

Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр для детей с ограниченными возможностями здоровья»
ИНН 6623006555
ОГРН 1026601381878

Согласовано:
Директор МБОУ НЦДС №105
Закирова Т.В.



Утверждено:
Директор ООО «Трест общественного питания»
г. Нижний Тагил
105
Афоничев И.Д.

МЕНЮ
7-11 лет

Дата: **09.09.2024**

1 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,18	2,95	8,26	1,65	40,7	267,8
29/10	Чай с лимоном	205	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
Итого за 'Завтрак'			11,46	3,03	16,73	2,87	72,23	481,29
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
2/2	Борщ со сметаной	200	1,71	0	4,2	4,17	10,17	82,07
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	8,9	8,09	7,46	0,98	5,57	125,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,63
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	40,93	220,7
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,02
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			23,48	8,13	22,67	8,52	110,3	721,25
Полдник								
5/9	Тефтели из мяса кур	70	10,38	9,44	8,71	1,14	6,5	146,1
11/3	Капуста тушеная	150	3,5	0	2,85	3,24	17,35	101,1
23/12	Манник	30	1,96	0,55	2,31	1,5	17	95,083
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
Итого за 'Полдник'			15,92	9,99	13,89	5,9	50,69	380,09
Итого за день			51,86	21,15	53,49	17,29	253,9	1669,1

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

МЕНЮ
 7-11 лет

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 г. Нижний Тагил
 105
 Афонищев И.Д.

Дата: **11.09.2024**

3 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,26	3,6	8,74	0,38	40,16	262,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,064
Итого за 'Завтрак'			9,5	3,68	17,21	1,6	71,45	474,36
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,69	0	3,57	3,57	6,57	58,17
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0	1,96	1,96	18,88	101,91
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	13,6	12,73	4,69	0,1	6,42	122,7
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			24,04	13,28	14,47	6,72	90,35	579,23
Полдник								
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,87	2,16	5,99	0,97	25,86	174,76
-	Хлеб витаминизированный	12	0,79	0	0,08	0,08	5,63	26,868
Итого за 'Полдник'			6,66	2,16	6,07	1,05	62,7	326,63
Итого за день			41,2	19,12	37,95	9,37	245,1	1466,7

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **12.09.2024**

4 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,53	15,9	0	2,54	211,2
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7
13/12	Булочка ванильная	80	6,93	1,52	6,21	0,7	45,2	262,4
Итого за 'Завтрак'			26,99	17,05	24,23	2,82	94,89	700,1
10:00								
-	Яблоки	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
20/2	Суп из овощей со сметаной	180	1,46	0	4,95	4,42	9,35	85,475
12/8	Гуляш из мяса	80	9,28	8,71	21,42	0,07	4,26	246,1
3/4	Каша гречневая вязкая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	23,18	87,6
-	Хлеб витаминизированный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,585
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Обед'			21,79	8,71	33,83	6,79	92,58	735,79
Полдник								
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	70	9,18	8,35	16,12	0,07	5,06	202,45
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	0,03	2,98	0,66	34,11	183,9
30/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Печенье	20	1,5	0	1,96	0	15,34	84,452
Итого за 'Полдник'			16,06	8,38	21,08	0,75	64,35	508,6
Итого за день			65,64	34,14	79,94	11,16	275	2041,9



Согласовано:
 Директор МБОУ НИДС №105
 Закирова Т.В.



Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

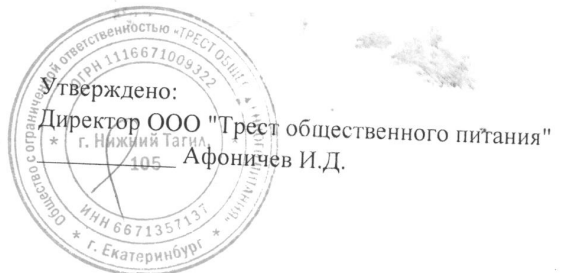
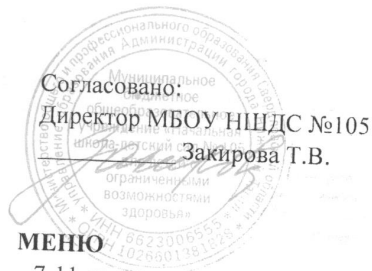
МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **16.09.2024**

6 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	250	3,74	3,68	7,55	0	10,7	122,7
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,5	77,79
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
Итого за 'Завтрак'			10,04	6,6	19,21	1,27	41,65	374,35
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,69	0	3,57	3,57	6,57	58,171
29/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,56	1,15	2,93	0,25	13,41	89,074
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	13,6	12,73	4,69	0,1	6,42	122,7
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,75
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,016
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,201
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0	0,3	0,3	10,43	48,345
Итого за 'Обед'			25,99	13,91	15,03	5,1	112,6	676,42
Полдник								
47/3	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами	150	9,94	7,23	7,59	0,89	25,9	209,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
Итого за 'Полдник'			12	7,23	7,81	1,11	49,81	314,37
Итого за день			49,03	27,74	42,25	7,48	224,6	1451,6



МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **17.09.2024**

7 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	250	9,63	3,6	11,4	3,04	42,71	307,2
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
Итого за 'Завтрак'			15,42	6,23	15,28	4,26	68,98	469,28
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,83	0	3,58	3,58	5,41	53,92
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	1,97	0	4,34	4,33	15,02	104,94
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	8,9	8,09	7,46	0,98	5,57	125,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,632
3/3	Картофельное пюре	160	3,32	0,58	3,91	0,55	23,55	141,42
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352
Итого за 'Обед'			20,6	8,67	21,58	12,02	100,1	662,57
Полдник								
18/7	Тефтели рыбные в соусе	80	8,05	7,08	5,66	1,23	7,61	113,3
42/3	Каша пшеничная рассыпчатая	150	5,07	0	1,46	1,46	29,91	152,5
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66
23/12	Манник	30	1,96	0,55	2,31	1,5	17	95,083
Итого за 'Полдник'			15,2	7,63	9,45	4,21	64,35	399,54
Итого за день			52,02	22,53	47,11	21,29	256,6	1628,8

Согласовано:
 Директор МБОУ ЦИДС №105
 Закирова Т.В.

МЕНЮ
 7-11 лет

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.



Дата: **18.09.2024**

8 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
2/5	Запеканка рисовая с творогом	200	13,4	10,31	10,38	2,6	48,63	341,8
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0	16,65	95,22
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7
Итого за 'Завтрак'			21,03	12,47	15,05	4,72	112,4	663,52
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
2/2	Борщ со сметаной	200	1,71	0	4,2	4,17	10,17	82,066
12/8	Гуляш из мяса	80	9,28	8,71	21,42	0,07	4,26	246,1
3/4	Каша гречневая вязкая	160	7,01	0	1,84	1,84	36,77	182,3
6/10	Кисельт из сухофруктов (вариант 2)	200	1,03	0	0,06	0,06	34,88	133,9
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			22,99	8,71	28,08	6,7	112,7	769,55
Полдник								
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	170	4,25	2,55	5,54	0,44	22,45	155,4
28/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб витаминизированный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78
Итого за 'Полдник'			5,65	2,55	5,69	0,59	41,67	237,98
Итого за день			50,67	23,73	49,02	12,01	287,4	1757,5

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Начальная школа №105»
 Согласовано: _____
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено: _____
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **19.09.2024**

