

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория 7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая с маслом	200/10	6,8	3,3	38,8	215,2	<b>173</b>	200/10	6,8	3,3	38,8	215,2
	Масло сливочное	20	0,12	16,4	0,12	149,2	<b>14</b>	20	0,12	16,4	0,12	149,2
	Чай б/с	200	0,2	0	0	4	<b>376</b>	200	0,2	0	0	4
	Фрукт (яблоко зелёное)	50	0,1	0,15	4,9	23,5		100	0,2	0,3	9,8	47
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		50	5,4	1,8	20,13	133
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>11,54</b>	<b>21,29</b>	<b>59,92</b>	<b>498,3</b>		<b>580</b>	<b>12,72</b>	<b>21,8</b>	<b>68,85</b>	<b>548,4</b>
<b>Обед</b>	Икра морковная	60	1,3	4,1	8,3	75	<b>70</b>	100	2,1	6,8	13,8	125
	Суп картофельный с бобовыми	250	4,9	5,33	19,23	144,43	<b>102</b>	300	5,88	6,4	23,08	137,32
	Курица отварная	90	21,13	23,24	0,43	295,2	<b>288</b>	100	23,5	25,82	0,48	328
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	7,8	44,6	288	<b>302</b>	180	10,32	9,36	53,51	345,6
	Напиток из изюма б/с	200	0,6	0	15,4	64	<b>349</b>	200	0,6	0	15,4	64
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>43,91</b>	<b>42,63</b>	<b>118,18</b>	<b>1051,63</b>		<b>960</b>	<b>49,78</b>	<b>50,54</b>	<b>136,49</b>	<b>1184,92</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>55,45</b>	<b>63,92</b>	<b>178,1</b>	<b>1549,93</b>			<b>62,5</b>	<b>72,34</b>	<b>205,34</b>	<b>1733,32</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 2</b>												
	Запеканка из творога б/с	150	23,4	18,12	7,5	288,75	<b>223</b>	170	26,5	20,54	8,5	327,25
	Бутерброд с сыром	50	15,31	14,04	66,79	438,17	<b>3</b>	50	15,31	14,04	66,79	438,17
	Чай б/с с лимоном	207	0,3	0,2	0,4	5	<b>377</b>	207	0,3	0,2	0,4	5
	Фрукт (яблоко зелёное)	100	0,2	0,3	9,8	47		130	0,26	0,39	12,74	61,1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>507</b>	<b>39,21</b>	<b>32,66</b>	<b>84,49</b>	<b>778,92</b>		<b>557</b>	<b>42,37</b>	<b>35,17</b>	<b>88,43</b>	<b>831,52</b>
	Суп "Харчо"	200	3,976	4,952	17,04	122,272	<b>101</b>	250	4,97	6,19	21,3	152,84
	Котлета из птицы с соусом сметанным	140	13,78	12,64	12,65	220,28	<b>295/330</b>	150	15,4	14,1	14,3	245,4
	Перловка отварная	150	6	8	43	220	<b>171</b>	180	5,57	9,35	39,49	264
	Сок томатный	200	1	0,2	20,2	86,6		200	1	0,2	20,2	86,6
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>880</b>	<b>32,136</b>	<b>27,952</b>	<b>123,11</b>	<b>834,152</b>		<b>1010</b>	<b>34,32</b>	<b>32</b>	<b>125,51</b>	<b>933,84</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>71,346</b>	<b>60,612</b>	<b>207,6</b>	<b>1613,072</b>			<b>76,69</b>	<b>67,17</b>	<b>213,94</b>	<b>1765,36</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 3</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша молочная (пшеничная) с маслом	200/10	6,6	7	28,8	227,36	<b>173</b>	200/10	6,6	7	28,8	227,36
	Чай б/с	200	0,2	0	0	4	<b>376</b>	200	0,2	0	0	4
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		50	5,4	1,8	20,13	133
	Масло сливочное	20	0,12	16,4	0,12	149,2	<b>14</b>	20	0,12	16,4	0,12	149,2
	Фрукт(яблоко зел.)	50	0,125	0,06	5,69	28,5		100	0,25	0,12	11,38	57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>11,365</b>	<b>24,9</b>	<b>50,71</b>	<b>515,46</b>		<b>580</b>	<b>12,57</b>	<b>25,32</b>	<b>60,43</b>	<b>570,56</b>
<b>Обед</b>	Икра свекольная	60	1,4	4,1	9,2	79	<b>54</b>	100	2,3	6,8	15,4	132
	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	1,83	4,9	11,75	98,4	<b>82</b>	300	2,2	5,88	14,1	118,08
	Тефтели рыбные	90	6,6	4,65	9,35	274	<b>239</b>	100	7,3	5,2	10,4	304,44
	Картофель отварной	150	4	7,15	34,4	165	<b>312</b>	180	4,8	8,6	41,3	198
	Напиток из свежих ягод б/с	200	0,6	0	29	111,2	<b>342</b>	200	0,6	0	29	111,2
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>21,81</b>	<b>22,96</b>	<b>123,92</b>	<b>912,6</b>		<b>960</b>	<b>24,58</b>	<b>28,64</b>	<b>140,42</b>	<b>1048,72</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>33,175</b>	<b>47,86</b>	<b>174,63</b>	<b>1428,06</b>			<b>37,15</b>	<b>53,96</b>	<b>200,85</b>	<b>1619,28</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 4</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный с маслом	150	13,22	25,5	2,54	293	<b>210</b>	200	17,6	34	3,39	390,7
	Кофейный напиток б/с	200	3,2	2	0	127,4	<b>380</b>	200	3,2	2	0	127,4
	Фрукт(яблоко зел.)	50	0,125	0,06	5,69	28,5		100	0,25	0,12	11,38	57
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		50	5,4	1,8	20,13	133
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>20,865</b>	<b>29</b>	<b>24,33</b>	<b>555,3</b>		<b>560</b>	<b>26,45</b>	<b>37,92</b>	<b>34,9</b>	<b>708,1</b>
	Суп картофельный с овсян.хлопьями	250	2,73	2,8	20,45	117,9	<b>103</b>	300	3,28	3,36	24,54	141,48
	Биточки из птицы	90	13,68	12,24	12,15	231,48	<b>295</b>	100	15,75	13,6	13,5	237,2
	Капуста тушеная	150	5,4	5	34,8	211,95	<b>309</b>	180	6,48	6	41,76	254,34
	Напиток из шиповника б/с	200	0,6	0	15,4	64	<b>388</b>	200	0,6	0	15,4	64
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>29,79</b>	<b>22,2</b>	<b>113,02</b>	<b>810,33</b>		<b>960</b>	<b>33,49</b>	<b>25,12</b>	<b>125,42</b>	<b>882,02</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>50,655</b>	<b>51,2</b>	<b>137,35</b>	<b>1365,63</b>			<b>59,94</b>	<b>63,04</b>	<b>160,32</b>	<b>1590,12</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 5</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша молочная (кукурузная) с маслом	210	7,7	12	37,4	188,5	<b>174</b>	260	9,62	15	46,75	235,62
	Чай б/с	200	0,2	0	0	4	<b>376</b>	200	0,2	0	0	4
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		50	5,4	1,8	20,13	133
	Сыр порционно	30	4	4,2	0	162	15	30	4	4,2	0	162
	Фрукт(яблоко зел.)	100	0,25	0,12	11,38	57		100	0,25	0,12	11,38	57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>16,47</b>	<b>17,76</b>	<b>64,88</b>	<b>517,9</b>		<b>580</b>	<b>19,47</b>	<b>21,12</b>	<b>78,26</b>	<b>591,62</b>
<b>Обед</b>	Икра овощная	60	0,78	2,48	4,4	42	<b>56</b>	100	1,3	4,1	7,3	70
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	2,2	5,2	15,58	117,9	<b>96</b>	300	2,64	6,24	18,7	141,48
	Печень "по-строгановски"	50/50	13,26	11,23	3,52	185	<b>261</b>	50/50	13,26	11,23	3,52	185
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	7,8	44,6	288	<b>302</b>	180	10,32	9,36	53,51	345,6
	Напиток из свежих ягод б/с	200	0,6	0	29	111,2	<b>342</b>	200	0,6	0	29	111,2
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>840</b>	<b>32,82</b>	<b>28,87</b>	<b>127,32</b>	<b>929,1</b>		<b>960</b>	<b>35,5</b>	<b>33,09</b>	<b>142,25</b>	<b>1038,28</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>49,29</b>	<b>46,63</b>	<b>192,2</b>	<b>1447</b>			<b>54,97</b>	<b>54,21</b>	<b>220,51</b>	<b>1629,9</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 2</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 1</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая с маслом	200/10	6,09	9,4	26	217	<b>183</b>	250/10	7,61	11,75	32,5	271,25
	Чай б/с	200	0,2	0	0	4	<b>376</b>	200	0,2	0	0	4
	Бутерброд с сыром	25/25	15,31	14,04	66,79	438,17	<b>3</b>	25/25	15,31	14,04	66,79	438,17
	Яйцо отварное	50	6,3	5,7	0,3	78,7	<b>209</b>	50	6,3	5,7	0,3	78,7
<b>Итого за завтрак</b>	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>27,9</b>	<b>29,14</b>	<b>93,09</b>	<b>737,87</b>		<b>560</b>	<b>29,42</b>	<b>31,49</b>	<b>99,59</b>	<b>792,12</b>
<b>Обед</b>	Икра морковная	60	1,3	4,1	8,3	75	<b>54</b>	100	2,1	6,8	13,8	125
	Суп картофельный с бобовыми	250	4,9	5,33	19,23	144,43	<b>102</b>	300	5,88	6,4	23,08	173,32
	Картофель по-домашнему	230	14,72	32,27	35,37	340,2	<b>265</b>	250	16	35,07	38,44	369,78
	Компот из изюма б/с	200	0,6	0	29	111,2	<b>348</b>	200	0,6	0	29	111,2
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>820</b>	<b>28,9</b>	<b>43,86</b>	<b>122,12</b>	<b>855,83</b>		<b>930</b>	<b>31,96</b>	<b>50,43</b>	<b>134,54</b>	<b>964,3</b>
<b>Итого за день</b>			<b>56,8</b>	<b>73</b>	<b>215,21</b>	<b>1593,7</b>			<b>61,38</b>	<b>81,92</b>	<b>234,13</b>	<b>1756,42</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 2</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 2</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Сыр порционно	20	4,64	5,9	0	71,66	<b>15</b>	20	4,64	5,9	0	71,66
