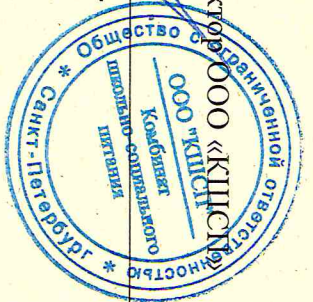


Утверждаю
 Генеральный директор ООО «КШСН»
 Л.И. Александров
 «04» апреля 2022г.



Согласовано
 Директор ГБОУ школа № 463
 Г.Ю. Лулева

«04» апреля 2022г.

**Пикетичное двухнедельное меню
 рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания**

**Учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы				
1 День	Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30	УСП	ТК № 114	
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,4	13,3	30,3	291,00	2012	207	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	6,60	26,50	2012	392	
	Печенье сахарное	20	1,53	1,93	14,87	83,40	ТТК	ТК № 002/21	
	Яблоко свежее	50	0,2	0,4	4,9	22,2	2011	338	
Итого за завтрак:		505	18,28	18,53	66,82	505,40			
Обед	Салат из свежegy отварной с маслом растительным	60	0,85	3,61	4,96	55,68	2015	52	
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,42	4,68	13,89	107,42	2008	91	
	Шницель рубленый запеченный	90	15,59	11,95	9,68	190,13	ТТК	ТК № 129	
	Пюре картофельное	150	3,10	5,40	20,30	141,00	2008	335	
	Кисель из кураги	200	0,70	0,10	37,00	151,00	УСП	ТК № 063	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056		
Итого за обед:		740	24,66	23,95	102,84	723,30			
Итого за 1 день:			42,94	42,48	169,66	1228,70			
2 День									
Завтрак	Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00	2008	2	
	Запеканка рисовая с творогом с молоком стуженным	150/20	10,54	9,17	60,96	368,60	2015	203	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80	УСП	ТК № 066	
	Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00	УСП	ТК № 052	
Итого за завтрак:		510	16,34	17,17	101,56	629,40			

Обед	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,46	ТТК	ТК№003/21
	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, зеленью петрушки	200/10/1	2,50	4,52	6,46	77,54	2008	84
	Коглета рубленая из птицы с соусом молочным	90	9,36	11,88	8,73	182,52	2011	296
	Макаронные отварные	150	5,6	4,8	31,9	194,0	2008	209
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,80	27,10	УСП	ТК № 095
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60	УСП	ТК № 060	
Итого за обед:		866	23,62	24,72	74,47	627,42		
Итого за 2 день:			39,96	41,89	176,03	1256,82		
3 День								
Завтрак	Бутерброд с сыром	15/5/15	4,50	8,70	7,40	131,00	2008	3
	Каша пшениная жидкая	200	7,24	8,92	31,56	236,70	2008	189
	Какао с молоком	200	4,10	6,00	12,60	121,10	УСП	ТК № 079
	Груша свежая	100	0,60	0,50	15,50	70,50	ТТК	ТК№004/21
Итого за завтрак:		535	16,44	24,12	67,06	559,3		
Обед	Винегрет «Морской»	60	1,08	6,06	5,52	80,4	2008	53
	Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей	200/15	6,37	4,07	15,32	123,60	2008	101
	Голубцы ленивые	250	22,06	20,93	31,00	342,19	2012	298
	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	17,00	73,00	ТТК	ТК№005/21
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
	Батон обогащенный микроэлементами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004
Итого за обед:		770	33,11	31,86	89,24	719,69		
Итого за 3 день:			49,55	55,98	156,30	1278,99		
4 День								
Завтрак	Бутерброд с маслом	10/25	1,3	8,6	7,7	132,0	2008	1
	Омлет с сыром, с маслом сливочным	150/5	17,45	27,10	2,51	325,06	2012	216
	Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57	2012	393
	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40	2011	338
Итого за завтрак:		500	19,24	36,11	29,45	540,03		
Обед	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,11	3,63	10,84	80,40	2015	51
	Суп картофельный с горохом и грибами	200/20	5,99	4,52	23,33	156,67	2012	81
	Тфтели 1-й вариант	110	18,09	11,53	9,71	214,50	ТТК	ТК № 128
	Макаронные изделия отварные	150	5,43	4,66	30,94	188,18	2008	209
	Сок фруктовый /апельсиновый/	200	1,00	0,20	19,17	92,00	2008	442
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
Батон обогащенный микроэлементами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004	
Итого за обед:		785	34,72	25,24	114,39	832,25		
Итого за 4 день:			53,96	61,35	143,84	1372,28		