9 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,18	2,95	8,26	1,65	40,7	267,8
27/10	Чай							
3/13	Хлеб с маслом и сыром	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
Итого за 'Завтрак'		55	6,05	3,26	8,01	0,33	17,28	167,6
10:00								
-	Фрукты							
Итого за '10:00'		200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
28/3	Икра из кабачков							
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
4/9	Плов из мяса кур	200	2,56	0	1,96	1,96	18,88	101,9
18/10	Кисель из концентрата	180	16,49	13,56	13,39	1,96	34,5	323,4
-	Хлеб витаминизированный	200	0	0	0	0	31,21	125
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
Итого за 'Обед'		35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68
Полдник								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,78	2,12	4,58	0,29	26,52	165,01
3/10	Компот из яблок	200	0,35	0	0,35	0,35	19,94	79,96
-	Хлеб пшеничный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,585
Итого за 'Полдник'			6,12	2,12	5,03	0,74	53,5	278,55
Итого за день			46,04	21,89	43,46	8,29	266,1	1618,9

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

МЕНЮ

7-11 лет


Утверждено:


Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

Дата: 20.09.2024

10 день

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,46	2,94	6,58	0,65	42,09	251,4
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,197
-	Батон	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,8
Итого за 'Завтрак'			14,23	5,78	11,24	2,17	83,18	481,4
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
1/1	Горошек зеленый	60	1,82	0	2,47	2,47	6,7	50,52
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,86	0	4,72	4,13	12,32	96,514
16/8	Биточки (котлеты) из мяса паровые	60	6,79	6,14	12,93	0,06	3,85	159,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,632
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,59
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,683
Итого за 'Обед'			18,83	6,69	26,02	9,69	93,42	666,24
Полдник								
5/6	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	110	7,61	6,39	6,29	1,21	7,16	110,6
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Печенье	20	1,5	0	1,96	0	15,34	84,452
Итого за 'Полдник'			11,17	6,39	8,47	1,43	46,41	300,02
Итого за день			45,23	18,86	45,93	13,29	243,6	1534,1

Согласовано: 
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено: 
 Директор ООО "Грест общественного питания"
 г. Нижний Тагил
 105 Афоничев И.Д.

МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **24.09.2024**

2 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
15/5	Запеканка из творога с рисом	200	28,6	28,3	19,87	4,28	35,89	439,2
-	Повидло	30	0,12	0	0	0	19,8	75,45
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
-	Батон	60	4,62	0	1,8	1,8	31,98	161,7
Итого за 'Завтрак'			33,5	28,38	28,94	6,1	92,75	761,63
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,83	0	3,58	3,58	5,41	53,92
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	0	4,45	4,45	19,45	131,2
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,201
4/8	Плов из мяса свинины	200	13,84	10,88	23,15	8,52	36,71	409,2
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0	0,1	0,1	19,49	74,32
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Обед'			23,5	10,88	31,82	17,2	108,6	799,69
Полдник								
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,197
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	2,99	2,94	6,04	0	8,56	98,128
-	Хлеб витаминизированный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78
Итого за 'Полдник'			7,23	5,78	9,33	0,15	32,38	238,1
Итого за день			65,03	45,04	70,89	24,25	256,9	1896,8

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 105
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **25.09.2024**

3 день

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,26	3,6	8,74	0,38	40,16	262,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,064
Итого за 'Завтрак'			9,5	3,68	17,21	1,6	71,45	474,36
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,69	0	3,57	3,57	6,57	58,17
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0	1,96	1,96	18,88	101,91
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	13,6	12,73	4,69	0,1	6,42	122,7
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			24,04	13,28	14,47	6,72	90,35	579,23
Полдник								
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,87	2,16	5,99	0,97	25,86	174,76
-	Хлеб витаминизированный	12	0,79	0	0,08	0,08	5,63	26,868
Итого за 'Полдник'			6,66	2,16	6,07	1,05	62,7	326,63
Итого за день			41,2	19,12	37,95	9,37	245,1	1466,7

Согласовано:
 Директор МБОУ НЦДС №105
 Закирова Т.В.



МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **26.09.2024**

4 день

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,53	15,9	0	2,54	211,2
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7
13/12	Булочка ванильная	80	6,93	1,52	6,21	0,7	45,2	262,4
Итого за 'Завтрак'			26,99	17,05	24,23	2,82	94,89	700,1
10:00								
-	Яблоки	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
20/2	Суп из овощей со сметаной	180	1,46	0	4,95	4,42	9,35	85,475
12/8	Гуляш из мяса	80	9,28	8,71	21,42	0,07	4,26	246,1
3/4	Каша гречневая вязкая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	23,18	87,6
-	Хлеб витаминизированный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,585
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Обед'			21,79	8,71	33,83	6,79	92,58	735,79
Полдник								
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	70	9,18	8,35	16,12	0,07	5,06	202,45
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	0,03	2,98	0,66	34,11	183,9
30/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Печенье	20	1,5	0	1,96	0	15,34	84,452
Итого за 'Полдник'			16,06	8,38	21,08	0,75	64,35	508,6
Итого за день			65,64	34,14	79,94	11,16	275	2041,9

Согласовано:
 Директор МБОУ НИЦДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афонинев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **27.09.2024**

5 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	6,64	2,94	6,36	0,4	36,84	229,2
36/10	Какао с молоком	200	3,64	2,9	3,34	0,6	24,1	134,8
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,81
Итого за 'Завтрак'			15,99	8,47	13,56	2,2	82,26	506,87
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
1/1	Горошек зеленый	60	1,82	0	2,47	2,47	6,7	50,52
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,47	0	2,41	2,41	7,42	54,79
11/8	Печень в молочном соусе	80	11,18	10,85	6,06	2,44	4,14	115,6
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,73
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
-	Хлеб витаминизированный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			22,8	10,88	14,76	8,47	97,63	603,01
Полдник								
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	2	4,68	0,6	29,26	185,88
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
8/12	Сдоба обыкновенная	60	5,37	0,94	3,94	3,64	33,78	191
Итого за 'Полдник'			12,04	2,94	8,62	4,24	94,25	501,88
Итого за день			51,83	22,29	37,14	14,91	294,7	1698,2

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.



Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **30.09.2024**

6 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	250	3,74	3,68	7,55	0	10,7	122,7
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,5	77,79
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
Итого за 'Завтрак'			10,04	6,6	19,21	1,27	41,65	374,35
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,69	0	3,57	3,57	6,57	58,171
29/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,56	1,15	2,93	0,25	13,41	89,074
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	13,6	12,73	4,69	0,1	6,42	122,7
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,75
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,016
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,201
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0	0,3	0,3	10,43	48,345
Итого за 'Обед'			25,99	13,91	15,03	5,1	112,6	676,42
Полдник								
47/3	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами	150	9,94	7,23	7,59	0,89	25,9	209,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
Итого за 'Полдник'			12	7,23	7,81	1,11	49,81	314,37
Итого за день			49,03	27,74	42,25	7,48	224,6	1451,6

Согласовано:
 Директор МБОУ НЦДС №105
 Закирова Т.В.

МЕНЮ

7-11 лет



Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 105
 Афонищев И.Д.

Дата: **01.10.2024**

7 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	250	9,63	3,6	11,4	3,04	42,71	307,2
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
Итого за 'Завтрак'			15,42	6,23	15,28	4,26	68,98	469,28
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,83	0	3,58	3,58	5,41	53,92
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	1,97	0	4,34	4,33	15,02	104,94
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	8,9	8,09	7,46	0,98	5,57	125,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,632
3/3	Картофельное пюре	160	3,32	0,58	3,91	0,55	23,55	141,42
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352
Итого за 'Обед'			20,6	8,67	21,58	12,02	100,1	662,57
Полдник								
18/7	Тефтели рыбные в соусе	80	8,05	7,08	5,66	1,23	7,61	113,3
42/3	Каша пшеничная рассыпчатая	150	5,07	0	1,46	1,46	29,91	152,5
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66
23/12	Манник	30	1,96	0,55	2,31	1,5	17	95,083
Итого за 'Полдник'			15,2	7,63	9,45	4,21	64,35	399,54
Итого за день			52,02	22,53	47,11	21,29	256,6	1628,8

Муниципальное бюджетное учреждение
 «Центр питания Администрации городского округа
 Нижнего Тагила»
 Ограниченными возможностями
 здоровья
 ИНН 6623006535
 ОГРН 1026601361828

Согласовано:
 Директор МБОУ НЦДС №105
 Закирова Т.В.

