,7 | 75,69 | 16,65 | 0,35 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **Итого за завтрак** | | **385** | 8,24 | 10,77 | 38,39 | 318,01 | 0,09 | 0,8 | 78,15 | 0,71 | 209,64 | 216,79 | 31,05 | 1,08 |
|  |  |  |  |  |  | 22,72% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
| 489 | Булочка с изюмом | 50 | 6,54 | 8,13 | 15,52 | 160,9 | 0,04 | 0 | 0 | 0,52 | 9,2 | 34,8 | 13,2 | 0,44 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | **6,84** | **8,13** | **34,57** | **255,4** | **0,053** | **2,7** | **0** | **0,52** | **18,65** | **46,95** | **17,25** | **0,44** |
|  |  |  |  |  |  | 18,24% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Салат из отворного картофеля с зелёным горошком | 30 | 1,11 | 2,01 | 5,62 | 27 | 0,01 | 9,9 | 0,15 | 0,33 | 30 | 20,7 | 10,1 | 0,66 |
| 55 | Свекольник со сметаной | 150/5 | 1,35 | 2,16 | 10,16 | 65,31 | 0,09 | 5,01 | 0,12 | 0,53 | 27,35 | 76,56 | 14,66 | 0,83 |
| 274 | Котлета по домашнему (зразы) с соусом красным основным | 50/30 | 5,39 | 6,05 | 13,74 | 98,5 | 0,07 | 38,21 | 246,8 | 2,7 | 7,27 | 102,8 | 7,1 | 2,1 |
| 309 | Макароны отварные | 110 | 4,01 | 2,14 | 17,00 | 134,07 | 0,12 | 0,6 | 81,9 | 1,04 | 192 | 161,3 | 28,6 | 3,77 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **535** | 15,92 | 13,56 | 85,42 | 510,68 | 0,407 | 53,88 | 328,97 | 5,14 | 298,69 | 844,56 | 79,53 | 9,46 |
|  |  |  |  |  |  | 36,48% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПР | Пряник | 50 | 2,10 | 2,60 | 18,70 | 170,40 | 0,03 | 0,00 | 4,10 | 0,00 | 12,08 | 37,50 | 8,33 | 0,00 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 5,85 | 8,9 | 96,7 | 264,9 | 0,04 | 0,15 | 4,1 | 0 | 74,08 | 37,5 | 8,33 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 18,92% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 219 | Сырники из творога со сметаной | 150/30 | 25,87 | 27,34 | 22,74 | 425,67 | 0,36 | 2,54 | 46,17 | 0,94 | 204,58 | 291,79 | 40,23 | 1,32 |
| ПР | Фрукт сезонный | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 4 | 0 | 1,1 | 0 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0,28 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,04 | 10,2 | 41 |  | 1,6 |  |  | 5,32 | 7,91 | 0,51 | 0,07 |
| **Итого за ужин** | | **480** | 26,87 | 27,58 | 40,44 | 504,67 | 4,36 | 4,14 | 47,27 | 0,94 | 213,4 | 299,7 | 43,54 | 1,67 |
|  |  |  |  |  |  | 36,05% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1800,00** | **63,72** | **68,94** | **295,52** | **1853,66** | **4,95** | **61,67** | **458,49** | **7,31** | **814,46** | **1445,50** | **179,70** | **12,65** |
|  |  |  |  |  |  | 132,40% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Понедельник неделя 2 6 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша пшеничная молочная | 200 | 5,72 | 4,49 | 19,08 | 162,68 | 0,09 |  | 7,08 | 0,9 | 27,14 | 115,9 | 16,87 | 0,6 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 0,07 | 0,07 | 15 | 60,7 | 0,015 | 0,045 | 0 | 0 | 44,45 | 33,56 | 7 | 0,12 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** | | **385** | 9,64 | 11,71 | 44,34 | 355,24 | 0,135 | 0,115 | 73,08 | 1,41 | 194,21 | 280,56 | 37,27 | 1,15 |
|  |  |  |  |  |  | 25,37% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
| ПР | Печенье к чаю | 20 | 3,43 | 6,58 | 10,93 | 96,5 | 0,07 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 11,20 | 38,30 | 14,20 | 0,70 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **170** | **3,73** | **6,58** | **29,98** | **191** | **0,083** | **2,7** | **7** | **0** | **20,65** | **50,45** | **18,25** | **0,7** |
|  |  |  |  |  |  | 13,64% |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 75 | Зелёный горошек консервированный | 30 | 0,9 | 1,86 | 1,86 | 27,6 | 0,03 | 0,018 | 0 | 0 | 5,4 | 16,74 | 5,67 | 0,19 |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами | 150/10 | 6,4 | 3,03 | 8,96 | 118,4 | 0,12 | 18 | 8,8 | 1,31 | 18,46 | 84,65 | 26,82 | 1 |
| 294 | Котлеты куриные с соусом | 50/20 | 9,91 | 17,61 | 3,03 | 59,5 | 0,16 | 59,25 | 377,85 | 4,37 | 9,7 | 163,4 | 13,5 | 3,44 |
| 171 | Рис отварной | 110 | 2,82 | 4,62 | 20,70 | 155,30 | 0,03 | 0 | 0,88 | 0,28 | 29,48 | 106,04 | 36,08 | 0,5 |
| 342 | Компот из свеж. Яблок | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **560** | 24,09 | 28,32 | 73,45 | 546,6 | 0,457 | 77,428 | 387,53 | 6,5 | 105,11 | 854,03 | 101,14 | 7,23 |
|  |  |  |  |  |  | 39,04% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 410 | Ватрушка с творогом | 50 | 0,9 | 1,6 | 15,4 | 120,32 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,51 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 4,65 | 7,9 | 93,4 | 214,82 | 0,024 | 0,15 | 0 | 0 | 66,51 | 0 | 0 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 15,34% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **70** | Огурец солёный в нарезке | 20 | 0,28 | 1,2 | 1,63 | 18,56 | 0,3 | 1,1 | 0,1 | 0,1 | 0,5 | 0,6 | 0,7 | 0,7 |
| 259 | Жаркое по домашнему с мясом(30/150) | 180 | 7,15 | 8,7 | 21,59 | 177,3 | 0,13 | 20,9 |  | 2,5 | 17,32 | 115,3 | 30,4 | 17,37 |
| 350 | Кисель фруктовый | 200 | 0,11 | 0,04 | 26,91 | 110,16 | 0,04 | 16 | 0 | 0,08 | 8 | 72 | 40 | 0,24 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за ужин** |  | **420** | **9,64** | **10,84** | **58,83** | **360,82** | **0,53** | **38** | **0,1** | **2,68** | **38,04** | **187,9** | **71,1** | **18,88** |
|  |  |  |  |  |  | 25,77% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1735,00** | **51,75** | **65,35** | **300,00** | **1668,48** | **1,23** | **118,39** | **467,71** | **10,59** | **424,52** | **1372,94** | **227,76** | **27,96** |
|  |  |  |  |  |  | 119,18% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Вторник неделя 2 7 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша ячневая молочная | 200 | 5,37 | 4,49 | 19,08 | 158,84 | 0,09 | 0,12 | 7,08 | 0,9 | 27,14 | 115,9 | 16,87 | 0,6 |
| 382 | Какао с молоком | 150 | 2,53 | 0,94 | 22,2 | 87 | 0,007 | 0 | 0,09 | 0 | 84,4 | 66,4 | 14,91 | 0,15 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **Итого за завтрак** | | **385** | 11,75 | 12,58 | 51,54 | 377,7 | 0,127 | 0,19 | 73,17 | 1,41 | 234,16 | 313,4 | 45,18 | 1,18 |
|  |  |  |  |  |  | 26,98% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Фрукт сезонный | 200 | 0,8 |  | 24,6 | 76 | 0,06 | 32,00 |  |  | 22,00 | 22,00 | 18,00 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | 0,9 | 0 | 22,86 | 76 | 0,06 | 32 | 0 | 0 | 22 | 22 | 18 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 5,43% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 53 | Кабачковая икра | 30 | 0,75 | 1,95 | 3,36 | 33,6 | 0,018 | 3,15 |  | 0,06 | 9,77 | 18,24 | 4,41 | 0,3 |
