



«Утверждено»  
Директор  
И.С. Шевченко



«Согласовано»  
Директор общеобразовательной организации



*И.С. Шевченко* 11.11.

# Основное (организованное)

## МЕНЮ

Для организации питания детей льготной категории обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования  
город Краснодар

2024

Неделя: 1

День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
1 салат	2 Дйцо варёное	3	4	5	6	7	8				
			4,80	4,00	0,30						
основное	Каша вязкая молочная из риса	160	4,58	8,27	32,70	224,00	174-2017				
			компл. 1								
дополнение	Каша овсяная на молоке	160	6,39	9,06	24,01	203,00	54-9к				
			компл. 2								
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101,00	379-2017				
			Хлеб пшеничный	30	2,10			0,60	15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20			0,20	9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие	100	0,40			0,40	9,80	47,00	Пром.
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>550</b>	<b>16,24</b>	<b>16,15</b>	<b>82,75</b>	<b>542,30</b>					
		<b>550</b>	<b>18,05</b>	<b>33,09</b>	<b>74,06</b>	<b>521,30</b>					
Неделя: 1											
День: 2											

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
1 салат	2 Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60,00	45-2017				
			компл. 1								
основное	Котлета "Московская"	100	15,21	15,93	9,20	241,00	537-22				
			Макаронны отварные с томатом	180	6,00			8,39	34,04	236,00	403-22
			Виточки (говядина)	100	15,90			14,40	16,00	261,00	451-2004
			Макаронны, запеченные с сыром	180	8,23			8,18	33,38	240,00	399-22
дополнение	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28,00	54-3гн-2022				
			Хлеб пшеничный	30	2,10			0,60	15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20			0,20	9,00	42,00	Пром.
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>630</b>	<b>26,12</b>	<b>28,37</b>	<b>80,4</b>	<b>678,7</b>					
		<b>630</b>	<b>29,04</b>	<b>26,63</b>	<b>86,54</b>	<b>702,7</b>					

День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	салат	2	4	5	6	7	8	
			3	3,48	4,43	0,00		54,00
основное	комп. 1	Сыр твердых сортов в нарезке (Российский)¹	15	29,94	20,47	31,06	428,00	ТК № 3/7
		Воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (180/5)	185	29,94	20,47	31,06	428,00	ТК № 3/9
		Запеканка "Маковая неженка" со ступенчатым молоком (185/15)	200	13,04	9,68	24,85	401,00	ТК № 3/9
		Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51,00	54-4тн-2022
		Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
дополнение	комп. 2	Фрукты свежие	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.
		<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>530</b>	<b>38,22</b>	<b>26,895</b>	<b>63,66</b>	<b>648,7</b>	
		<b>комплекс 1</b>	<b>545</b>	<b>21,32</b>	<b>16,105</b>	<b>57,45</b>	<b>621,7</b>	
		<b>комплекс 2</b>	<b>545</b>	<b>21,32</b>	<b>16,105</b>	<b>57,45</b>	<b>621,7</b>	

Неделя: 1

День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	салат	2	4	5	6	7	8	
			3	1,17	0,17	3,83		21,00
основное	комп. 1	Птица с рисом и овощами	200	14,43	25,73	31,24	377,00	ТК 3/8
		комп. 2	Плов куриный	210	28,00	14,28	39,62	402,00
дополнение	комп. 1	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67,00	54-2хн-2022
		Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
		Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
		Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром. 3
		<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>650</b>	<b>20,3</b>	<b>27,2</b>	<b>84,56</b>	<b>625,7</b>	
		<b>комплекс 1</b>	<b>660</b>	<b>33,87</b>	<b>15,75</b>	<b>92,94</b>	<b>650,7</b>	
		<b>комплекс 2</b>	<b>660</b>	<b>33,87</b>	<b>15,75</b>	<b>92,94</b>	<b>650,7</b>	



День: 5

5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
1	2	3	4	5	6	7	8		
			Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17		2,50	14,00
основное	компл. 1	100	Биточек "Звюрика" (птица, рыба)	100	9,40	10,00	19,82	222,00	TK № 3/10Н
			Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218,00	634-2022
дополнение	компл. 2	120	Котлета "Дружба" (птица, рыба)	120	9,32	15,50	15,16	237,00	TK O-16
			Картофель отварной запеченный с сыром	180	5,39	7,73	26,96	199,00	635-2022
		200	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85,00	Пром.
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
		20	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
			<b>Итого за рацион питания:</b>	630	18,19	16,9	95,5	652,7	комплекс 1
			<b>Итого за рацион питания:</b>	650	19,84	24,2	88,82	648,7	комплекс 2