Общество с ограниченной ответственностью «ТРЕСТ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ»
 ОГРН 1116671009322
 ИНН 6671357137
 г. Екатеринбург

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **02.10.2024**

8 день

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
2/5	Запеканка рисовая с творогом	200	13,4	10,31	10,38	2,6	48,63	341,8
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0	16,65	95,22
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7
Итого за 'Завтрак'			21,03	12,47	15,05	4,72	112,4	663,52
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
2/2	Борщ со сметаной	200	1,71	0	4,2	4,17	10,17	82,066
12/8	Гуляш из мяса	80	9,28	8,71	21,42	0,07	4,26	246,1
3/4	Каша гречневая вязкая	160	7,01	0	1,84	1,84	36,77	182,3
6/10	Кисельт из сухофруктов (вариант 2)	200	1,03	0	0,06	0,06	34,88	133,9
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			22,99	8,71	28,08	6,7	112,7	769,55
Полдник								
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	170	4,25	2,55	5,54	0,44	22,45	155,4
28/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб витаминизированный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78
Итого за 'Полдник'			5,65	2,55	5,69	0,59	41,67	237,98
Итого за день			50,67	23,73	49,02	12,01	287,4	1757,5



7-11 лет

Дата: **03.10.2024**

9 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,18	2,95	8,26	1,65	40,7	267,8
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
3/13	Хлеб с маслом и сыром	55	6,05	3,26	8,01	0,33	17,28	167,6
Итого за 'Завтрак'			14,31	6,21	16,29	2	67,82	473,2
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0	1,96	1,96	18,88	101,9
4/9	Плов из мяса кур	180	16,49	13,56	13,39	1,96	34,5	323,4
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68
Итого за 'Обед'			24,81	13,56	21,34	4,75	121,6	769,8
Полдник								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,78	2,12	4,58	0,29	26,52	165,01
3/10	Компот из яблок	200	0,35	0	0,35	0,35	19,94	79,96
-	Хлеб пшеничный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,585
Итого за 'Полдник'			6,12	2,12	5,03	0,74	53,5	278,55
Итого за день			46,04	21,89	43,46	8,29	266,1	1618,9

Согласовано:
 Директор МБОУ, НИЦДС №105
 Закирова Т.В.



Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 г. Нижний Тагил, Афоничев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **04.10.2024**

10 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,46	2,94	6,58	0,65	42,09	251,4
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,197
-	Батон	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,8
Итого за 'Завтрак'			14,23	5,78	11,24	2,17	83,18	481,4
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
1/1	Горошек зеленый	60	1,82	0	2,47	2,47	6,7	50,52
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,86	0	4,72	4,13	12,32	96,514
16/8	Биточки (котлеты) из мяса паровые	60	6,79	6,14	12,93	0,06	3,85	159,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,632
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,59
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,683
Итого за 'Обед'			18,83	6,69	26,02	9,69	93,42	666,24
Полдник								
5/6	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	110	7,61	6,39	6,29	1,21	7,16	110,6
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Печенье	20	1,5	0	1,96	0	15,34	84,452
Итого за 'Полдник'			11,17	6,39	8,47	1,43	46,41	300,02
Итого за день			45,23	18,86	45,93	13,29	243,6	1534,1

Согласовано:
 Директор МБОУ ННЦДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **07.10.2024**

1 день

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,18	2,95	8,26	1,65	40,7	267,8
29/10	Чай с лимоном	205	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
Итого за 'Завтрак'			11,46	3,03	16,73	2,87	72,23	481,29
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
2/2	Борщ со сметаной	200	1,71	0	4,2	4,17	10,17	82,07
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	8,9	8,09	7,46	0,98	5,57	125,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,63
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	40,93	220,7
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,02
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			23,48	8,13	22,67	8,52	110,3	721,25
Полдник								
5/9	Тефтели из мяса кур	70	10,38	9,44	8,71	1,14	6,5	146,1
11/3	Капуста тушеная	150	3,5	0	2,85	3,24	17,35	101,1
23/12	Манник	30	1,96	0,55	2,31	1,5	17	95,083
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
Итого за 'Полдник'			15,92	9,99	13,89	5,9	50,69	380,09
Итого за день			51,86	21,15	53,49	17,29	253,9	1669,1

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

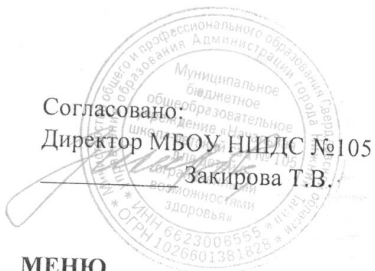


Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 г. Нижний Тагил, Афоничев И.Д.

МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **08.10.2024** 2 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
15/5	Запеканка из творога с рисом	200	28,6	28,3	19,87	4,28	35,89	439,2
-	Повидло	30	0,12	0	0	0	19,8	75,45
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
-	Батон	60	4,62	0	1,8	1,8	31,98	161,7
Итого за 'Завтрак'			33,5	28,38	28,94	6,1	92,75	761,63
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,83	0	3,58	3,58	5,41	53,92
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	0	4,45	4,45	19,45	131,2
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,201
4/8	Плов из мяса свинины	200	13,84	10,88	23,15	8,52	36,71	409,2
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0	0,1	0,1	19,49	74,32
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Обед'			23,5	10,88	31,82	17,2	108,6	799,69
Полдник								
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,197
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	2,99	2,94	6,04	0	8,56	98,128
-	Хлеб витаминизированный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78
Итого за 'Полдник'			7,23	5,78	9,33	0,15	32,38	238,1
Итого за день			65,03	45,04	70,89	24,25	256,9	1896,8



Согласовано
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.



Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **09.10.2024**

3 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,26	3,6	8,74	0,38	40,16	262,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,064
Итого за 'Завтрак'			9,5	3,68	17,21	1,6	71,45	474,36
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,69	0	3,57	3,57	6,57	58,17
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0	1,96	1,96	18,88	101,91
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	13,6	12,73	4,69	0,1	6,42	122,7
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			24,04	13,28	14,47	6,72	90,35	579,23
Полдник								
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,87	2,16	5,99	0,97	25,86	174,76
-	Хлеб витаминизированный	12	0,79	0	0,08	0,08	5,63	26,868
Итого за 'Полдник'			6,66	2,16	6,07	1,05	62,7	326,63
Итого за день			41,2	19,12	37,95	9,37	245,1	1466,7



МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **10.10.2024**

4 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,53	15,9	0	2,54	211,2
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7
13/12	Булочка ванильная	80	6,93	1,52	6,21	0,7	45,2	262,4
Итого за 'Завтрак'			26,99	17,05	24,23	2,82	94,89	700,1
10:00								
-	Яблоки	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
20/2	Суп из овощей со сметаной	180	1,46	0	4,95	4,42	9,35	85,475
12/8	Гуляш из мяса	80	9,28	8,71	21,42	0,07	4,26	246,1
3/4	Каша гречневая вязкая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	23,18	87,6
-	Хлеб витаминизированный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,585
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Обед'			21,79	8,71	33,83	6,79	92,58	735,79
Полдник								
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	70	9,18	8,35	16,12	0,07	5,06	202,45
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	0,03	2,98	0,66	34,11	183,9
30/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Печенье	20	1,5	0	1,96	0	15,34	84,452
Итого за 'Полдник'			16,06	8,38	21,08	0,75	64,35	508,6
Итого за день			65,64	34,14	79,94	11,16	275	2041,9



МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **11.10.2024**

5 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	6,64	2,94	6,36	0,4	36,84	229,2
36/10	Какао с молоком	200	3,64	2,9	3,34	0,6	24,1	134,8
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,81
Итого за 'Завтрак'			15,99	8,47	13,56	2,2	82,26	506,87
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
1/1	Горошек зеленый	60	1,82	0	2,47	2,47	6,7	50,52
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,47	0	2,41	2,41	7,42	54,79
11/8	Печень в молочном соусе	80	11,18	10,85	6,06	2,44	4,14	115,6
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,73
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
-	Хлеб витаминизированный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			22,8	10,88	14,76	8,47	97,63	603,01
Полдник								
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	2	4,68	0,6	29,26	185,88
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
8/12	Сдоба обыкновенная	60	5,37	0,94	3,94	3,64	33,78	191
Итого за 'Полдник'			12,04	2,94	8,62	4,24	94,25	501,88
Итого за день			51,83	22,29	37,14	14,91	294,7	1698,2

Муниципальное бюджетное учреждение
 «МБФУ «Центр профилактики заболеваний и
 охраны здоровья»

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Г.В.



Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **14.10.2024**

6 день

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	250	3,74	3,68	7,55	0	10,7	122,7
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,5	77,79
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
Итого за 'Завтрак'			10,04	6,6	19,21	1,27	41,65	374,35
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,69	0	3,57	3,57	6,57	58,171
29/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,56	1,15	2,93	0,25	13,41	89,074
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	13,6	12,73	4,69	0,1	6,42	122,7
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,75
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,016
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,201
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0	0,3	0,3	10,43	48,345
Итого за 'Обед'			25,99	13,91	15,03	5,1	112,6	676,42
Полдник								
47/3	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами	150	9,94	7,23	7,59	0,89	25,9	209,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
Итого за 'Полдник'			12	7,23	7,81	1,11	49,81	314,37
Итого за день			49,03	27,74	42,25	7,48	224,6	1451,6

Согласовано:
 Директор МБОУ НЦДС №105
 Закирова Т.В.

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

МЕНЮ
 7-11 лет

Дата: **15.10.2024** 7 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	250	9,63	3,6	11,4	3,04	42,71	307,2
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06
-	Батон	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
Итого за 'Завтрак'			15,42	6,23	15,28	4,26	68,98	469,28
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,83	0	3,58	3,58	5,41	53,92
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	1,97	0	4,34	4,33	15,02	104,94
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	8,9	8,09	7,46	0,98	5,57	125,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,632
3/3	Картофельное пюре	160	3,32	0,58	3,91	0,55	23,55	141,42
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352
Итого за 'Обед'			20,6	8,67	21,58	12,02	100,1	662,57
Полдник								
18/7	Тефтели рыбные в соусе	80	8,05	7,08	5,66	1,23	7,61	113,3
42/3	Каша пшеничная рассыпчатая	150	5,07	0	1,46	1,46	29,91	152,5
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66
23/12	Манник	30	1,96	0,55	2,31	1,5	17	95,083
Итого за 'Полдник'			15,2	7,63	9,45	4,21	64,35	399,54
Итого за день			52,02	22,53	47,11	21,29	256,6	1628,8

Согласовано
 Директор МБОУ НЦДС №105
 Закирова Т.В.

МЕНЮ

7-11 лет

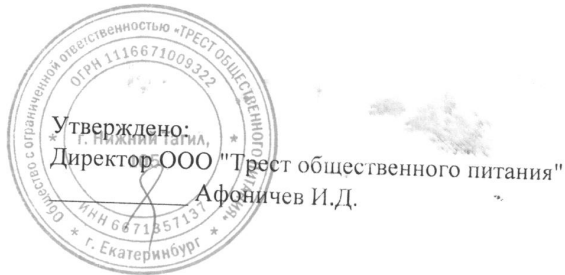


Утверждено:
 г. Директор ООО "Трест общественного питания"
 105
 Афоничев И.Д.

Дата: **16.10.2024**

8 день

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
2/5	Запеканка рисовая с творогом	200	13,4	10,31	10,38	2,6	48,63	341,8
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0	16,65	95,22
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Батон	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7
Итого за 'Завтрак'			21,03	12,47	15,05	4,72	112,4	663,52
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
2/2	Борщ со сметаной	200	1,71	0	4,2	4,17	10,17	82,066
12/8	Гуляш из мяса	80	9,28	8,71	21,42	0,07	4,26	246,1
3/4	Каша гречневая вязкая	160	7,01	0	1,84	1,84	36,77	182,3
6/10	Кисельт из сухофруктов (вариант 2)	200	1,03	0	0,06	0,06	34,88	133,9
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'			22,99	8,71	28,08	6,7	112,7	769,55
Полдник								
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	170	4,25	2,55	5,54	0,44	22,45	155,4
28/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб витаминизированный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78
Итого за 'Полдник'			5,65	2,55	5,69	0,59	41,67	237,98
Итого за день			50,67	23,73	49,02	12,01	287,4	1757,5



МЕНЮ

7-11 лет

Дата: **17.10.2024**

9 день

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,18	2,95	8,26	1,65	40,7	267,8
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,802
3/13	Хлеб с маслом и сыром	55	6,05	3,26	8,01	0,33	17,28	167,6
Итого за 'Завтрак'			14,31	6,21	16,29	2	67,82	473,2
10:00								
-	Фрукты	200	0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Итого за '10:00'			0,8	0	0,8	0,8	23,2	97,36
Обед								
28/3	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,56	0	1,96	1,96	18,88	101,9
4/9	Плов из мяса кур	180	16,49	13,56	13,39	1,96	34,5	323,4
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68
Итого за 'Обед'			24,81	13,56	21,34	4,75	121,6	769,8
Полдник								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,78	2,12	4,58	0,29	26,52	165,01
3/10	Компот из яблок	200	0,35	0	0,35	0,35	19,94	79,96
-	Хлеб пшеничный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,585
Итого за 'Полдник'			6,12	2,12	5,03	0,74	53,5	278,55
Итого за день			46,04	21,89	43,46	8,29	266,1	1618,9

Согласовано:
 Директор МБОУ НШДС №105
 Закирова Т.В.

МЕНЮ

Утверждено:
 Директор ООО "Трест общественного питания"
 Афоничев И.Д.

7-11 лет

Дата: **18.10.2024**

10 день

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	7,46	2,94	6,58	0,65	42,09	251,4
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,197
-	Батон	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,8
Итого за 'Завтрак'			14,23	5,78	11,24	2,17	83,18	481,4
10:00								
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48
Итого за '10:00'			1	0	0,2	0	20,6	86,48
Обед								
1/1	Горошек зеленый	60	1,82	0	2,47	2,47	6,7	50,52
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,86	0	4,72	4,13	12,32	96,514
16/8	Биточки (котлеты) из мяса паровые	60	6,79	6,14	12,93	0,06	3,85	159,2
8/11	Соус красный основной	40	0,39	0	1,48	1,77	2,86	25,632
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,59
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,365
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,683
Итого за 'Обед'			18,83	6,69	26,02	9,69	93,42	666,24
Полдник								
5/6	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	110	7,61	6,39	6,29	1,21	7,16	110,6
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Печенье	20	1,5	0	1,96	0	15,34	84,452
Итого за 'Полдник'			11,17	6,39	8,47	1,43	46,41	300,02
Итого за день			45,23	18,86	45,93	13,29	243,6	1534,1