

**Меню приготавливаемых блюд
для индивидуального диетического питания 1-4 класс**

<i>Неделя</i>	<i>День недели</i>	<i>Прием пищи</i>	<i>Раздел меню</i>	<i>Блюда</i>	<i>Вес блюда, г</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углевод ы</i>	<i>Калори йность</i>	<i>№ рецепт уры</i>
1	1	завтрак	<i>Гор.блюдо</i>	Тефтели мясные с овощами и соусом 90/40	130	7	6,8	14,24	146	279
			<i>Гарнир</i>	Макаронные изделия отварные	180	180	6,38	4,92	39,29	226,8
			<i>Напиток</i>	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0	12,8	52,92	349
			<i>Хлеб</i>	Хлеб Крестьянский витаминизированный	30	2,37	0,29	14,14	70,49	
			<i>Итого</i>		520	189,42	13,47	46,1	308,7	
<i>Неделя</i>	<i>День недели</i>	<i>Прием пищи</i>	<i>Раздел меню</i>	<i>Блюда</i>	<i>Вес блюда, г</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углевод ы</i>	<i>Калори йность</i>	<i>№ рецепт уры</i>
1	2	завтрак	<i>Гор.блюдо</i>	Омлет безмолочный	200	24,13	41,06	3,2	357,33	210
			<i>Гор.напиток</i>	Чай с лимоном	180	0,11	0,018	9,18	36,9	377
			<i>Хлеб</i>	Хлеб Крестьянский витаминизированный	30	2,37	0,29	14,14	70,49	
			<i>Фрукт</i>	Фрукт	100	0	0	10	47	
			<i>Итого</i>		510	26,61	41,368	36,52	511,72	

<i>Неделя</i>	<i>День недели</i>	<i>Прием пищи</i>	<i>Раздел меню</i>	<i>Блюда</i>	<i>Вес блюда, г</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Калорийность</i>	<i>№ рецептуры</i>
<i>1</i>	<i>3</i>	<i>завтрак</i>	<i>Гор.блюдо</i>	Картофель отварной	<i>170</i>	<i>2,9</i>	<i>3,3</i>	<i>23,9</i>	<i>135,5</i>	<i>125</i>
			<i>Гор.блюдо</i>	Голубцы из мяса кур с рисом и соусом 90/30,	<i>120</i>	<i>6,63</i>	<i>7,58</i>	<i>15,61</i>	<i>167,99</i>	<i>287</i>
			<i>Гор.напиток</i>	Чай с сахаром	<i>180</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>18</i>	<i>71,11</i>	<i>376</i>
			<i>Хлеб</i>	Хлеб Крестьянский витаминизированный	<i>30</i>	<i>2,37</i>	<i>0,29</i>	<i>14,14</i>	<i>70,49</i>	
			<i>Итого</i>		<i>500</i>	<i>11,9</i>	<i>11,17</i>	<i>71,65</i>	<i>445,09</i>	
<i>Неделя</i>	<i>День недели</i>	<i>Прием пищи</i>	<i>Раздел меню</i>	<i>Блюда</i>	<i>Вес блюда, г</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Калорийность</i>	<i>№ рецептуры</i>
<i>1</i>	<i>4</i>	<i>завтрак</i>	<i>Гор.блюдо</i>	Рис, припущенный с овощами	<i>160</i>	<i>3,88</i>	<i>4,58</i>	<i>39,11</i>	<i>213,28</i>	<i>305</i>
				Кура отварная	<i>90</i>	<i>21,13</i>	<i>23,24</i>	<i>0,43</i>	<i>57,6</i>	<i>288</i>
			<i>Гор.напиток</i>	Чай с сахаром	<i>180</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>18</i>	<i>71,11</i>	<i>376</i>
				Яйцо отварное	<i>40</i>	<i>5,08</i>	<i>4,6</i>	<i>0,28</i>	<i>63</i>	<i>209</i>
			<i>Хлеб</i>	Хлеб Крестьянский витаминизированный	<i>30</i>	<i>2,37</i>	<i>0,29</i>	<i>14,14</i>	<i>70,49</i>	
			<i>Итого</i>		<i>500</i>	<i>32,46</i>	<i>32,71</i>	<i>71,96</i>	<i>475,48</i>	

<i>Неделя</i>	<i>День недели</i>	<i>Прием пищи</i>	<i>Раздел меню</i>	<i>Блюда</i>	<i>Вес блюда, г</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Калорийность</i>	<i>№ рецептуры</i>
<i>1</i>	<i>5</i>	<i>завтрак</i>	<i>Гор.блюдо</i>	Суфле из мяса кур с рисом	110	14	14	10	222	300
			<i>Гарнир</i>	Рагу из овощей	180	3,65	10,53	16,56	176,04	143
			<i>Гор.напиток</i>	Напиток "Витошка"	180	0	0	16,74	66,6	
			<i>Хлеб</i>	Хлеб Крестьянский витаминизированный	30	2,37	0,29	14,14	70,49	
					500	20,02	24,82	57,44	535,13	
<i>Неделя</i>	<i>День недели</i>	<i>Прием пищи</i>	<i>Раздел меню</i>	<i>Блюда</i>	<i>Вес блюда, г</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>Калорийность</i>	<i>№ рецептуры</i>
<i>2</i>	<i>1</i>	<i>завтрак</i>		Тефтели из мяса с рисом	150	8,75	8,5	17,8	182,5	279
			<i>Гор.блюдо</i>	Макароны отварные	180	6,38	4,92	39,29	226,8	203
			<i>Гор.напиток</i>	Чай с лимоном	180	0,11	0,018	9,18	36,9	377
			<i>Хлеб</i>	Хлеб Крестьянский витаминизированный	30	2,37	0,29	14,14	70,49	
			<i>Итого</i>		540	17,61	13,728	80,41	516,69	

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калори йность	№ рецепт уры
2	4	завтрак	Гор.блю до	Кура отварная	90	21,13	23,24	0,43	57,6	288
				Картофель отварной	150	2,56	2,91	21,09	119,56	125
			Гор.нап иток	Чай с лимоном	180	0,11	0,018	9,18	36,9	377
			Хлеб	Хлеб Крестьянский витаминизированный	30	2,37	0,29	14,14	70,49	
				Фрукт	100	0	0	10	47	
			Итого		550	26,17	26,458	54,84	331,55	
Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калори йность	№ рецепт уры
2	5	завтрак	Гор.блю до	Мясо тушеное	90	9,52	25,35	2,3	274,5	256
				Макаронные изделия отварные	180	6,38	4,92	39,29	226,8	203
			Гор.нап иток	Нектар 1л яблоко	180	0,9	0,09	18,18	82,8	
			Хлеб	Хлеб Крестьянский витаминизированный	30	2,37	0,29	14,14	70,49	
			Выпечк а	Пирожок с картофелем,	75	5,4	6,37	22,2	174,75	406
			Итого		555	24,57	37,02	96,11	829,34	

«Заказчик»

(С.Ю. Рычкова)

«Исполнитель»

(А.Д. Кухнецов)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 327766045235508045123579633876966067016845890545

Владелец Рычкова Светлана Юрьевна

Действителен с 28.09.2023 по 27.09.2024