Всего за 5 дней питания:		комплекс 1	комплекс 2				
Средние показатели за 5 дней питания:		2990	119,07	115,52	406,87	3148,10	-
		3035	122,12	115,78	399,81	3145,10	
		598	23,81	23,10	81,37	629,62	
		607	24,42	23,16	79,96	629,02	

Неделя: 2

2

День: 1

1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
1	2	3	4	5	6	7	8		
			Помидор в нарезке	100	1,17	0,17		3,83	21,00
основное	компл. 1	200	Омлет натуральный	200	16,20	22,30	4,40	301,00	54-3з-2022
			Омлет с морковью	220	16,28	22,00	7,59	295,00	TK
дополнение		200	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00	382-2017
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
		20	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
<b>Итого за рацион питания:</b>		650	25,15	27,21	59,61	601,7			
		670	25,23	26,91	62,8	595,7	комплекс 2		

День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
1	2	3	4	5	6	7	8			
			Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17		2,50	14,00	54-23-2022
			Биточек (говядина)	110	17,49	15,84		17,60	287,00	451-2004
			Картофель фри	180	3,27	11,17		25,81	217,00	Тк О/3
			Котлета "Московская"	100	15,21	15,93		9,20	241,00	537-22
			Картофельное пюре	180	3,84	6,24		23,76	167,00	54-11-2022
			Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный)	200	0,10	0,10		18,78	74,00	ТК 3/12
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60		15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20		9,00	42,00	Пром.
			<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>640</b>	<b>24,99</b>		<b>28,08</b>	<b>88,69</b>	<b>705,7</b>
		<b>комплекс 2</b>	<b>23,28</b>	<b>23,24</b>	<b>78,24</b>	<b>609,7</b>				

Неделя: 2

День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
1	2	3	4	5	6	7	8			
			Закуска из моркови	100	0,90	8,20		4,80	189,00	Пром.
			Тфтели рыбные	100	14,88	2,71		10,98	128,00	470-22
			Макароны отварные с томатом	180	6,00	8,39		34,04	236,00	403-22
			Фишболы	100	17,87	5,05		12,00	165,00	471-2022
			Макароны отварные	180	6,48	5,88		39,36	236	54-11-2022
			Чай с сахаром	200	0,20			6,50	27,00	54-2п-2022
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60		15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20		9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие	100	1,10	0,30		8,90	44,00	Пром.
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>730</b>	<b>26,38</b>	<b>20,4</b>	<b>89,22</b>	<b>737,7</b>				
		<b>730</b>	<b>29,85</b>	<b>20,23</b>	<b>95,56</b>	<b>774,7</b>				
		<b>комплекс 2</b>								



День: 4

4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
1	2	3	4	5	6	7	8		
			Салат	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,31		3,25	6,46
основное	компл. 1	220	6,13	18,60	51,19	384,00	ТК № 3/14		
			Плов из говядины	200	21,71	20,28	31,11	394,00	443-04
			Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,60	6,70	28,00	54-3гн-2022
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.
Итого за рацион питания:		670	12,14	22,95	97,25	629,7			
		650	27,72	24,63	77,17	639,7			
Неделя: 2									
День: 5									

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
			Салат	Салат из зеленого с огурцами	100	1,03	
основное	компл. 1	100	5,47	7,55	31,82	234,00	ТК № 0/1
			Нагетсы куриные	180	3,27	11,17	25,81
дополнение	компл. 2	120	17,98	17,96	5,13	254,00	599-22
			Фрикассе из курицы	180	3,84	6,24	23,76
Картофельное пюре		200	0,22	0,14	9,62	41,00	5хн-22
Компот из плодов вишни и яблок		30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
Хлеб пшеничный		20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
Хлеб ржаной		630	13,29	25,69	93,39	673,7	
Итого за рацион питания:		650	26,37	31,17	64,65	643,7	
		3320	101,95	124,33	428,16	348,50	
Всего за 5 дней питания:		3330	132,45	126,18	378,42	3263,50	
Средние показатели за 5 дней питания:		664	20,39	24,87	85,63	669,70	
		666	137,45	131,18	383,42	3268,50	
Всего за цикл питания (10 дней):		6310	221,02	239,85	835,03	6496,60	
		6365	254,57	241,96	778,23	6408,60	
Средние показатели за цикл питания (10 дней):		631	22,10	23,98	83,50	649,66	
		636,5	25,46	24,20	77,82	640,86	