	Каша молочная (дружба) с маслом	200/10	6,2	9,6	27	232,8	<b>182</b>	200/10	6,2	9,6	27	232,8
	Чай б/с	200	0,2	0	0	4	<b>376</b>	200	0,2	0	0	4
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		40	4,32	1,44	16,1	106,4
	Фрукт(яблоко зел.)	50	0,125	0,06	5,69	28,5		100	0,25	0,12	11,38	57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>15,485</b>	<b>17</b>	<b>48,79</b>	<b>443,36</b>		<b>570</b>	<b>15,61</b>	<b>17,06</b>	<b>54,48</b>	<b>471,86</b>
<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,8	4,98	8,13	84,48	<b>87</b>	300	2,16	5,98	9,76	101,38
	Котлета из птицы с соусом сметанным	140	13,78	12,64	12,65	220,28	<b>295/330</b>	150	15,4	14,1	14,3	322,8
	Капуста тушенная	150	5,4	5	34,8	211,95	<b>309</b>	180	6,48	6	41,76	254,34
	Сок томатный	200	1	0,2	20,2	86,6		200	1	0,2	20,2	86,6
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>880</b>	<b>29,36</b>	<b>24,98</b>	<b>106</b>	<b>788,31</b>		<b>1010</b>	<b>32,42</b>	<b>28,44</b>	<b>116,24</b>	<b>950,12</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>44,845</b>	<b>41,98</b>	<b>154,79</b>	<b>1231,67</b>			<b>48,03</b>	<b>45,5</b>	<b>170,72</b>	<b>1421,98</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 2</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 3</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога б/с	150	23,4	18,12	7,5	288,75	<b>223</b>	170	26,5	20,54	8,5	327,25
	Кофейный напиток б/с	200	3,2	2	0	127,4	<b>380</b>	200	3,2	2	0	127,4
	Масло сливочное	20	0,12	16,4	0,12	149,2	<b>14</b>	20	0,12	16,4	0,12	149,2
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		60	6,48	2,16	24,15	159,6
	Фрукт(яблоко зел.)	100	0,25	0,12	11,38	57		100	0,25	0,12	11,38	57
<b>Итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>31,29</b>	<b>38,08</b>	<b>35,1</b>	<b>728,75</b>		<b>550</b>	<b>36,55</b>	<b>41,22</b>	<b>44,15</b>	<b>820,45</b>
<b>Обед</b>	Икра свекольная	60	1,4	4,1	9,2	79	<b>54</b>	100	2,3	6,8	15,4	132
	Борщ "Сибирский" со сметаной	250	6,25	4,5	13,75	120,5	<b>113</b>	300	7,5	5,4	16,5	144,6
	Котлета рыбная с соусом сметанно-томатным	140	25,85	19,8	18,4	273,6	<b>234/331</b>	150	29,67	22,84	21,22	311,2
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	7,8	44,6	288	<b>302</b>	180	10,68	9,36	53,5	345,6
	Напиток из свежих ягод б/с	200	0,6	0	29	111,2	<b>342</b>	200	0,6	0	29	111,2
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>880</b>	<b>50,08</b>	<b>38,36</b>	<b>145,17</b>	<b>1057,3</b>		<b>1010</b>	<b>58,13</b>	<b>46,56</b>	<b>165,84</b>	<b>1229,6</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>81,37</b>	<b>76,44</b>	<b>180,27</b>	<b>1786,05</b>			<b>94,68</b>	<b>87,78</b>	<b>209,99</b>	<b>2050,05</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 2</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 4</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный с маслом	140/10	13,22	25,5	2,54	293	<b>210</b>	190/10	17,94	34,6	3,08	397,64
	Масло слив.	10	4	4,2	29,1	162	<b>14</b>	10	4	4,2	29,1	162
	Какао с молоком б/с	200	3,78	0,67	26	125,11	<b>382</b>	200	3,78	0,67	26	125,11
	Фрукт(яблоко зел.)	100	0,25	0,12	11,38	57		100	0,25	0,12	11,38	57
	Хлеб ржаной	40	4,32	1,44	16,1	106,4		40	4,32	1,44	16,1	106,4
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,57</b>	<b>31,93</b>	<b>85,12</b>	<b>743,51</b>		<b>550</b>	<b>30,29</b>	<b>41,03</b>	<b>85,66</b>	<b>848,15</b>
	Суп овощной	200	2,248	6	14,264	120,936	<b>99</b>	250	3,06	7,5	17,83	141,48
	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски с соусом	140	11,46	19,26	13,2	206	<b>454/331</b>	150	12,28	20,64	14,14	220,7
	Перловка отв.	150	5,4	5	34,8	211,95	<b>309</b>	180	5,57	9,35	39,49	264
	Напиток из сухофруктов	200	1,16	0,3	47,26	196,38	<b>349</b>	200	1,16	0,3	47,26	196,38
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>27,648</b>	<b>32,72</b>	<b>139,744</b>	<b>920,266</b>		<b>960</b>	<b>29,45</b>	<b>39,95</b>	<b>148,94</b>	<b>1007,56</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>53,218</b>	<b>64,65</b>	<b>224,864</b>	<b>1663,776</b>			<b>59,74</b>	<b>80,98</b>	<b>234,6</b>	<b>1855,71</b>

**Дополнительное цикличное меню на обеспечение горячим питанием обучающихся МБОУ (9 стол) возрастная категория  
7-11 лет,12-18 лет.**

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценност ь ккал	№ Рец.	Вес блюда гр, мл, шт	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность ккал
			Белки гр	Жиры гр	Углев гр				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
<b>Неделя 2</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>День 5</b>			<b>Возрастная категория 7-11 лет</b>						<b>Возрастная категория 12-18 лет</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша молочная (пшеничная) с маслом	200/10	9,1	13,1	31,7	227,2	<b>173</b>	200/10	9,1	13,1	31,7	227,2
	Бутерброд с сыром	25/25	15,31	14,04	66,79	438,17	<b>3</b>	25/25	15,31	14,04	66,79	438,17
	Фрукт(яблоко зел.)	50	0,125	0,06	5,69	28,5		100	0,25	0,12	11,38	57
	Чай б/с	200	0,2	0	0	4	<b>376</b>	200	0,2	0	0	4
<b>Итого за завтрак</b>		<b>510</b>	<b>24,735</b>	<b>27,2</b>	<b>104,18</b>	<b>697,87</b>		<b>560</b>	<b>24,86</b>	<b>27,26</b>	<b>109,87</b>	<b>726,37</b>
<b>Обед</b>	Икра овощная	60	0,78	2,48	4,4	42	<b>56</b>	100	1,3	4,1	7,3	70
	Суп картофельный с овсян.хлопьями	250	2,73	2,8	20,45	117,9	<b>103</b>	300	3,28	3,36	24,54	141,48
	Компот из свежих ягод б/с	200	0	0	24,8	111,2	<b>342</b>	200	0,6	0	29	111,2
	Печень "по-строгановски"	50/50	13,26	11,23	3,52	185	<b>261</b>	50/50	13,26	11,23	3,52	185
	Картофель отварной	150	4	7,15	34,4	165	<b>312</b>	180	4,8	8,6	41,3	198
	Хлеб ржаной	80	7,38	2,16	30,22	185		80	7,38	2,16	30,22	185
<b>Итого за обед</b>		<b>840</b>	<b>28,15</b>	<b>25,82</b>	<b>117,79</b>	<b>806,1</b>		<b>960</b>	<b>30,62</b>	<b>29,45</b>	<b>135,88</b>	<b>890,68</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>52,885</b>	<b>53,02</b>	<b>221,97</b>	<b>1503,97</b>			<b>55,48</b>	<b>56,71</b>	<b>245,75</b>	<b>1617,05</b>
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>549,034</b>	<b>579,312</b>	<b>1886,984</b>	<b>15182,86</b>			<b>610,56</b>	<b>663,61</b>	<b>2096,15</b>	<b>17039,19</b>
<b>Среднее значение: Б Ж У</b>			<b>58,353</b>	<b>57,055</b>	<b>185,645</b>	<b>1516,481</b>			<b>66,005</b>	<b>64,649</b>	<b>208,044</b>	<b>1700,749</b>

При составлении меню использованы :

"Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников " Москва 2011;

"Сборник рецептур для обучающихся во всех образовательных учреждениях" Москва Дели плюс 2015;

"Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников " Москва Дели принт 2005;