| 108,109 | Суп картофельный с клецками на м/к бульоне | 150 | 7,28 | 5,59 | 10,43 | 94,5 | 0,07 | 5,9 | 18,16 | 0,83 | 10,89 | 49,01 | 13,06 | 0,69 |
| 266 | Гречка отварная | 110 | 0,97 | 2,85 | 22,89 | 113,7 | 0,16 | 0,62 | 11,9 | 1,53 | 8,34 | 109,01 | 72,19 | 2,44 |
| 260 | Гуляш из говядины(25/25) | 50 | 8,42 | 12,00 | 3,60 | 98,20 | 0,02 | 1,7 |  | 1,6 | 6,9 | 70,5 | 9,7 | 1,02 |
| 388 | Напиток из шиповника | 150 | 0,08 | 0 | 8,01 | 68,6 |  | 52,5 |  | 0,06 | 14,03 | 511,3 | 0,8 | 0,18 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **530** | 21,2 | 23,59 | 64,99 | 507,4 | 0,378 | 63,87 | 30,06 | 4,5 | 77,97 | 812,46 | 114,26 | 6,37 |
|  |  |  |  |  |  | 36,24% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 631 | Булочка ванильная | 50 | 4,21 | 2,98 | 20,39 | 155 | 0,07 |  | 6,75 | 0,51 | 8,15 | 38,13 | 6,28 | 0,53 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 7,96 | 9,28 | 98,39 | 249,5 | 0,08 | 0,15 | 6,75 | 0,51 | 70,15 | 38,13 | 6,28 | 0,53 |
|  |  |  |  |  |  | 17,82% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 268 | Суфле рыбное | 60 | 9,52 | 8,49 | 2,44 | 124,3 | 0,06 | 0,67 | 12 | 0,67 | 23 | 128,1 | 28,4 | 0,5 |
| 312 | Картофельное пюре/ картофель с молоком | 120 | 2,5 | 4,08 | 14,85 | 112,8 | 0,15 | 21,6 | 27,2 | 1,3 | 48,31 | 94,7 | 22,32 | 0,96 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| ПР | Сок фруктовый | 200 | 0,4 |  | 37,8 | 126 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 13,00 | 6,00 | 0,00 |
| **Итого за ужин** | | **400** | 14,52 | 13,47 | 63,79 | 417,9 | 0,29 | 26,27 | 39,2 | 1,97 | 96,53 | 235,8 | 56,72 | 2,03 |
|  |  |  |  |  |  | 29,85% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1715,00** | **56,33** | **58,92** | **301,57** | **1628,50** | **0,94** | **122,48** | **149,18** | **8,39** | **500,81** | **1421,79** | **240,44** | **10,11** |
|  |  |  |  |  |  | 116,32% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Среда неделя 2 8 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 175 | Каша молочная Дружба | 150 | 4,47 | 3,6 | 19,53 | 150,02 | 0,03 | 0,67 | 24,5 | 0,13 | 27,65 | 60,72 | 9,09 | 0,13 |
| 378 | Чай с сахаром молоком | 200 | 1,7 | 1,3 | 17,4 | 88 | 0,02 | 1 | 0,01 | 0 | 65 | 53 | 11 | 1,4 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** | | **375** | 7,72 | 9,1 | 47,19 | 322,88 | 0,08 | 1,67 | 64,51 | 0,62 | 101,95 | 142,82 | 29,99 | 1,86 |
|  |  |  |  |  |  | 23,06% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **150** | **0,3** | **0** | **19,05** | **94,5** | **0,013** | **2,7** | **0** | **0** | **9,45** | **12,15** | **4,05** | **0** |
|  |  |  |  |  |  | 6,75% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 483 | Морковь туш-я ( с курагой или изюмом) | 30 | 0,39 | 0,06 | 4,35 | 19,80 | 0,018 | 1,29 | 0,52 | 0 | 9,6 | 15,9 | 10,2 | 12,91 |
| 88 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 150/3 | 5,04 | 5,58 | 7,08 | 108,6 | 0,03 | 10,63 | 3,37 | 0,5 | 16,59 | 31,7 | 9,58 | 0,42 |
| 446 | Жаркое по-домашнему с курицей(30/150) | 180 | 9,62 | 10,61 | 24,50 | 198,02 | 0,16 | 24 | 27 | 4,4 | 23,4 | 137,16 | 36,2 | 1,76 |
| 342 | Компот из свеж. Яблок | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **553** | 19,11 | 17,45 | 74,83 | 512,22 | 0,33 | 36,08 | 30,89 | 5,44 | 91,66 | 667,96 | 75,05 | 17,19 |
|  |  |  |  |  |  | 36,59% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 32 | Рогалик с повидлом | 50 | 1,13 | 2,01 | 16,1 | 171,2 | 0,018 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 10,94 | 28,44 | 5,79 | 0,50 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 4,88 | 8,31 | 94,10 | 265,70 | 0,03 | 0,19 | 0,00 | 0,00 | 72,94 | 28,44 | 5,79 | 0,50 |
|  |  |  |  |  |  | 18,98% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 188 | Запеканка творожная с соусом молочным (170/50) | 220 | 17,42 | 11,69 | 29,92 | 350,09 | 0,1 | 0,12 | 75,9 | 1,2 | 112 | 230,3 | 48,2 | 1,8 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 3,38 | 1,26 | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,12 | 0 | 0 | 112,54 | 88,59 | 19,89 | 0,48 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **Итого за ужин** | | **440** | 22,30 | 13,55 | 69,72 | 518,09 | 0,14 | 0,24 | 75,9 | 1,59 | 231,44 | 344,99 | 77,99 | 2,61 |
|  |  |  |  |  |  | 37,01% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1718,00** | **54,32** | **48,41** | **304,89** | **1713,39** | **0,59** | **40,88** | **171,30** | **7,65** | **507,44** | **1196,36** | **192,87** | **22,16** |
|  |  |  |  |  |  | 122,39% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Четверг неделя 2 9 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша молочная рисовая | 150 | 3,04 | 3,83 | 19,06 | 152,04 | 0,037 | 0,58 | 19,57 | 0,22 | 67,2 | 70,7 | 13,05 | 0,45 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,04 | 10,2 | 41 |  | 1,6 |  |  | 5,32 | 7,91 | 0,51 | 0,07 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** | | **375** | 4,79 | 8,07 | 39,52 | 277,9 | 0,067 | 2,18 | 59,57 | 0,71 | 81,82 | 107,71 | 23,46 | 0,85 |
|  |  |  |  |  |  | 19,85% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Фрукт сезонный | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 4 | 0 | 1,1 | 0 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0,28 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **100** | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 4 | 0 | 1,1 | 0 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0,28 |
|  |  |  |  |  |  | 2,71% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| **70** | Огурец солёный в нарезке | 30 | 0,42 | 1,8 | 2,44 | 27,84 | 0,45 | 1,65 | 0,15 | 0,15 | 0,75 | 0,9 | 1,05 | 1,05 |
| 103 | Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне | 150 | 1,57 | 3,01 | 7,5 | 105,7 | 0,09 | 4,95 | 0,14 | 0,52 | 27,3 | 76,5 | 14,62 | 0,83 |
| 215 | Рагу овощное с курицей(30/120) | 150 | 4,89 | 9,3 | 11,58 | 171,6 | 0,09 | 22,65 | 34,27 | 3,43 | 27,45 | 98,58 | 26,1 | 1,25 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **570** | 11,06 | 15,31 | 67,82 | 519,94 | 0,75 | 29,47 | 34,56 | 4,68 | 102,25 | 802,23 | 62,5 | 5,35 |
|  |  |  |  |  |  | 37,14% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 385 | Молоко | 1/150 | 4,35 | 3,75 | 7,2 | 94,5 | 0,06 | 1,95 | 30 | 0,15 | 180 | 13,5 | 21 | 0,15 |
| 452 | Печенье | 50 | 3,75 | 3 | 18,94 | 162,5 | 0,025 | 0,00 | 3,12 | 0,00 | 9,06 | 28,12 | 6,25 |  |
| **Итого за полдник** | | **200** | 8,1 | 6,75 | 26,14 | 257 | 0,085 | 1,95 | 33,12 | 0,15 | 189,06 | 41,62 | 27,25 | 0,15 |
|  |  |  |  |  |  | 18,36% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 215 | Омлет натуральный с сыром | 150 | 17,4 | 27 | 2,5 | 323,7 | 0,07 | 0 | 0,3 | 3,6 | 216 | 257 | 19 | 3 |
| ПР | Сок фруктовый | 200 | 0,4 |  | 37,8 | 126 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 13,00 | 6,00 | 0,00 |
| 428 | Булочка школьная | 60 | 5,21 | 1,98 | 24,07 | 86,40 | 0,06 | 0,019 | 0 | 0 | 11,64 | 40,3 | 0,48 | 0,46 |
| **Итого за ужин** | | **410** | 23,01 | 28,98 | 64,37 | 536,10 | 0,15 | 4,019 | 0,3 | 3,6 | 240,64 | 310,3 | 25,48 | 3,46 |
|  |  |  |  |  |  | 38,29% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1655,00** | **47,76** | **59,31** | **205,35** | **1628,94** | **5,05** | **37,62** | **128,65** | **9,14** | **617,27** | **1261,86** | **141,49** | **10,09** |
|  |  |  |  |  |  | 116,35% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Пятница неделя 2 10 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша геркулесовая молочная | 150 | 4,88 | 4,47 | 20,63 | 142,2 | 0,067 | 0,72 | 24,52 | 0,15 | 73,21 | 84,81 | 21,16 | 0,44 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| 16 | Яйцо варёное 1шт | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,02 |  |  |  | 18,7 | 61,44 | 3,84 | 56 |
| **Итого за завтрак** |  | **415** | 11,63 | 13,27 | 46,19 | 350,06 | 0,117 | 0,72 | 64,52 | 0,64 | 117,53 | 185,35 | 35,9 | 57,07 |
|  |  |  |  |  |  | 25,00% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 150 | 0,3 |  | 19,05 | 94,5 | 0,013 | 2,70 | 0,00 | 0,00 | 9,45 | 12,15 | 4,05 |  |
| 488 | Булочка янтарная | 50 | 4,18 | 6 | 15 | 135 | 0,06 |  | 6,65 | 0,49 | 8,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | **4,48** | **6** | **34,05** | **229,5** | **0,073** | **2,7** | **6,65** | **0,49** | **17,52** | **49,7** | **10,25** | **0,52** |
|  |  |  |  |  |  | 16,39% |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 141 | Свекла тушеная (с яблоком) | 30 | 0,3 | 1,19 | 1,68 | 18,43 | 0,006 | 1,13 | 3,02 | 0,03 | 9,06 | 9,7 | 4,8 | 0,41 |
| 99 | Суп из овощей м/к бульоне | 150 | 6,3 | 6,97 | 8,85 | 75,75 | 0,037 | 13,29 | 4,22 | 0,68 | 20,73 | 39,65 | 11,98 | 0,5 |
| 280 | Фрикадельки деревенские туш-е в соусе | 50/30 | 8,89 | 9,6 | 14,08 | 150,5 | 0,02 | 0,25 |  | 1,19 | 9 | 57,1 | 7,52 | 0,75 |
| 199 | Пюре гороховое | 110 | 4,23 | 1,86 | 15,9 | 130,3 | 0,33 |  | 8,63 | 0,97 | 36,4 | 92,25 | 35,81 | 2,87 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 |  | 22,2 | 87 | 0,007 | 0,16 |  | 0,12 | 14,03 | 428,8 | 4,97 | 0,36 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** | | **560** | 23,78 | 20,82 | 79,41 | 560,78 | 0,51 | 14,83 | 15,87 | 3,41 | 117,26 | 681,9 | 79,18 | 6,63 |
|  |  |  |  |  |  | 40,06% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 150 | 3,75 | 6,3 | 78 | 94,5 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 0,00 | 62,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 425 | Булочка Дорожная | 50 | 4,18 | 6 | 19 | 155 | 0,06 |  | 6,65 | 0,49 | 9,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
| **Итого за полдник** | | **200** | 7,93 | 12,3 | 97 | 249,5 | 0,07 | 0,15 | 6,65 | 0,49 | 71,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
|  |  |  |  |  |  | 17,82% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 145 | Картофель туш-ый | 130 | 2,5 | 4,07 | 16,42 | 125,6 | 0,11 | 18,95 | 7,67 | 1,25 | 12,48 | 59,6 | 23,8 | 0,9 |
| 234 | Котлеты из минтая Фирменные | 50 | 6,18 | 4,38 | 9,38 | 101,80 | 0,05 | 0,64 | 4,55 | 0,5 | 24,84 | 4,75 | 14,62 | 0,3 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| 350 | Кисель фруктовый | 200 | 0,11 | 0,04 | 26,91 | 110,16 | 0,04 | 16 | 0 | 0,08 | 8 | 72 | 40 | 0,24 |
| **Итого за ужин** | | **400** | 10,89 | 9,39 | 61,41 | 392,36 | 0,26 | 35,59 | 12,22 | 1,83 | 57,54 | 136,35 | 78,42 | 2,01 |
|  |  |  |  |  |  | 28,03% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **1775,00** | **58,71** | **61,78** | **318,06** | **1782,20** | **1,03** | **53,99** | **105,91** | **6,86** | **380,92** | **1090,85** | **209,95** | **66,75** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой,энергетической ценности меню за 10 дней*** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | ***суммарный объём блюд по меню гр*** | ***Пищевые вещества*** | | | ***Энеогетическая ценность*** |  | | | |  | | | |
|  |  |  | ***Б*** | ***Ж*** | ***У*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого завтрак за 10 дней | 383,50 | 10,27 | 11,48 | 48,24 | 355,94 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина завтрака 20%* | *350,00* | *8,40* | *9,40* | *40,60* | *280,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 2 завтрак за 10 дней | 176,00 | 2,73 | 2,90 | 25,95 | 147,75 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина 2 завтрака 5%* | *100,00* | *2,10* | *2,35* | *10,15* | *70,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого обед за 10 дней | 545,80 | 18,65 | 18,12 | 74,05 | 520,65 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина обеда 35%* | *450,00* | *14,70* | *16,45* | *71,05* | *490,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого полдник за 10 дней | 200,00 | 7,27 | 9,09 | 76,72 | 253,11 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина полдника 15%* | *200,00* | *6,30* | *7,05* | *30,45* | *210,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого ужин за 10 дней | 426,00 | 15,44 | 16,09 | 56,87 | 429,81 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина ужина 25%* | *400,00* | *10,50* | *11,75* | *50,75* | *350,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Итого рекомендуемая величина за день 100%* | *1500,00* | *42,00* | *47,00* | *203,00* | *1400,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого в среднем за день 100%** | **1731,30** | **54,35** | **57,68** | **281,83** | **1707,26** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | 121,95% |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Возрастная категория: 3-6 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рацион САД Понедельник неделя 1 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 170 | Каша манная молочная жидкая | 200 | 5,82 | 5,04 | 30,6 | 227,32 | 0,06 | 1,3 | 43,6 | 0,24 | 123,02 | 100,96 | 16,16 | 0,24 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,66 | 0,49 | 29,6 | 81 | 0,02 | 0,06 | 0 | 0 | 59,27 | 44,75 | 9,34 | 0,17 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **Итого за завтрак** |  | **435** | 11,33 | 12,68 | 70,46 | 440,18 | 0,11 | 1,43 | 109,6 | 0,75 | 304,91 | 276,81 | 38,9 | 0,84 |
|  |  |  |  |  |  | 24,45% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| ПР | Печенье к чаю | 20 | 3,43 | 6,58 | 10,93 | 96,5 | 0,07 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 11,20 | 38,30 | 14,20 | 0,70 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | **3,79** | **6,58** | **44,95** | **209,9** | **0,088** | **3,6** | **7** | **0** | **23,8** | **50,9** | **19,6** | **0,7** |
|  |  |  |  |  |  | 11,66% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 483 | Морковь туш-я ( с курагой или изюмом) | 50 | 0,65 | 0,10 | 7,26 | 33,00 | 0,03 | 2,15 | 0 | 0 | 16 | 26,5 | 17 | 21,52 |
| 82 | Борщ с капустой,картофелем со сметаной | 200/10 | 3,24 | 9,94 | 10,15 | 177,1 | 0,027 | 9,81 | 10,8 | 0,32 | 25,63 | 32,13 | 11,35 | 0,54 |
| 266 | Гречка отварная с соусом красным основным | 1/130/20 | 1,15 | 3,37 | 27,05 | 134,4 | 0,19 | 0,74 | 14,16 | 1,81 | 9,86 | 128,83 | 85,32 | 2,88 |
| 268 | Биточек мясной панированный Нежный | 1/70 | 10,5 | 6,98 | 3,19 | 153,5 | 0,06 | 1,37 |  | 2,02 | 12,26 | 93,86 | 16,05 | 1,46 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **715** | 19,72 | 21,59 | 93,95 | 712,80 | 0,43 | 14,29 | 24,96 | 4,73 | 110,50 | 907,57 | 150,45 | 28,62 |
|  |  |  |  |  |  | 39,60% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 385 | Молоко | 1/200 | 5,8 | 5 | 9,6 | 126 | 0,08 | 2,6 | 40 | 0,2 | 240 | 18 | 28 | 0,2 |
| 410 | Ватрушка с творогом | 50 | 5,83 | 4,4 | 18 | 163,07 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,51 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 11,63 | 9,4 | 27,6 | 289,07 | 0,094 | 2,6 | 40 | 0,2 | 244,51 | 18 | 28 | 0,2 |
|  |  |  |  |  |  | 16,06% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 198 | Печень по строгановски | 70 | 8,9 | 8,73 | 19,95 | 133,5 | 0,028 | 0,3 |  | 1,43 | 10,8 | 68,6 | 9,03 | 0,9 |
| 309 | Макароны отварные | 130 | 5,22 | 2,79 | 22,11 | 174,30 | 0,16 | 0,8 | 106,5 | 1,36 | 250 | 209,7 | 37,2 | 4,91 |
| ПР | Фрукт сезонный | 120 | 0,48 |  | 14,76 | 45,6 | 0,03 | 16,00 |  |  | 11,00 | 11,00 | 9,00 |  |
| 350 | Кисель фруктовый | 200 | 0,11 | 0,04 | 26,91 | 110,16 | 0,04 | 16 | 0 | 0,08 | 8 | 72 | 40 | 0,24 |
| **Итого за ужин** | | **520** | **14,71** | **11,56** | **83,73** | **463,56** | **0,258** | **33,1** | **106,5** | **2,87** | **279,8** | **361,3** | **95,23** | **6,05** |
|  |  |  |  |  |  | 25,75% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2120** | **61,18** | **61,81** | **320,69** | **2115,51** | **0,977** | **55,02** | **288,06** | **8,55** | **963,52** | **1614,58** | **332,18** | **36,41** |
|  |  |  |  |  |  | 117,53% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Вторник неделя 1 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Пудинг творожный с изюмом с молоком сгущёным | 180 | 22,91 | 16,54 | 38,5 | 388 | 0,09 | 0,97 | 32,7 | 0,21 | 97,62 | 113,08 | 28,21 | 0,58 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **Итого за завтрак** |  | **400** | 24,51 | 17,14 | 63,7 | 500 | 0,12 | 0,97 | 32,7 | 0,6 | 120,84 | 149,18 | 39,11 | 1,21 |
|  |  |  |  |  |  | 27,78% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Фрукт сезонный | 200 | 0,8 |  | 24,6 | 76 | 0,06 | 32,00 |  |  | 22,00 | 22,00 | 18,00 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | 0,8 | 0 | 24,6 | 76 | 0,06 | 32 | 0 | 0 | 22 | 22 | 18 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 4,22% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Огурец солёный в нарезке | 50 | 0,7 | 3 | 4,07 | 46,4 | 0,75 | 2,75 | 0,25 | 0,25 | 1,25 | 1,5 | 1,75 | 1,75 |
| 86 | Суп с крупой гречневой | 200 | 2,07 | 2,95 | 18,58 | 69,57 | 0,04 | 5,96 | 4,05 | 0,7 | 10,38 | 48,05 | 12,23 | 0,54 |
| 280 | Фрикадельки деревенские туш-е в соусе | 60/30 | 10,67 | 11,62 | 16,9 | 180,6 | 0,028 | 0,3 |  | 1,43 | 10,8 | 68,6 | 9,03 | 0,9 |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,4 | 13,3 | 141 | 0,11 | 17,38 | 20,8 | 1,13 | 27,55 | 64,34 | 21,93 | 0,79 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **730** | 20,72 | 24,17 | 99,15 | 652,37 | 1,048 | 26,61 | 25,1 | 4,09 | 96,73 | 808,74 | 65,67 | 6,2 |
|  |  |  |  |  |  | 36,24% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5 | 8,4 | 104 | 126 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 87 | Плюшка | 50 | 3,33 | 3,94 | 15,16 | 171,13 |  |  |  |  | 15,00 | 37,71 | 1,11 | 0,42 |
| **Итого за полдник** | | **250** | 8,33 | 12,34 | 119,16 | 297,13 | 0,02 | 0,3 | 0 | 0 | 139 | 37,71 | 1,11 | 0,42 |
|  |  |  |  |  |  | 16,51% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 234 | Котлеты из минтая Фирменные | 70 | 8,65 | 6,14 | 13,14 | 142,60 | 0,07 | 0,9 | 6,37 | 0,8 | 34,78 | 6,66 | 20,47 | 0,5 |
| 143 | Овощное рагу | 150 | 4,05 | 6,9 | 12,45 | 176,4 | 0,18 | 24,3 | 30,69 | 1,56 | 41,25 | 93,6 | 30,2 | 1,09 |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| 428 | Булочка школьная | 50 | 4,34 | 1,65 | 25,06 | 72 | 0,05 | 0,016 | 0 | 0 | 9,7 | 33,61 | 6,4 | 0,39 |
| **Итого за ужин** | | **450** | 17,4 | 14,69 | 84,67 | 504,4 | 0,318 | 28,816 | 37,06 | 2,36 | 98,33 | 146,47 | 62,47 | 1,98 |
|  |  |  |  |  |  | 28,02% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2030** | **71,76** | **68,34** | **391,28** | **2029,90** | **1,57** | **88,70** | **94,86** | **7,05** | **476,90** | **1164,10** | **186,36** | **9,81** |
|  |  |  |  |  |  | 112,77% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Среда неделя 1 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 175 | Каша молочная Дружба | 200 | 5,97 | 4,8 | 26,05 | 200,03 | 0,04 | 0,9 | 32,7 | 0,18 | 36,87 | 80,97 | 12,12 | 0,18 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| 15 | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| 14 | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** |  | **435** | 9,92 | 11,95 | 51,31 | 391,89 | 0,07 | 0,97 | 98,7 | 0,69 | 175,81 | 222,07 | 26,52 | 0,91 |
|  |  |  |  |  |  | 21,77% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| 486 | Булочка домашняя | 50 | 4,9 | 4,06 | 16,93 | 121 | 0,05 | 0,016 | 0 | 0 | 9,7 | 33,61 | 6,4 | 0,39 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **230** | **5,26** | **4,06** | **50,95** | **234,4** | **0,068** | **3,616** | **0** | **0** | **22,3** | **46,21** | **11,8** | **0,39** |
|  |  |  |  |  |  | 13,02% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 53 | Кабачковая икра | 150 | 3,75 | 9,75 | 16,8 | 168 | 0,09 | 15,75 |  | 0,3 | 48,84 | 91,2 | 14,7 | 1,2 |
| 102 | Суп гороховый на курином бульоне | 200 | 9,79 | 2,68 | 16,32 | 159,5 | 1,05 | 6,81 | 10,62 | 1 | 18,6 | 62,9 | 22,35 | 1,36 |
| 292 | Плов с мясом | 200 | 7,2 | 7,2 | 25,08 | 180 | 0,08 | 2,15 | 64,5 | 4,71 | 17,4 | 162,32 | 37,06 | 1,4 |
| 350 | Кисель фруктовый | 200 | 0,11 | 0,04 | 26,91 | 110,16 | 0,04 | 16 | 0 | 0,08 | 8 | 72 | 40 | 0,24 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **790** | 24,55 | 20,87 | 101,81 | 716,46 | 1,37 | 40,71 | 75,12 | 6,51 | 120,88 | 442,82 | 128,21 | 5,94 |
|  |  |  |  |  |  | 39,80% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5 | 8,4 | 104 | 126 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПР | Печенье | 50 | 3,75 | 3 | 22,94 | 162,5 | 0,025 | 0,00 | 3,12 | 0,00 | 9,06 | 28,12 | 6,25 |  |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 8,75 | 11,4 | 126,94 | 288,5 | 0,045 | 0,3 | 3,12 | 0 | 133,06 | 28,12 | 6,25 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 16,03% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 210 | Омлет натуральный | 150 | 5,27 | 18,04 | 5,69 | 221,08 | 0,08 | 2,63 | 183,3 | 0,33 | 100,25 | 172,24 | 20,62 | 1,71 |
| 75 | Зелёный горошек консервированный | 50 | 1,5 | 3,1 | 3,1 | 46 | 0,05 | 0,03 | 0 | 0 | 9 | 27,9 | 9,45 | 0,32 |
| 388 | Напиток из шиповника | 200 | 0,11 | 0 | 10,68 | 91,47 |  | 70 |  | 0,08 | 18,71 | 681,85 | 1,19 | 0,24 |
| 428 | Булочка школьная | 50 | 4,34 | 1,65 | 20,06 | 72 | 0,05 | 0,016 | 0 | 0 | 9,7 | 33,61 | 6,4 | 0,39 |
| **Итого за ужин** |  | **450** | 11,22 | 22,79 | 39,53 | 430,55 | 0,18 | 72,676 | 183,3 | 0,41 | 137,66 | 915,6 | 37,66 | 2,66 |
|  |  |  |  |  |  | 23,92% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2155,00** | **59,70** | **71,07** | **370,54** | **2061,80** | **1,73** | **118,27** | **360,24** | **7,61** | **589,71** | **1654,82** | **210,44** | **9,90** |
|  |  |  |  |  |  | 114,54% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Четверг неделя 1 4 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша гречневая молочная | 200 | 2,48 | 4,71 | 13,23 | 156,25 | 0,07 | 0,9 | 32,7 | 0,5 | 92,6 | 100,25 | 32,1 | 0,8 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,66 | 0,49 | 29,6 | 81 | 0,02 | 0,06 | 0 | 0 | 59,27 | 44,75 | 9,34 | 0,17 |
| ПР | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** |  | **425** | 5,69 | 9,4 | 53,09 | 322,11 | 0,12 | 0,96 | 72,7 | 0,99 | 161,17 | 174,1 | 51,34 | 1,3 |
|  |  |  |  |  |  | 17,90% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| ПР | Пряник | 40 | 3,6 | 4 | 12,8 | 112,6 | 0,025 | 0,00 | 3,12 | 0,00 | 9,06 | 28,12 | 6,25 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **220** | **3,96** | **4** | **46,82** | **226** | **0,043** | **3,6** | **3,12** | **0** | **21,66** | **40,72** | **11,65** | **0** |
|  |  |  |  |  |  | 12,56% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 141 | Свекла тушеная (с яблоком) | 100 | 1 | 3,96 | 5,6 | 61,44 | 0,02 | 3,78 | 10,08 | 0,12 | 30,22 | 32,36 | 15,98 | 1,38 |
| 96 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/10 | 2,16 | 3,14 | 10,03 | 94 | 0,07 | 12,31 | 0 | 0,09 | 42,37 | 93,02 | 18,84 | 0,72 |
| 284 | Запеканка картофельная с курицей | 150 | 15,78 | 12,01 | 23,05 | 238,66 | 0,26 | 61,25 | 35,54 | 6,8 | 30,67 | 201,3 | 52,32 | 2,64 |
| 342 | Компот из свеж. Яблок | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **700** | 23,12 | 20,31 | 84,98 | 608,9 | 0,47 | 77,56 | 45,62 | 7,59 | 150,01 | 952,93 | 107,87 | 6,96 |
|  |  |  |  |  |  | 33,83% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 385 | Молоко | 1/200 | 5,8 | 5 | 9,6 | 126 | 0,08 | 2,6 | 40 | 0,2 | 240 | 18 | 28 | 0,2 |
| 443 | Крендель сахарный | 1/50 | 4,18 | 6 | 35 | 155 | 0,06 |  | 6,65 | 0,49 | 8,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 9,98 | 11 | 44,6 | 281 | 0,14 | 2,6 | 46,65 | 0,69 | 248,07 | 55,55 | 34,2 | 0,72 |
|  |  |  |  |  |  | 15,61% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 279 | Тефтели мясные с соусом красным | 70/30 | 6,03 | 7,78 | 14,00 | 155,30 | 0,01 | 0,8 | 0,017 | 0,06 | 10,5 | 96,8 | 12,8 | 0,8 |
| 321 | Капуста туш-я | 150 | 3,84 | 6,24 | 10,8 | 129,6 | 0,04 | 26,4 | 0,084 | 2,88 | 86,4 | 57,6 | 28,8 | 1,2 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 60 | 6,3 | 2,7 | 26,1 | 164,4 |  |  |  |  | 33,84 | 71,8 | 13,16 | 0,96 |
| **Итого за ужин** |  | **510** | 16,27 | 16,72 | 65,90 | 509,30 | 0,05 | 27,20 | 0,10 | 2,94 | 147,06 | 236,20 | 55,76 | 3,26 |
|  |  |  |  |  |  | 28,29% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2105,00** | **59,02** | **61,43** | **295,39** | **1947,31** | **0,82** | **111,92** | **168,19** | **12,21** | **727,97** | **1459,50** | **260,82** | **12,24** |
|  |  |  |  |  |  | 108,18% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Пятница неделя 1 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша пшенная молочная с молоком | 200 | 5,72 | 4,83 | 17,5 | 168,2 | 0,09 | 0,98 | 16,2 | 0,3 | 94,3 | 100,92 | 22,2 | 0,47 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| ПР | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,04 | 0 | 0 | 0,52 | 9,2 | 34,8 | 13,2 | 0,44 |
| **Итого за завтрак** |  | **435** | 9,67 | 11,98 | 42,76 | 360,06 | 0,13 | 1,05 | 82,2 | 0,94 | 235,54 | 250,72 | 39,9 | 1,31 |
|  |  |  |  |  |  | 20,00% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| 489 | Булочка с изюмом | 50 | 6,54 | 8,13 | 15,52 | 160,9 | 0,04 | 0 | 0 | 0,52 | 9,2 | 34,8 | 13,2 | 0,44 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **180** | 0,36 | 0 | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,6 | 0 | 0 | 12,6 | 12,6 | 5,4 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 6,30% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Салат из отворного картофеля с зелёным горошком | 50 | 1,85 | 3,35 | 9,47 | 44,48 | 0,02 | 10,9 | 0,15 | 0,33 | 30 | 22,72 | 11,92 | 0,66 |
| 55 | Свекольник со сметаной | 200/10 | 1,80 | 2,88 | 13,54 | 87,08 | 0,13 | 6,68 | 0,17 | 0,71 | 36,47 | 102,08 | 19,54 | 1,11 |
| 274 | Котлета по домашнему с соусом красным основным | 70/30 | 7,55 | 8,48 | 17,17 | 137,9 | 0,11 | 53,5 | 345,6 | 3,9 | 10,19 | 144 | 9,95 | 3,05 |
| 309 | Макароны отварные | 130 | 5,22 | 2,79 | 22,11 | 174,30 | 0,16 | 0,8 | 106,5 | 1,36 | 250 | 209,7 | 37,2 | 4,91 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **730** | 20,6 | 18,7 | 108,59 | 658,56 | 0,54 | 72,1 | 452,42 | 6,88 | 373,41 | 1104,75 | 99,34 | 11,95 |
|  |  |  |  |  |  | 36,59% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,30 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПР | Пряник | 50 | 2,10 | 2,60 | 18,70 | 170,40 | 0,03 | 0,00 | 4,10 | 0,00 | 12,08 | 37,50 | 8,33 | 0,00 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 7,9 | 7,6 | 27,1 | 271,7 | 0,05 | 0,3 | 4,1 | 0 | 136,08 | 37,5 | 8,33 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 15,09% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 219 | Сырники из творога со сметаной | 150/30 | 25,87 | 27,34 | 31 | 425,67 | 0,36 | 2,54 | 46,17 | 0,94 | 204,58 | 291,79 | 40,23 | 1,32 |
| ПР | Фрукт сезонный | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 4 | 0 | 1,1 | 0 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0,28 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,04 | 10,2 | 41 |  | 1,6 |  |  | 5,32 | 7,91 | 0,51 | 0,07 |
| **Итого за ужин** |  | **480** | 26,87 | 27,58 | 48,7 | 504,67 | 4,36 | 4,14 | 47,27 | 0,94 | 213,4 | 299,7 | 43,54 | 1,67 |
|  |  |  |  |  |  | 28,04% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2075,00** | **65,40** | **65,86** | **261,17** | **1908,39** | **5,10** | **81,19** | **585,99** | **8,76** | **971,03** | **1705,27** | **196,51** | **14,93** |
|  |  |  |  |  |  | 106,02% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Понедельник неделя 2 6 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша пшеничная молочная | 200 | 5,72 | 4,49 | 19,08 | 162,68 | 0,09 |  | 7,08 | 0,9 | 27,14 | 115,9 | 16,87 | 0,6 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,66 | 0,49 | 29,6 | 81 | 0,02 | 0,06 | 0 | 0 | 59,27 | 44,75 | 9,34 | 0,17 |
| ПР | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** |  | **435** | 11,23 | 12,13 | 58,94 | 375,54 | 0,14 | 0,13 | 73,08 | 1,41 | 209,03 | 291,75 | 39,61 | 1,2 |
|  |  |  |  |  |  | 20,86% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| ПР | Печенье к чаю | 20 | 3,43 | 6,58 | 10,93 | 96,5 | 0,07 | 0,00 | 7,00 | 0,00 | 11,20 | 38,30 | 14,20 | 0,70 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | **3,79** | **6,58** | **44,95** | **209,9** | **0,088** | **3,6** | **7** | **0** | **23,8** | **50,9** | **19,6** | **0,7** |
|  |  |  |  |  |  | 11,66% |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 75 | Зелёный горошек консервированный | 50 | 1,5 | 3,1 | 3,1 | 46 | 0,05 | 0,03 | 0 | 0 | 9 | 27,9 | 9,45 | 0,32 |
| 106 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200/10 | 8,54 | 4,04 | 11,46 | 157,89 | 0,15 | 24,01 | 11,8 | 1,75 | 24,62 | 112,87 | 35,76 | 1,34 |
| 294 | Котлеты куриные с соусом | 70/20 | 13,88 | 24,66 | 4,25 | 83,3 | 0,23 | 82,95 | 529 | 6,12 | 13,59 | 228,76 | 18,9 | 4,82 |
| 171 | Рис отварной | 130 | 3,34 | 5,46 | 24,45 | 183,64 | 0,04 | 0 | 1,04 | 0,34 | 34,84 | 125,32 | 42,64 | 0,6 |
| 342 | Компот из свеж. Яблок | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **720** | 31,44 | 38,46 | 89,56 | 685,63 | 0,59 | 107,21 | 541,84 | 8,79 | 128,8 | 1121,1 | 127,48 | 9,3 |
|  |  |  |  |  |  | 38,09% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,30 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 410 | Ватрушка с творогом | 50 | 5,83 | 4,4 | 18 | 163,07 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,51 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 11,63 | 9,4 | 26,4 | 264,37 | 0,034 | 0,3 | 0 | 0 | 128,51 | 0 | 0 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 14,69% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **70** | Огурец солёный в нарезке | 20 | 0,28 | 1,2 | 1,63 | 18,56 | 0,3 | 1,1 | 0,1 | 0,1 | 0,5 | 0,6 | 0,7 | 0,7 |
| 259 | Жаркое по домашнему с мясом(30/170) | 200 | 7,94 | 9,71 | 28,78 | 306 | 0,15 | 23,31 |  | 2,82 | 19,24 | 128,2 | 33,85 | 19,3 |
| 350 | Кисель фруктовый | 200 | 0,11 | 0,04 | 26,91 | 110,16 | 0,04 | 16 | 0 | 0,08 | 8 | 72 | 40 | 0,24 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 3,15 | 1,35 | 13,05 | 82,2 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за ужин** |  | **450** | 11,48 | 12,3 | 70,37 | 516,92 | 0,55 | 40,41 | 0,1 | 3 | 39,96 | 200,8 | 74,55 | 20,81 |
|  |  |  |  |  |  | 28,72% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2055,00** | **69,57** | **78,87** | **290,22** | **2052,36** | **1,40** | **151,65** | **622,02** | **13,20** | **530,10** | **1664,55** | **261,24** | **32,01** |
|  |  |  |  |  |  | 114,02% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Вторник неделя 2 7 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша ячневая молочная | 200 | 5,37 | 4,49 | 19,08 | 158,84 | 0,09 | 0,12 | 7,08 | 0,9 | 27,14 | 115,9 | 16,87 | 0,6 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 3,38 | 1,26 | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,12 | 0 | 0 | 112,54 | 88,59 | 19,89 | 0,48 |
| **15** | Сыр порционный | 10 | 2,3 | 2,95 | 0 | 47 |  | 0,07 | 26 | 0,02 | 113,32 | 102 | 3,5 | 0,1 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| ПР | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **Итого за завтрак** |  | **435** | 12,6 | 12,9 | 58,94 | 406,7 | 0,13 | 0,31 | 73,08 | 1,41 | 262,3 | 335,59 | 50,16 | 1,51 |
|  |  |  |  |  |  | 22,59% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
|  | Фрукт сезонный | 200 | 0,8 |  | 24,6 | 76 | 0,06 | 32,00 |  |  | 22,00 | 22,00 | 18,00 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **200** | 0,9 | 0 | 22,86 | 76 | 0,06 | 32 | 0 | 0 | 22 | 22 | 18 | 0 |
|  |  |  |  |  |  | 4,22% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 53 | Кабачковая икра | 50 | 1,25 | 3,25 | 5,6 | 56 | 0,03 | 5,25 |  | 0,1 | 16,28 | 30,4 | 7,35 | 0,4 |
| 108,109 | Суп картофельный с клецками на м/к бульоне | 200 | 9,71 | 7,46 | 13,91 | 126 | 0,1 | 7,9 | 24,22 | 1,11 | 14,53 | 65,35 | 17,42 | 0,93 |
| 266 | Гречка отварная | 130 | 1,15 | 3,37 | 27,05 | 134,4 | 0,19 | 0,74 | 14,16 | 1,81 | 9,86 | 128,83 | 85,32 | 2,88 |
| 260 | Гуляш из говядины(35/35) | 70 | 11,80 | 16,80 | 5,04 | 137,50 | 0,04 | 2,4 |  | 2,26 | 9,66 | 98,82 | 13,64 | 1,44 |
| 388 | Напиток из шиповника | 200 | 0,11 | 0 | 10,68 | 91,47 |  | 70 |  | 0,08 | 18,71 | 681,85 | 1,19 | 0,24 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **690** | 27,72 | 32,08 | 78,98 | 644,17 | 0,47 | 86,29 | 38,38 | 5,78 | 97,08 | 1059,65 | 139,02 | 7,63 |
|  |  |  |  |  |  | 35,79% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5 | 8,4 | 104 | 126 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 631 | Булочка ванильная | 50 | 4,21 | 2,98 | 20,39 | 155 | 0,07 |  | 6,75 | 0,51 | 8,15 | 38,13 | 6,28 | 0,53 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 9,21 | 11,38 | 124,39 | 281 | 0,09 | 0,3 | 6,75 | 0,51 | 132,15 | 38,13 | 6,28 | 0,53 |
|  |  |  |  |  |  | 15,61% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 268 | Суфле рыбное | 85 | 13,49 | 12,03 | 3,46 | 176,1 | 0,09 | 0,95 | 17 | 0,96 | 32,6 | 181,55 | 40,26 | 0,74 |
| 312 | Картофельное пюре/ картофель с молоком | 150 | 3,12 | 5,1 | 18,57 | 141 | 0,2 | 27 | 34,1 | 1,74 | 60,39 | 118,4 | 27,9 | 1,21 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 3,15 | 1,35 | 13,05 | 82,2 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| ПР | Сок фруктовый | 200 | 0,4 |  | 37,8 | 126 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 13,00 | 6,00 | 0,00 |
| **Итого за ужин** |  | **465** | 20,16 | 18,48 | 72,88 | 525,3 | 0,37 | 31,95 | 51,1 | 2,7 | 118,21 | 312,95 | 74,16 | 2,52 |
|  |  |  |  |  |  | 29,18% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2040,00** | **70,59** | **74,84** | **358,05** | **1933,17** | **1,12** | **150,85** | **169,31** | **10,40** | **631,74** | **1768,32** | **287,62** | **12,19** |
|  |  |  |  |  |  | 107,40% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Среда неделя 2 8 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 175 | Каша молочная Дружба | 200 | 5,97 | 4,8 | 26,05 | 200,03 | 0,04 | 0,9 | 32,7 | 0,18 | 36,87 | 80,97 | 12,12 | 0,18 |
| 378 | Чай с сахаром молоком | 200 | 1,7 | 1,3 | 17,4 | 88 | 0,02 | 1 | 0,01 | 0 | 65 | 53 | 11 | 1,4 |
| ПР | Батон нарезной | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,6 | 156 | 0,09 | 0 | 0 | 0,78 | 20,7 | 78,3 | 29,7 | 0,99 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,12 | 65,72 | 0 | 0 | 80 | 0,2 | 4,8 | 6 | 0 | 0 |
| **Итого за завтрак** |  | **470** | 12,27 | 15,1 | 74,17 | 509,75 | 0,15 | 1,9 | 112,71 | 1,16 | 127,37 | 218,27 | 52,82 | 2,57 |
|  |  |  |  |  |  | 28,32% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| ПР | Пряник | 40 | 3,6 | 4 | 12,8 | 112,6 | 0,025 | 0,00 | 3,12 | 0,00 | 9,06 | 28,12 | 6,25 |  |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **220** | **3,96** | **4** | **46,82** | **226** | **0,043** | **3,6** | **3,12** | **0** | **21,66** | **40,72** | **11,65** | **0** |
|  |  |  |  |  |  | 12,56% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 483 | Морковь туш-я ( с курагой или изюмом) | 50 | 0,65 | 0,10 | 7,26 | 33,00 | 0,03 | 2,15 | 0,87 | 0 | 16 | 26,5 | 17 | 21,52 |
| 88 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/5 | 6,72 | 7,44 | 9,44 | 144,8 | 0,04 | 14,18 | 4,5 | 0,7 | 22,12 | 42,3 | 12,78 | 0,56 |
| 446 | Жаркое по-домашнему с курицей(50/150) | 200 | 10,7 | 11,79 | 27,23 | 220,03 | 0,19 | 26,7 | 30,1 | 4,94 | 26 | 152,4 | 40,31 | 1,96 |
| 342 | Компот из свеж. Яблок | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,02 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,37 | 0,3 | 14,76 | 70,5 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **695** | 22,9 | 19,99 | 98,31 | 636,35 | 0,38 | 43,25 | 35,47 | 6,22 | 110,87 | 847,45 | 90,82 | 26,26 |
|  |  |  |  |  |  | 35,35% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,30 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 32 | Рогалик с повидлом | 50 | 1,13 | 2,01 | 16,1 | 171,2 | 0,018 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 10,94 | 28,44 | 5,79 | 0,50 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 6,93 | 7,01 | 24,50 | 272,50 | 0,04 | 0,34 | 0,00 | 0,00 | 134,94 | 28,44 | 5,79 | 0,50 |
|  |  |  |  |  |  | 15,14% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 188 | Запеканка творожная с соусом молочным | 150/50 | 15,84 | 10,63 | 27,2 | 319 | 0,09 | 0,11 | 69 | 1,1 | 102 | 209,4 | 43,8 | 1,68 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 3,38 | 1,26 | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,12 | 0 | 0 | 112,54 | 88,59 | 19,89 | 0,48 |
| 486 | Булочка домашняя | 100 | 9,8 | 8,12 | 33,86 | 242 | 0,1 | 0,032 | 0 | 0 | 19,4 | 67,2 | 12,8 | 0,78 |
| **Итого за ужин** |  | **500** | 29,02 | 20,01 | 90,66 | 677 | 0,2 | 0,262 | 69 | 1,1 | 233,94 | 365,19 | 76,49 | 2,94 |
|  |  |  |  |  |  | 37,61% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2135,00** | **75,08** | **66,11** | **334,46** | **2321,60** | **0,81** | **49,35** | **220,30** | **8,48** | **628,78** | **1500,07** | **237,57** | **32,27** |
|  |  |  |  |  |  | 128,98% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Четверг неделя 2 9 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша молочная рисовая | 200 | 4,05 | 5,1 | 25,42 | 202,72 | 0,05 | 0,78 | 26,1 | 0,3 | 89,6 | 94,3 | 17,4 | 0,6 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,04 | 10,2 | 41 |  | 1,6 |  |  | 5,32 | 7,91 | 0,51 | 0,07 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| ПР | Батон нарезной | 40 | 3 | 1,2 | 20,4 | 104 | 0,06 | 0 | 0 | 0,78 | 13,8 | 52,2 | 19,8 | 0,66 |
| **Итого за завтрак** |  | **445** | 7,3 | 9,94 | 56,08 | 380,58 | 0,11 | 2,38 | 66,1 | 1,18 | 111,12 | 157,41 | 37,71 | 1,33 |
|  |  |  |  |  |  | 21,14% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Фрукт сезонный | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 4 | 0 | 1,1 | 0 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0,28 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **100** | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | 4 | 0 | 1,1 | 0 | 3,5 | 0 | 2,8 | 0,28 |
|  |  |  |  |  |  | 2,11% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 70 | Огурец солёный в нарезке | 50 | 0,7 | 3 | 4,07 | 46,4 | 0,75 | 2,75 | 0,25 | 0,25 | 1,25 | 1,5 | 1,75 | 1,75 |
| 103 | Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне | 200 | 2,1 | 4,02 | 10 | 141 | 0,13 | 6,6 | 0,19 | 0,7 | 36,4 | 102 | 19,5 | 1,11 |
| 215 | Рагу овощное с курицей(50/150) | 200 | 6,52 | 12,4 | 15,45 | 228,8 | 0,12 | 30,2 | 45,7 | 4,58 | 36,6 | 131,05 | 34,8 | 1,67 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 40 | 4,2 | 1,8 | 17,4 | 109,6 | 0,12 | 0 | 0 | 0 | 24,44 | 0 | 0 | 1,14 |
| **Итого за обед** |  | **710** | 15,6 | 21,52 | 84,52 | 685,8 | 1,18 | 39,77 | 46,14 | 6,11 | 133,22 | 860,8 | 76,78 | 7,32 |
|  |  |  |  |  |  | 38,10% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| 385 | Молоко | 1/200 | 5,8 | 5 | 9,6 | 126 | 0,08 | 2,6 | 40 | 0,2 | 240 | 18 | 28 | 0,2 |
| 452 | Печенье | 100 | 7,5 | 6 | 37,88 | 325 | 0,05 | 0,00 | 6,24 | 0,00 | 18,12 | 56,24 | 12,50 |  |
| **Итого за полдник** |  | **300** | 13,3 | 11 | 47,48 | 451 | 0,13 | 2,6 | 46,24 | 0,2 | 258,12 | 74,24 | 40,5 | 0,2 |
|  |  |  |  |  |  | 25,06% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 215 | Омлет натуральный с сыром | 200 | 20,4 | 32 | 3 | 354 | 0,09 | 0 | 0,4 | 4 | 220 | 260 | 20 | 4 |
| ПР | Сок фруктовый | 200 | 0,4 |  | 37,8 | 126 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 13,00 | 6,00 | 0,00 |
| 428 | Булочка школьная | 50 | 4,34 | 1,65 | 25,06 | 72 | 0,05 | 0,016 | 0 | 0 | 9,7 | 33,61 | 6,4 | 0,39 |
| **Итого за ужин** |  | **450** | 25,14 | 33,65 | 65,86 | 552 | 0,16 | 4,016 | 0,4 | 4 | 242,7 | 306,61 | 32,4 | 4,39 |
|  |  |  |  |  |  | 30,67% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2005,00** | **62,14** | **76,31** | **261,44** | **2107,38** | **5,58** | **48,77** | **159,98** | **11,49** | **748,66** | **1399,06** | **190,19** | **13,52** |
|  |  |  |  |  |  | 117,08% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рацион САД Пятница неделя 2 10 | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энеогетическая ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| 1 | 2 | 3 | Б | Ж | У | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша геркулесовая молочная | 1/200 | 6,51 | 5,97 | 27,51 | 189,6 | 0,09 | 0,97 | 32,7 | 0,21 | 97,62 | 113,08 | 28,21 | 0,58 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,32 | 10 | 1 | 0,3 |
| ПР | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0,03 | 0 | 0 | 0,39 | 6,9 | 26,1 | 9,9 | 0,33 |
| **14** | Масло сливочное/порциями/ | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,06 | 32,86 | 0 | 0 | 40 | 0,1 | 2,4 | 3 | 0 | 0 |
| 16 | Яйцо варёное 1шт | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,02 |  |  |  | 18,7 | 61,44 | 3,84 | 56 |
| **Итого за завтрак** |  | **465** | 13,26 | 14,77 | 53,07 | 397,46 | 0,14 | 0,97 | 72,7 | 0,7 | 141,94 | 213,62 | 42,95 | 57,21 |
|  |  |  |  |  |  | 22,08% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Сок фруктовый | 180 | 0,36 |  | 34,02 | 113,4 | 0,018 | 3,60 | 0,00 | 0,00 | 12,60 | 12,60 | 5,40 | 0,00 |
| 488 | Булочка янтарная | 50 | 4,18 | 6 | 15 | 135 | 0,06 |  | 6,65 | 0,49 | 8,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
| **Итого за 2 завтрак** |  | **230** | **4,54** | **6** | **49,02** | **248,4** | **0,078** | **3,6** | **6,65** | **0,49** | **20,67** | **50,15** | **11,6** | **0,52** |
|  |  |  |  |  |  | 13,80% |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 141 | Свекла тушеная (с яблоком) | 50 | 0,5 | 1,98 | 2,8 | 30,72 | 0,01 | 1,89 | 5,04 | 0,06 | 15,11 | 16,18 | 7,99 | 0,69 |
| 99 | Суп из овощей м/к бульоне | 200 | 8,4 | 9,3 | 11,8 | 101 | 0,05 | 17,73 | 5,63 | 0,91 | 27,65 | 52,875 | 15,98 | 0,7 |
| 280 | Фрикадельки деревенские туш-е в соусе | 60/30 | 10,67 | 11,62 | 16,9 | 180,6 | 0,028 | 0,3 |  | 1,43 | 10,8 | 68,6 | 9,03 | 0,9 |
| 199 | Пюре гороховое | 130 | 5 | 2,2 | 20,6 | 154 | 0,4 |  | 10,2 | 1,15 | 43,02 | 109,03 | 42,33 | 3,37 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,48 |  | 29,6 | 116 | 0,01 | 0,22 |  | 0,16 | 18,71 | 571,85 | 6,63 | 0,48 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 44 | 0,05 | 0 | 0 | 0,42 | 15,82 | 54,4 | 14,1 | 1,17 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 20 | 2,1 | 0,9 | 8,7 | 54,8 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| **Итого за обед** |  | **710** | 28,75 | 26,3 | 98,4 | 681,12 | 0,608 | 20,14 | 20,87 | 4,13 | 143,33 | 872,935 | 96,06 | 7,88 |
|  |  |  |  |  |  | 37,84% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| ПР | Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,30 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 124,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 425 | Булочка Дорожная | 1/50 | 4,18 | 6 | 19 | 155 | 0,06 |  | 6,65 | 0,49 | 9,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
| **Итого за полдник** |  | **250** | 9,98 | 11 | 27,4 | 256,3 | 0,08 | 0,3 | 6,65 | 0,49 | 133,07 | 37,55 | 6,2 | 0,52 |
|  |  |  |  |  |  | 14,24% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | |
| 145 | Картофель туш-ый | 1/150 | 2,9 | 4,7 | 18,95 | 215,5 | 0,13 | 21,87 | 8,85 | 1,45 | 14,4 | 68,8 | 27,47 | 1,06 |
| 234 | Котлеты из минтая Фирменные | 70 | 8,65 | 6,14 | 13,14 | 142,60 | 0,07 | 0,9 | 6,37 | 0,8 | 34,78 | 6,66 | 20,47 | 0,5 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 3,15 | 1,35 | 13,05 | 82,2 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 12,22 | 0 | 0 | 0,57 |
| 350 | Кисель фруктовый | 200 | 0,11 | 0,04 | 26,91 | 110,16 | 0,04 | 16 | 0 | 0,08 | 8 | 72 | 40 | 0,24 |
| **Итого за ужин** |  | **450** | 14,81 | 12,23 | 72,05 | 550,46 | 0,3 | 38,77 | 15,22 | 2,33 | 69,4 | 147,46 | 87,94 | 2,37 |
|  |  |  |  |  |  | 30,58% |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за день** | | **2105,00** | **71,34** | **70,30** | **299,94** | **2133,74** | **1,21** | **63,78** | **122,09** | **8,14** | **508,41** | **1321,72** | **244,75** | **68,50** |
|  |  |  |  |  |  | 118,54% |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***Информация о пищевой,энергетической ценности меню за 10 дней*** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | ***суммарный объём блюд по меню гр*** | ***Пищевые вещества*** | | | ***Энеогетическая ценность*** |  | | | |  | | | |
|  |  |  | ***Б*** | ***Ж*** | ***У*** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого завтрак за 10 дней | 438,00 | 11,78 | 12,80 | 58,25 | 408,43 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина завтрака 20%* | *400,00* | *10,80* | *12,00* | *52,20* | *360,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 2 завтрак за 10 дней | 198,00 | 2,82 | 3,14 | 37,25 | 165,80 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина 2 завтрака 5%* | *100,00* | *2,70* | *3,00* | *13,05* | *90,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого обед за 10 дней | 719,00 | 23,51 | 24,40 | 93,83 | 668,22 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина обеда 35%* | *600,00* | *18,90* | *21,00* | *91,35* | *630,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого полдник за 10 дней | 255,00 | 9,76 | 10,15 | 59,56 | 295,26 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина полдника 15%* | *250,00* | *8,10* | *9,00* | *39,15* | *270,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого ужин за 10 дней | 472,50 | 18,71 | 19,00 | 69,44 | 523,42 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Рекомендуемая величина ужина 25%* | *450,00* | *13,50* | *15,00* | *65,25* | *450,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | *Итого рекомендуемая величина за день 100%* | *1800,00* | *54,00* | *60,00* | *261,00* | *1800,00* |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого в среднем за день 100%** | **2082,50** | **66,58** | **69,49** | **318,32** | **2061,12** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | 114,51% |  |  |  |  |  |  |  |  |