Неделя: 1  
День: 1

Возрастная категория питающихся: 12+ лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм				Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры						
			Белки	Жиры	Углеводы									
дополнение		3	0,83	0,17	2,50	14,00	54-25-2022							
								Овощи в нарезке (огурец в нарезке)	120	11,63	11,74	15,28	213,00	544-22
								Тертая говядина с рисом (90/30)	180	4,91	16,74	38,71	325,00	648-22
								Картофель фри	100	14,00	11,10	12,10	232,00	№347-2018
								Котлета "Пиканная"	180	3,66	5,93	28,98	218,00	634-2022
								Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146,00	54-8с-2022
								Компот из плодов (сливочка)	180	0,27	0,09	9,27	39,00	6хн-22
								Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96,00	Пром.5
								Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.6
								Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>1000</b>	<b>27,94</b>	<b>35,26</b>	<b>128,96</b>	<b>943</b>								
		<b>980</b>	<b>29,06</b>	<b>23,81</b>	<b>116,05</b>	<b>855</b>								
Неделя: 1														
День: 2														

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм				Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры						
			Белки	Жиры	Углеводы									
основное		3	1,10	6,12	4,57	78,00	23-2017							
								Салат из свежих помидоров	100	24,34	10,94	42,00	196,00	453-22
								Рыба, запеченная с сыром	180	4,20	5,76	42,00	236,00	54-7г-2022
								Рис прилуценный	100	20,21	6,06	1,24	140,00	ТК № О/6
								Рыба запеченная "Фиш-ка"	180	4,69	9,58	39,42	254,00	ТК № О/16
								Ризотто с овощами	250	2,00	5,20	13,10	106,00	№110-2004
								Борщ с картофелем и капустой	200	1,00	0,80	20,20	85,00	Пром.
								Сок натуральный	40	2,80	0,20	9,00	42,00	Пром.5
								Хлеб пшеничный	20	1,20	0,32	2,66	48,00	Пром.2
								Хлеб ржаной	15	0,32	0,32	31,68	887	Пром.
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>905</b>	<b>33,32</b>	<b>30,62</b>	<b>113,22</b>	<b>849</b>								
		<b>905</b>	<b>33,32</b>	<b>30,62</b>	<b>113,22</b>	<b>849</b>								



Неделя: 1  
 День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
основное	Овощи в нарезке (огурец в нарезке)	100	0,83	0,17	2,50	14,00	54-23-2022
		100	19,20	4,26	13,46	169,00	54-24м-2022
дополнение	Картофель по-деревенски	180	4,91	5,66	38,71	225,00	646-202
		100	17,54	8,51	10,99	191,00	К/1
дополнение	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,00	54-11г-2022
		250	2,25	3,27	13,75	93,00	54-6с-2022
дополнение	Суп картофельный с клецками	200	0,23	0,11	15,67	65,00	ТК № О/8
		50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.7
дополнение	Хлеб пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.2
		100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
дополнение	Хлеб ржаной	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
		1000	32,52	15,07	127,89	775	
Итого за рацион питания:		1000	29,79	19,9	110,47	739	
Неделя: 1							
День: 4							

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
салат	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60,00	45-2017
		280	26,09	10,48	31,98	327,00	449-22
основное	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	110	10,52	5,21	4,75	108,00	461-22
		180	3,66	5,93	28,98	218,00	634-2022
дополнение	Картофель отварной с зеленью	250	3,90	4,30	16,00	118,00	ТК № О/11
		200	0,20		6,50	27,00	54-2гп-2022
дополнение	Чай с сахаром	50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.7
		30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.6
дополнение	Хлеб ржаной	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.6
		1010	37,9	19,63	108,34	759	Пром.6
Итого за рацион питания:		1020	25,99	20,29	110,09	758	
Неделя: 1							
День: 4							



Неделя: 1  
 День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
салат	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189,00	Пром.
	Драчена	200	22,06	24,95	9,42	350,00	411-2022
основное	Омлет натуральный	220	18,63	26,40	4,84	331,00	ТК
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182,00	137-2004
дополнение	Компот из клубники	200	0,30	0,10	1,03	42,00	бхн-22
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.7
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.6
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<i>комплекс 1</i>	955	38,3	41,67	83,96	993
	<i>комплекс 2</i>	975	34,87	43,12	79,38	974	-
Всего за 5 дней питания:	<i>комплекс 1</i>	4870	173,62	143,31	563,71	4357	-
	<i>комплекс 2</i>	4880	153,03	137,74	529,21	4175	-
Средние показатели за 5 дней питания:	<i>комплекс 1</i>	974	34,724	28,662	112,742	871,4	-
	<i>комплекс 2</i>	976	30,606	27,548	105,842	835	-