5 День	Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30	УСП	ТК №114	
	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	200	6,60	9,73	24,40	210,80	2008	189	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	6,60	26,50	2012	392	
	Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00	УСП	ТК № 052	
Итого за завтрак:		535	11,55	12,83	48,65	357,6			
Обед	Салат из соленых огурцов с луком зеленым	60	1,62	3,06	1,56	40,2	2008	20	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5,08	6,20	9,77	115,86	2008	76	
	Коглета льодительская рыбная	90	14,76	5,94	5,40	135,00	2008	241	
	Картофель отварной	150	2,88	0,58	22,77	108,10	2008	123	
	Компот из изюма	200	0,50	0,10	28,10	116,00	2008	401	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
	Батон обогащенный микроутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004	
	Итого за обед:		755	27,94	16,58	88	615,66		
	Итого за 5 день:			39,49	29,41	136,65	973,26		
	6 День								
Завтрак	Бутерброд с сыром	15/5/15	4,50	8,70	7,40	131,00	2008	3	
	Пудинг из творога (запеченный)	130	20,40	14,60	31,90	344,80	2012	235	
	Соус молочный (сладкий) для подачи к блинцу	50	0,90	2,30	6,51	50,10	2008	367	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80	УСП	ТК № 066	
	Апельсин свежий	100	0,93	0,2	8,13	43,00	ТТК	ТК№006/21	
	Сдоба обыкновенная	75	5,40	3,15	39,90	211,50	2008	464	
	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60	УСП	ТК № 060	
	Итого за завтрак:		715	39,43	35,55	110,54	941,80		
	Обед	Салат из свежих помидоров с луком зеленым	60	0,65	3,66	2,04	44,22	2012	14
		Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2,42	4,68	13,89	107,42	2008	91
Печень по-строгановски		90	12,24	8,91	3,24	162,45	2015	255	
Пюре картофельное		150	3,06	4,80	20,44	137,25	2015	312	
Сок фруктовый /яблочный/		200	1,00	0,20	19,17	92,00	2008	442	
Печенье овсяное		30	1,92	4,20	20,88	127,14	ТТК	ТК№007/21	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056		
Итого за обед:		845	23,29	26,75	92,36	731,68			
Итого за 6 день:			62,72	62,30	202,90	1673,48			
7 День									
Завтрак	Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00	2008	2	
	Омлет натуральный	150	14,42	23,80	2,72	282,88	2008	214	
	Какао с молоком	200	4,10	6,00	12,60	121,10	УСП	ТК № 079	
	Яблоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28	2011	338	
Итого за завтрак:		510	20,20	34,58	49,08	589,26			
Обед									
Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,8	2008	51		

	Суп картофельный с зеленью петрушки	200/1	6,80	2,90	15,70	116,00	2008	92
	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	90/5	16,06	12,26	14,68	233,18	2008	314
	Капуста тушеная (из свежей)	150	3,80	4,30	9,80	93,00	2008	346
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,80	27,10	УСП	ТК № 095
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
	Батон обогащенный микроэлементами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004
Итого за обед:		751	30,6	26,22	71,34	643,58		
Итого за 7 день:			50,8	60,8	120,42	1232,84		
8 День								
	Бутерброд с сыром	15/5/25	4,70	8,90	7,60	153,00	2008	3
	Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	200/10	8,76	9,28	34,74	299,84	2008	184
	Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57	2012	393
	Зефир	35	3,5	1,17	49,00	224,00	ТТК	ТК№008/21
Итого за завтрак:		500	16,85	19,16	100,58	693,41		
	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,50	8,40	ТТК	ТК№009/21
	Суп из овощей со сметаной	200/10	2,65	4,86	8,51	88,80	2008	95
	Тфтели 1-й вариант	110	8,13	9,01	10,72	157,00	2015	278
	Картофель отварной	150	3,00	0,60	23,76	112,80	2008	123
	Компот из свежих яблок	200	0,00	0,00	6,80	27,10	УСП	ТК№076
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
	Батон обогащенный микроэлементами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004
Итого за обед:		775	17,36	15,23	71,69	494,60		
Итого за 8 день:			34,21	34,39	172,27	1188,01		
9 День								
	Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30	УСП	ТК №114
	Пудинг из творога (запеченный)	150	23,50	16,90	36,80	397,80	2012	235
	Чай с вареньем	200	0,10	0,00	7,40	29,10	УСП	ТК № 126
	Апельсин свежий	120	1,12	0,24	9,76	51,6	ТТК	ТК№009/21
Итого за завтрак:		505	28,77	20,04	64,11	560,80		
	Салат из моркови и яблок	60	0,52	3,13	4,68	49,20	2012	40
	Ши по-уральски со сметаной	200/10	2,58	4,52	5,82	74,31	2008	87
	Плов из птицы	250	25,88	9,06	41,75	352,56	2012	304
	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	17,00	73,00	ТТК	ТК№005/21
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
Итого за обед:		750	31,48	17,11	81,95	610,27		
Итого за 9 день:			60,25	37,15	146,06	1171,07		
10 День								
	Бутерброд с маслом	10/15	1,10	8,40	7,50	110,00	2008	1
	Каша «Дружба»	150	4,65	7,50	19,50	168,00	2008	190
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	60,00	2008	430
	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00	УСП	ТК №096
Итого за завтрак:		575	8,95	16,9	84,00	530,00		

Обед	Салат из квашенной капусты с луком зеленым	60	0,96	3,07	4,63	49,90	2008	40	
	Суп картофельный с горохом и грибами	200/20	5,99	4,52	23,33	156,67	2012	81	
	Фрикадельки в соусе сметанном	90	13,27	7,44	7,92	157,50	ТТК	ТК № 127	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00	2008	323	
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	7,30	32,30	УСП	ТК №081	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
	Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004	
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60	УСП	ТК № 060		
Итого за обед:		890	30,52	23,43	106,88	773,47			
Итого за 10 день:			39,47	40,33	190,88	1303,47			
11 День									
Завтрак	Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00	2008	2	
	Макаронны с сыром	150	7,10	15,90	27,10	281,00	2008	210	
	Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57	2012	393	
	Яблоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28	2011	338	
	Итого за завтрак:		520	8,87	20,69	70,30	504,85		
	Салат из квашенной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,8	2008	40	
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200/10	3,96	4,69	12,60	108,23	2008	79	
Обед	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	90/5	13,63	8,04	9,31	163,50	2015	274	
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	2015	312	
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,00	УСП	ТК № 102	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
	Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004	
	Итого за обед:		760	25,41	21,59	91,77	662,28		
	Итого за 11 день:			34,28	42,28	162,07	1167,13		
12 День									
Итого за завтрак:	Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30	УСП	ТК №114	
	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/30	26,31	18,08	25,73	370,50	2012	237	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80	УСП	ТК № 066	
	Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00	УСП	ТК № 052	
	Итого за завтрак:		515	34,96	24,68	54,48	581,60		
	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,46	ТТК	ТК№003/21	
	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, зеленью петрушки	200/10/1	2,50	4,52	6,46	77,54	2008	84	
Итого за обед:	Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	240	19,86	19,48	43,87	430,82	2008	299	
	Соус сметанный	30	0,42	1,20	1,92	20,40	2008	371	
	Сок фруктовый /яблочный/	200	1,00	0,20	19,17	92,00	2008	442	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
	Ватрушка с повидлом	50	3,10	1,70	31,70	153,80	2008	453	
	Итого за обед:		821	29,54	27,52	118,10	850,22		
	Итого за 12 день:			64,50	52,20	172,58	1431,82		

Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности

	Дни	Б,г	Ж,г	У,г	Э.П.,ккал	Норма
Всего за 1 день:		42,94	42,48	169,66	1211,83	
Всего за 2 день:		39,96	41,89	176,03	1256,82	
Всего за 3 день:		49,55	55,98	156,30	1278,99	
Всего за 4 день:		53,96	61,35	143,84	1372,28	
Всего за 5 день:		39,49	29,41	136,65	973,26	
Всего за 6 день:		62,72	62,30	202,90	1673,48	
	ИТОГО:	288,62	293,41	985,38	7766,66	
	В среднем за 1 день:	48,1	48,90	164,23	1294,44	1175,0-1410,0
Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности		14,86%	34,08%	50,75%		
Всего за 7 день:		50,80	60,8	120,42	1232,84	
Всего за 8 день:		34,21	34,39	172,27	1188,01	
Всего за 9 день:		60,25	37,15	146,06	1171,07	
Всего за 10 день:		39,47	40,33	190,88	1303,47	
Всего за 11 день:		34,28	42,28	162,07	1167,13	
Всего за 12 день:		64,50	52,20	172,58	1431,82	
	ИТОГО:	283,51	267,15	964,28	7494,34	
	В среднем за 1 день:	47,25	44,52	160,71	1249,06	
	В среднем за 12 дней:	47,67	46,71	162,47	1271,75	1175,0-1410,0
Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности		14,99%	33,05%	51,1%		

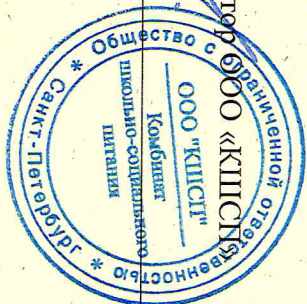
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Москва, Дели принт, 2012, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008., под редакцией Куткиной М.Н.

- В соответствии с Федеральным законодательством заказчик имеет право в случае необходимости при исполнении контракта производить замену отдельных видов пищевой продукции, а так же сезонных овощей и фруктов, применяя данные таблицы замены пищевой продукции Приложения № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Утверждено
 Генеральный директор ООО «КПСН»
 Д.И. Александров
 «04» апреля 2022г.



Согласовано
 Директор ГБОУ школа № 463
 Г.Ю. Дунева

«04» апреля 2022г.

**Циклическое двухнедельное меню
 рациона горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания
 учащимся в возрасте 12-18 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**

с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетич еская ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30	УСП	ТК № 114	
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,4	13,3	30,3	291,00	2012	207	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	6,60	26,50	2012	392	
	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,8	47,00	ТТК	ТК№001/21	
	Печенье сахарное	20	1,53	1,93	14,87	83,40	ТТК	ТК№002/21	
Итого за завтрак:		555	18,48	18,53	71,72	530,20			
Обед	Салат из свежеты отварной с маслом растительным	100	1,42	6,02	8,27	92,80	2015	52	
	Рассолюник ленинградский со сметаной	250/10	3,00	5,80	17,20	133,00	2008	91	
	Шницель рубленый из индейки запеченный	100	17,32	10,96	15,54	230	ТТК	ТК№129	
	Пюре картофельное	180	3,72	6,48	24,36	169,20	2008	335	
	Кисель из кураги	200	0,70	0,10	37,00	151,00	УСП	ТК № 063	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056		
Итого за обед:		870	28,16	29,66	115,07	837,20			
Итого за 1 день:			46,64	48,19	186,79	1367,40			
2 День									
Завтрак	Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00	2008	2	
	Залецанка рисовая с творогом с молоком сгущенным	200/20	13,93	11,73	77,69	472,60	2015	203	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80	УСП	ТК № 066	
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	УСП	ТК № 052	

Итого за завтрак:																							
	Помидор свежий	560	19,73	19,73 *	118,29	733,40																	
	Пи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, зеленью петрушки	100	1,10	0,20	3,80	24,10															УСП	ТК №055	
		250/10/1	3,10	5,60	8,00	96,00																2008	84
Обед	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	100	10,40	13,20	9,70	202,80																2011	296
	Макаронны отварные	180	6,72	5,76	38,28	232,80																2008	209
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,80	27,10																УСП	ТК № 095
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20																УСП	ТК № 056
	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60																УСП	ТК № 060
Итого за обед:		996	26,82	28,16	84,88	714,60																	
Итого за 2 день:			46,55	47,89	203,17	1448,00																	
3 День																							
	Бутерброд с сыром	15/5/25	4,7	8,9	7,6	153,00																2008	3
	Каша пшениная жидкая	200/5	7,44	9,12	31,76	242,62																2008	189
Завтрак	Какао с молоком	200	4,10	6,00	12,60	121,10																УСП	ТК № 079
	Груша свежая	100	0,60	0,50	15,50	70,50																ТТК	ТК№004/21
Итого за завтрак:		550	16,87	24,52	67,46	587,22																2008	53
	Винегрет «Морской»	100	1,80	10,10	9,20	134,00																2008	53
	Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей	250/15	7,17	4,63	19,12	147,00																2008	101
	Голубцы ленивые	280	24,71	23,44	34,72	383,25																2012	298
Обед	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	17,00	73,00																ТТК	ТК№005/21
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20																УСП	ТК № 056
	Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30																УСП	ТК № 004
Итого за обед:		890	37,28	38,97	100,44	837,75																	
Итого за 3 день:			54,15	63,49	167,90	1427,97																	
4 День																							
	Бутерброд с маслом	10/25	1,30	8,60	7,70	132,00																2008	1
	Омлет с сыром, с маслом сливочным	200/5	23,14	35,96	3,34	431,37																2012	216
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57																2012	393
	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40																2011	338
Итого за завтрак:		550	24,93	44,97	30,28	646,34																	
	Салат из свежклз с курагой и изюмом	100	1,85	6,04	18,06	134,00																2015	51
Обед	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	7,35	4,88	25,20	169,20																2012	81
	Тертели 1-й вариант	110	18,09	11,53	9,71	214,5																ТТК	ТК № 128
	Макаронные изделия отварные	180	6,50	5,57	37,05	225,29																2008	209

	Сок фруктовый /апельсиновый/	200	1,00	0,20	19,17	92,00	2008	442	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
	Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004	
	Итого за обед:	905	37,89	28,92	129,59	935,49			
Итого за 4 день:		62,82	73,89	159,87	1581,83				
5 День									
Завтрак	Бутерброд с яйцом	20/25	4,25	3,1	10,35	104,3	УСП	ТК №114	
	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	200/5	6,80	9,93	24,60	216,07	2008	189	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	6,60	26,50	2012	392	
	Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00	УСП	ТК № 052	
Итого за завтрак:	550	11,95	13,23	49,05	384,87				
Обед	Салат из соевых огуринов с луком зеленым	100	2,70	5,10	2,60	67,00	2008	20	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	3,20	5,60	12,10	112,00	2008	76	
	Котлета лобительская рыбная	100	13,60	3,60	6,00	110,00	2008	241	
	Картофель отварной	180	3,46	6,37	27,42		2008	123	
	Компот из изюма	200	0,50	0,10	28,10	116,00	2008	401	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
	Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004	
	Итого за обед:	885	26,56	21,47	96,62	635,22			
	Итого за 5 день:		38,51	34,70	145,67	1020,09			
	6 День								
Завтрак	Бутерброд с сыром	15/5/15	4,50	8,70	7,40	131,00	2008	3	
	Пудинг из творога (запеченный)	180	28,25	20,22	44,17	477,42	2012	235	
	Соус молочный (сладкий) для подачи к блинцу	50	0,90	2,30	6,51	50,10	2008	367	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80	УСП	ТК № 066	
	Апельсин свежий	150	1,39	0,3	12,19	64,50	ТТК	ТК№010/21	
	Сдоба обыкновенная	75	5,40	3,15	39,90	211,50	2008	464	
	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60	УСП	ТК № 060	
	Итого за завтрак:	815	47,75	41,27	126,88	1095,92			
	Обед	Салат из свежих помидоров с луком зеленым	100	1,09	6,10	3,40	73,70	2012	14
		Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,00	5,80	17,20	133,00	2008	91
Печень по-строгановски		100	13,60	9,90	3,60	180,50	2015	255	
Пюре картофельное		180	3,67	5,76	24,53	164,70	2015	312	
Сок фруктовый /яблочный/		200	1,00	0,20	19,17	92,00	2008	442	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056	
Печенье овсяное		30	1,92	4,20	20,88	127,14	ТТК	ТК№007/21	
Итого за обед:	900	26,28	32,26	101,48	832,24				

Итого за 6 день:									
7 День									
Завтрак									
	Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00	2008		2
	Омлет натуральный	200	19,27	31,82	3,64	378,18	2008		214
	Какао с молоком	200	4,10	6,00	12,60	121,10	УСП		ТК № 079
	Яблоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28	2011		338
Итого за завтрак:									
		560	25,05	42,60	50,00	684,56			
Обед									
	Винегрет овощной	100	1,4	10,1	6,6	123,00	2008		51
	Суп картофельный с зеленью петрушки	250/1	3,60	2,86	19,20	117,00	2008		92
	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/5	18,60	14,20	17,00	270,00	2008		314
	Капуста тушеная (из свежей)	180	4,56	5,16	11,76	111,60	2008		346
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,80	27,10	УСП		ТК № 095
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП		ТК № 056
	Батон обогащенный микроэлементами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП		ТК № 004
Итого за обед:									
		881	31,26	33,02	81,76	749,20			
Итого за 7 день:									
8 День									
Завтрак									
	Бутерброд с сыром	20/5/20	5,79	11,19	9,51	168,43	2008		3
	Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	250/10	10,65	11,51	43,10	371,96	2008		184
	Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57	2012		393
	Зефир	35	3,5	1,17	49,00	224,00	ТТК		ТК№008/21
Итого за завтрак:									
		550	20,03	23,88	111,05	802,96			
Обед									
	Огулец свежий	100	0,80	0,10	2,50	14,00	УСП		ТК № 103
	Суп из овощей со сметаной	250/10	3,00	4,20	10,20	91,00	2008		95
	Тефтели 1-й вариант	110	8,13	9,01	10,72	157,00	2015		278
	Картофель отварной	180	3,60	0,72	28,51	135,36	2008		123
	Компот из свежих яблок	200	0,00	0,00	6,80	27,10	УСП		ТК№076
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП		ТК № 056
	Батон обогащенный микроэлементами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП		ТК № 004
Итого за обед:									
		895	18,63	14,73	79,13	524,96			
Итого за 8 день:									
9 День									
Завтрак									
	Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30	УСП		ТК №114
	Пудинг из творога (запеченный)	200	31,33	22,53	49,07	529,44	2012		235
	Чай с вареньем	200	0,10	0,00	7,40	29,10	УСП		ТК № 126
	Апельсин свежий	120	1,12	0,24	9,76	51,6	ТТК		ТК№009/21
Итого за завтрак:									
		555	36,60	25,67	76,38	692,44			

Обед	Салат из моркови и яблок	100	0,86	5,22	7,80	82,00	2012	40
	Пи по-уральски со сметаной	250/10	3,20	5,60	7,20	92,00	2008	87
	Плов из птицы	280	28,98	10,15	46,76	394,87	2012	304
	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	17,00	73,00	ТТК	ТКС№005/21
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
Итого за обед:	870	35,54	21,37	91,46	703,07			
Итого за 9 день:		72,14	47,04	167,84	1395,51			
10 День								
Завтрак	Бутерброд с маслом	10/15	1,10	8,40	7,50	110,00	2008	1
	Каша «Дружба»	200	6,20	10,00	26,80	224,00	2008	190
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	60,00	2008	430
	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00	УСП	ТК №096
	Итого за завтрак:	625	10,5	19,4	91,30	586,00		
Обед	Салат из квашенной капусты с луком зеленым	100	1,60	5,11	7,72	83,17	2008	40
	Суп картофельный с горохом и грибами	250/20	7,35	5,54	28,63	192,28	2012	81
	Фрикадельки в соусе сметанном	100	14,75	8,27	8,80	175,00	ТТК	ТК №127
	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,32	5,52	45,24	247,20	2008	323
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	7,30	32,30	УСП	ТК №081
Итого за обед:	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
	Батон обогащенный микроутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004
	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60	УСП	ТК № 060
	Итого за 10 день:	1020	34,72	28,24	123,69	901,05		
	Итого за 11 День:		45,22	47,64	214,99	1487,05		
Завтрак	Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00	2008	2
	Макаронны с сыром	200	9,47	21,2	36,13	374,67	2008	210
	Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57	2012	393
	Яблоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28	2011	338
	Итого за завтрак:	570	11,24	25,99	79,33	598,52		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00	2008	40
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/10	4,90	5,80	15,60	134,00	2008	79
	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	100/5	15,06	8,89	10,29	180,71	2015	274
	Проце картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,70	2015	312
	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,00	УСП	ТК № 102
Итого за обед:	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20	УСП	ТК № 056
	Батон обогащенный микроутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30	УСП	ТК № 004
	Итого за 11 день:	890	29,03	26,55	102,92	765,91		
	Итого за 11 день:		40,27	52,54	182,25	1364,43		

12 День											
		Бутерброд с яйцом	20/15	4,05	2,90	10,15	82,30		УСП	ТК №114	
		Запеканка из творога с молоком ступенным	200/30	33,62	23,10	32,88	473,42		2012	237	
		Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80		УСП	ТК № 066	
		Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00		УСП	ТК № 052	
		Итого за завтрак:	565	42,27	29,70	61,63	684,52				
		Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	24,10		УСП	ТК№ 055	
		Щи из свежей капусты с картофелем,со, сметаной, зеленью петрушки	250/10/1	3,10	5,60	8,00	96,00		2008	84	
		Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	250	20,69	20,29	45,70	448,77		2008	299	
		Соус сметанный	30	0,42	1,20	1,92	20,40		2008	371	
		Сок фруктовый /яблочный/	200	1,00	0,20	19,17	92,00		2008	442	
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	2,00	0,30	12,70	61,20		УСП	ТК № 056	
		Ватрушка с повидлом	50	3,10	1,70	31,70	153,80		2008	453	
		Итого за обед:	921	31,41	29,49	122,99	896,27				
		Итого за 12 день:		73,68	59,19	184,62	1580,79				

Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности

	Дни		Б,г	Ж,г	У,г	Э.Д.,ккал	Норма
Всего за 1 день:			46,64	48,19	186,79	1367,40	
Всего за 2 день:			46,55	47,89	203,17	1448,00	
Всего за 3 день:			54,15	63,49	167,90	1427,97	
Всего за 4 день:			62,82	73,89	159,87	1581,83	
Всего за 5 день:			38,51	34,70	145,67	1020,09	
Всего за 6 день:			74,03	73,53	228,36	1928,16	
		ИТОГО:	322,70	341,69	1091,76	8773,45	
		В среднем за 1 день:	53,78	56,95	181,96	1462,24	1360,00-1632,00
Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности			14,94%	35,09%	50,02%		
Всего за 7 день:			56,03	75,62	131,76	1433,76	
Всего за 8 день:			38,66	38,61	190,18	1327,92	
Всего за 9 день:			72,14	47,04	167,84	1395,51	
Всего за 10 день:			45,22	47,64	214,99	1487,05	
Всего за 11 день:			40,27	52,54	182,25	1364,43	
Всего за 12 день:			73,68	59,19	184,62	1580,79	
		ИТОГО:	326,00	320,64	1071,64	8589,46	
		В среднем за день:	54,33	53,44	178,61	1431,58	
		В среднем за 12 дней:	54,05	55,20	180,28	1446,91	

Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности

15,10%	35,7%	50,8%		
---------------	--------------	--------------	--	--

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, ДеЛи принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Москва, ДеЛи принт, 2012, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.

- В соответствии с федеральным законодательством заказчик имеет право в случае необходимости при исполнении контракта производить замену отгеленных видов пищевой продукции, а так же сезонных овощей и фруктов, применяя данные таблицы замены пищевой продукции Приложения № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».