Неделя: 2  
 День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 салат	2	3	4	5	6	7	8	
		Салат из зелений с огурцами	1,03	6,03	2,14	68,00	18-2017	
основное	комп. 1	Паста сливочная с курицей	19,02	36,00	36,72	547,00	406-2022	
		Котлета рубленая (куриная)	120	21,05	10,21	13,19	229,00	К/1
дополнение	комп. 2	Макаронь, запеченные с сыром	180	8,23	8,18	33,38	240,00	399-22
		Рассолыник "Южный"	250	3,00	8,25	20,10	135,00	ТК №О/15
		Сок натуральный	200	1,00		20,20	85,00	Пром.
		Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.7
		Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.6
		Фрукты свежие	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.
		<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>комплекс 1</b>	<b>1010</b>	<b>30,45</b>	<b>51,88</b>	<b>126,56</b>	<b>1062</b>
			<b>комплекс 2</b>	<b>1030</b>	<b>40,71</b>	<b>34,27</b>	<b>136,41</b>	<b>984</b>

Неделя: 2  
 День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 салат	2	3	4	5	6	7	8	
		Салат из квашенной капусты	1,72	5,00	8,47	86,00	47-2017	
основное	комп. 1	Наггетсы куриные	6,56	9,12	38,18	281,00	ТК №О/1	
		Каша гречневая с луком	180	5,54	6,61	24,50	180,00	379, стр. 164
дополнение	комп. 2	Птица с гречкой и овощами из духовки	280	33,21	33,36	44,54	611,00	ТК О/19
		Суп рисовый с мелкошинкованными овощами	250	1,78	2,78	14,81	93,00	255-2022
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28,00	54-3гп-2022
		Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.
		Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.7
		Фрукты свежие	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.6
		<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>комплекс 1</b>	<b>1030</b>	<b>22,3</b>	<b>25,11</b>	<b>140,06</b>	<b>895</b>
			<b>комплекс 2</b>	<b>1010</b>	<b>43,41</b>	<b>42,74</b>	<b>121,92</b>	<b>1045</b>



Неделя: 2  
 День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 основное	Салат из свежих помидор	3	4	5	6	7	8
		100	1,10	6,12	4,57	78,00	23-2017
дополнение	Ульяш из говядины (55/55)	110	14,70	15,49	3,60	180,00	54-2м, №246-17
		180	7,58	5,40	46,62	265,00	302-2017
дополнение	Азу из говядины с картофелем	280	19,29	22,83	23,96	378,00	492-22
		250	2,00	5,20	13,10	106,00	№110-2004
дополнение	Борщ с картофелем и капустой	200	1,00		20,20	85,00	Пром.
		50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.7
дополнение	Хлеб пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	Пром.6
		100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
дополнение	Фрукты свежие	1030	32,68	34,01	140,89	965	
		1020	29,69	35,95	114,63	898	
Итого за рацион питания: комплекс 1							
Итого за рацион питания: комплекс 2							

Неделя: 2  
 День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 основное	Овощи в нарезке (огурец свежий)	3	4	5	6	7	8
		100	0,83	0,17	2,50	14,00	54-2з-2022
дополнение	Рагу из птицы	280	24,93	16,12	19,83	324,00	ТК ЦК/376
		280	27,44	29,70	23,86	472,00	54-28м-2022
дополнение	Жаркое по-домашнему из курицы	250	5,3	5,02	19,9	146	54-8с-2022
		200	0,30	0,10	1,03	43,00	6мн-22
дополнение	Компот из клубники	50	3,50	1,00	25,00	120,00	Пром.
		30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.7
дополнение	Хлеб ржаной	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
		1010	37,06	23,11	91,56	757	
Итого за рацион питания: комплекс 1		1010	39,57	36,69	95,59	905	
Итого за рацион питания: комплекс 2							

Неделя: 2  
 День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	
салат		Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52,00	54-213-2022
основное	компл. 1	Запеканка "Маковая неженка" со ступеным молоком (185/15)	200	13,07	10,06	36,12	419,00	ТК №3/9
	компл. 2	Воздушная "Зебра" со сметаной (190/10)	200	13,00	22,08	36,87	457,00	ТК №0/7
дополнение		Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,70	22,65	128,00	54-7с-2022
		Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101,00	379-2017
		Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96,00	Пром.5
		Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.7
		Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.3
Итого за рацион питания:		комплекс 1	920	26,38	17,27	128,19	906	
		комплекс 2	920	26,31	29,29	128,94	944	
Всего за 5 дней питания:		комплекс 1	5000	148,87	151,38	627,26	4585	-
		комплекс 2	4990	179,69	178,94	597,49	4776	-
Средние показатели за 5 дней питания:		комплекс 1	1000	29,774	30,276	125,452	917	-
		комплекс 2	998	35,938	35,788	119,498	955,2	-
Всего за цикл питания (10 дней):		комплекс 1	9870	322,49	294,69	1190,97	8942	-
		комплекс 2	9870	332,72	316,68	1126,7	8951	-
Средние показатели за цикл питания (10 дней):		комплекс 1	987	32,249	29,469	119,097	894,2	-
		комплекс 2	987	33,272	31,668	112,67	895,1	-



Неделя: 1  
День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			6,28	12,52	30,12		
			279,00	ТК №П/6			
Неделя:	1	200	5,80	5,00	8,00	100,00	Пром.
			1,10	0,30	8,90		
			44,00	Пром.			
День:	2	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.

Неделя: 1  
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			7,89	8,12	41,81		
			283,00	ТК № П/7			
Неделя:	1	200	3,16	2,68	15,95	101,00	379-2017
			0,40	0,40	9,80		
			47,00	Пром.			
День:	2	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
Итого за рацион питания:		400	11,45	11,20	67,56	431,00	-

Неделя: 1  
День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			6,19	6,70	36,69		
			232,00	406-2017			
Неделя:	1	200	4,08	3,54	17,58	119,00	382-2017
			0,40	0,40	9,80		
			41,00	Пром.3			
День:	4	100	0,40	0,40	9,80	41,00	Пром.3
Итого за рацион питания:		400	10,67	10,64	64,07	392,00	-

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			9,65	10,41	33,17		
			245,00	ТК № П/5			
Неделя:	1	200	1,60	1,10	8,70	51,00	54-4тн-2022
			0,40	0,40	9,80		
			47,00	Пром.			
День:	4	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
Итого за рацион питания:		400	11,65	11,91	51,67	343,00	-

День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
		100	7,71	6,05	39,09	262,00	
		200	5,80	5,00	8,00	100,00	
		100	1,10	0,30	8,90	44,00	
Итого за рацион питания:		400	14,61	11,35	55,99	406,00	

Всего за 5 дней питания:	1700	49	45	248	1616	-
Средние показатели за 5 дней питания:	340	9,90	9,08	49,64	323,20	-

Неделя: 2  
 День: 1  
 Возрастная категория пациента: 12+ лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
		100	6,28	12,52	30,12	279,00	
		200	5,80	5,00	8,00	100,00	
		100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого за рацион питания:		400	12,48	17,92	47,92	426,00	

Неделя: 2  
 День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
		100	9,65	10,41	33,17	245,00	
		200	0,30	0,00	6,70	28,00	
		30	2,50	4,00	17,28	130,00	
Итого за рацион питания:		330	12,45	14,41	57,15	403,00	



День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			6,19	6,70	36,69		
			3,16	2,68	15,95		
	Фрукты свежие	200	0,40	0,40	9,80	101,00	379-2017
	Итого за рацион питания:	400	9,75	9,78	62,44	47,00	Пром.
Неделя:	2					380,00	
День:	4						

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			12,57	10,72	29,97		
			1,60	1,10	8,70		
	Чай с молоком	200	1,10	0,30	8,90	51,00	54-4тп-2022
	Фрукты свежие	100	1,10	0,30	8,90	44,00	Пром.
	Итого за рацион питания:	400	15,27	12,12	47,57	451,00	
Неделя:	2						
День:	5						

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			6,28	12,52	30,12		
			6,80	5,00	11,00		
	Фрукты свежие	200	1,10	0,30	8,90	117,00	ТК№ П/6
	Итого за рацион питания:	400	14,18	17,82	50,02	44,00	Пром.
	Всего за 5 дней питания:	1930	64,13	72,05	265,10	440,00	
	Средние показатели за 5 дней питания:	386	12,83	14,41	53,02	2100,00	
	Всего за дни питания (10 дней):	3630	113,61	117,45	513,29	420,00	
	Средние показатели за дни питания (10 дней):	363,0	11,36	11,75	51,33	371,60	

**ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):**

- 1- замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименования соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2- приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3- выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4- выдача других овощей (свежих или соевых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 5- приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 6- выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторности, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7- приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 8- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 9- приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности