

Согласовано  
Директор ОУ



Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Каташников О.А.

## Меню на

День: 3

Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                     | 200          | 48,94      | 20,18                | 30,47 | 3,67  | 367,27      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с сыром 30/10               | 40           | 15,26      | 5,02                 | 6,29  | 11,86 | 124,00      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 29,14      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Горячий напиток       | 20          | Чай с молоком                         | 200          | 5,15       | 1,52                 | 1,35  | 10,91 | 61,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                       | 560          | 101,49     | 28,48                | 38,77 | 44,88 | 639,47      |

|               |                       |    |                                           |      |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|-------------------------------------------|------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 84 | Салат из свежих овощей (огурцы, помидоры) | 60   | 19,30  | 0,58  | 3,64  | 2,18   | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 205  | 35,1   | 1,62  | 4,02  | 8,05   | 92,00   |
|               | 2 блюдо               | 12 | Печень говяжья по-строгановски 45/45      | 90   | 81,75  | 15,60 | 5,75  | 3,52   | 171,00  |
|               | Гарнир                | 24 | Каша гречневая рассыпчатая                | 150  | 28,93  | 8,75  | 5,99  | 39,60  | 246,00  |
|               | Напиток               | 17 | Напиток из свежих ягод                    | 200  | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                            | 55   | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                               | 30   | 3      | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |    |                                           | 790  | 190,31 | 32,81 | 20,27 | 89,40  | 827,70  |
| Итого за день |                       |    |                                           | 1350 | 291,8  | 61,29 | 59,4  | 134,28 | 1467,17 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                     | 250          | 48,94      | 25,23                | 38,09 | 4,59  | 459,09      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с сыром 40/15               | 55           | 15,26      | 6,90                 | 8,65  | 16,31 | 170,50      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 29,14      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Горячий напиток       | 20          | Чай с молоком                         | 200          | 5,15       | 1,52                 | 1,35  | 10,91 | 61,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 30           | 3          | 2,04                 | 0,39  | 12,21 | 60,30       |
| Итого      |                       |             |                                       | 635          | 101,49     | 36,09                | 48,88 | 54,32 | 797,89      |

|               |                       |    |                                           |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|-------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 10 | Салат из свежих овощей (огурцы, помидоры) | 100     | 19,30  | 1,10  | 6,12  | 4,57   | 77,00   |
|               | 1 блюдо               | 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 255     | 35,1   | 2,02  | 5,00  | 1,24   | 114,44  |
|               | 2 блюдо               | 12 | Печень говяжья по-строгановски 50/50      | 100     | 81,75  | 6,39  | 3,91  | 190,00 | 231,65  |
|               | Гарнир                | 24 | Каша гречневая рассыпчатая                | 150     | 28,93  | 8,75  | 5,99  | 39,60  | 246,00  |
|               | Напиток               | 17 | Напиток из свежих ягод                    | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб ржаной                               | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП | Хлеб пшеничный                            | 40      | 3      | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
|               |                       |    | Итого                                     | 920     | 190,31 | 26,55 | 22,71 | 284,19 | 1007,16 |
| Итого за день |                       |    |                                           | 1555,00 | 291,80 | 62,64 | 71,15 | 338,51 | 1805,05 |

Заведующий производством

*М*

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждено  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

Лист: 4

Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет  |                       |                |                                                        |                 |               |                      |       |        |             |
|---------------------------------|-----------------------|----------------|--------------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|--------|-------------|
| Прием<br>пищи                   | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                       |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                         | Закуска               | 3              | Бутерброд с сыром 30/10                                | 40              | 18,14         | 5,02                 | 6,29  | 11,86  | 124,00      |
|                                 | Закуска               | ГП             | Кондитерские изделия (зефир)                           | 40              | 43,65         | 0,80                 | 0,00  | 78,50  | 304,00      |
|                                 | Горячее блюдо         | 1              | Каша молочная Геркулес                                 | 250             | 30,63         | 13,56                | 20,16 | 60,24  | 477,00      |
|                                 | Горячий напиток       | 30             | Чай с сахаром и лимоном                                | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 20              | 3             | 1,36                 | 0,26  | 8,14   | 40,20       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 350             | 99,53         | 20,87                | 26,73 | 173,94 | 1007,2      |
| Обед                            | Закуска               | 71м            | Нарезка из свежих огурцов                              | 60              | 20,64         | 0,24                 | 0,03  | 0,84   | 4,50        |
|                                 | 1 блюдо               | 40             | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы | 200             | 27,25         | 5,68                 | 6,15  | 14,03  | 143,25      |
|                                 | 2 блюдо               | 54             | Картофельная запеканка с мясом                         | 200             | 119,15        | 23,90                | 20,20 | 31,50  | 403,30      |
|                                 | Напиток               | 17             | Напиток из свежих ягод                                 | 200             | 18,48         | 0,52                 | 0,18  | 0,04   | 102,90      |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                         | 55              | 3,75          | 3,70                 | 0,40  | 23,80  | 113,50      |
|                                 |                       | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 745             | 192,27        | 36,08                | 27,35 | 82,42  | 827,75      |
| Итого за день                   |                       |                |                                                        | 1095,00         | 291,80        | 56,95                | 54,08 | 256,36 | 1834,95     |
| Возрастная категория: 12-18 лет |                       |                |                                                        |                 |               |                      |       |        |             |
| Прием<br>пищи                   | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                       |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
|                                 |                       |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                         | Закуска               | 3              | Бутерброд с сыром 40/10                                | 50              | 18,14         | 6,27                 | 7,87  | 14,83  | 155,00      |
|                                 | Закуска               | ГП             | Кондитерские изделия (зефир)                           | 40              | 43,65         | 0,80                 | 0,00  | 78,50  | 304,00      |
|                                 | Горячее блюдо         | 1              | Каша молочная Геркулес                                 | 250             | 30,63         | 13,56                | 20,16 | 60,24  | 477,00      |
|                                 | Горячий напиток       | 30             | Чай с сахаром и лимоном                                | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 570             | 99,53         | 22,8                 | 28,44 | 180,98 | 1058,3      |
| Обед                            | Закуска               | 71м            | Нарезка из свежих огурцов                              | 100             | 20,64         | 1,62                 | 0,05  | 1,40   | 7,50        |
|                                 | 1 блюдо               | 63             | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы | 250             | 27,25         | 7,09                 | 7,67  | 17,54  | 179,06      |
|                                 | 2 блюдо               | 54             | Картофельная запеканка с мясом                         | 200             | 119,15        | 23,90                | 20,20 | 31,50  | 403,30      |
|                                 | Напиток               | 17             | Напиток из свежих ягод                                 | 200             | 18,48         | 0,52                 | 0,18  | 0,04   | 102,90      |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                         | 75              | 3,75          | 5,05                 | 0,55  | 32,46  | 154,77      |
|                                 |                       | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 40              | 3             | 2,72                 | 0,52  | 16,28  | 80,40       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 865             | 192,27        | 40,9                 | 25,17 | 99,22  | 927,93      |
| Итого за день                   |                       |                |                                                        | 1435,00         | 291,80        | 63,70                | 57,61 | 280,20 | 1986,23     |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю

Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 5

Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет |                          |                |                                                    |                 |               |                      |       |       |             |
|--------------------------------|--------------------------|----------------|----------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|-------|-------------|
| Прием<br>пищи                  | Раздел                   | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                 | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|                                |                          |                |                                                    |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак                        | Горячее блюдо            | 31             | Запеканка из творога с молоком<br>сгущенным 170/40 | 210             | 55,9          | 38,04                | 27,24 | 38,56 | 556,00      |
|                                | Фрукт                    | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или<br>др.           | 100             | 28,2          | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|                                | Горячий<br>напиток       | 57             | Чай с сахаром                                      | 200             | 2,7           | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|                                | Хлебобулочное<br>изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                        | 20              | 3             | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
|                                |                          | ГП             | Хлеб пшеничный или батон                           | 40              | 3,5           | 2,69                 | 0,29  | 17,31 | 82,55       |
| Итого                          |                          |                |                                                    | 570,00          | 93,30         | 42,56                | 28,39 | 84,32 | 765,75      |

|               |                       |    |                                |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|--------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | ГП | Икра кабачковая                | 60      | 25,35  | 1,64  | 4,31  | 8,72   | 79,80   |
|               | 1 блюдо               | 40 | Суп картофельный с бобовыми    | 250     | 26,7   | 5,50  | 5,28  | 16,53  | 147,50  |
|               | 2 блюдо               | 29 | Бефстроганов из филе кур 45/45 | 90      | 110    | 12,13 | 14,81 | 2,00   | 190,00  |
|               | Гарнир                | 11 | Макароны отварные              | 150     | 10,5   | 5,64  | 5,61  | 36,00  | 216,00  |
|               | Напиток               | 35 | Компот из свежих яблок         | 200     | 18,6   | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                 | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                    | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |    |                                | 835,00  | 198,50 | 30,81 | 30,96 | 127,14 | 921,10  |
| Итого за день |                       |    |                                | 1405,00 | 291,80 | 73,37 | 59,35 | 211,46 | 1686,85 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Возрастная категория: 12-18 лет |                       |                |                                                 |                 |               |                      |       |       |             |
|---------------------------------|-----------------------|----------------|-------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|-------|-------------|
| Прием<br>пищи                   | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                              | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                       |                |                                                 |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
|                                 |                       |                |                                                 |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак                         | Горячее блюдо         | 31             | Запеканка из творога с молоком сгущенным 200/45 | 245             | 55,9          | 44,38                | 31,78 | 44,99 | 648,67      |
|                                 | Фрукт                 | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или др.           | 100             | 28,2          | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|                                 | Горячий напиток       | 57             | Чай с сахаром                                   | 200             | 2,7           | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                     | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21 | 60,30       |
|                                 |                       | ГП             | Хлеб пшеничный или батон                        | 40              | 3,5           | 2,69                 | 0,29  | 17,31 | 82,55       |
| Итого                           |                       |                |                                                 | 570,00          | 93,30         | 49,58                | 33,06 | 94,82 | 878,52      |

|               |                       |    |                                |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|--------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | ГП | Икра кабачковая                | 100     | 25,35  | 2,73  | 7,18  | 14,54  | 133,00  |
|               | 1 блюдо               | 40 | Суп картофельный с бобовыми    | 250     | 26,7   | 5,50  | 5,28  | 16,53  | 147,50  |
|               | 2 блюдо               | 29 | Бефстроганов из филе кур 50/50 | 100     | 110    | 13,48 | 16,46 | 2,22   | 211,11  |
|               | Гарнир                | 11 | Макароны отварные              | 150     | 10,5   | 5,64  | 5,61  | 36,00  | 216,00  |
|               | Напиток               | 35 | Компот из свежих яблок         | 200     | 18,6   | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                 | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                    | 40      | 3,6    | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
| Итого         |                       |    |                                | 915     | 198,50 | 35,28 | 35,76 | 145,91 | 1056,78 |
| Итого за день |                       |    |                                | 1485,00 | 291,80 | 84,86 | 68,82 | 240,73 | 1935,30 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 6  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                     | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|----------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                        |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 54          | Каша жидкая молочная рисовая           | 250          | 30,15      | 7,18                 | 10,55 | 52,03  | 332,50      |
|            | Закуска               | 38          | Яйцо отварное                          | 40           | 14,00      | 5,10                 | 4,60  | 0,30   | 63,00       |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 30/10     | 40           | 18,26      | 2,36                 | 7,49  | 14,89  | 136,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                            | 20           | 3,00       | 1,36                 | 0,26  | 8,14   | 40,20       |
|            | Горячий напиток       | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком | 200          | 19,96      | 4,08                 | 3,54  | 17,58  | 118,00      |
|            | Кондитерское изделие  | ГП          | Вафли                                  | 20           | 9,8        | 0,64                 | 0,64  | 15,68  | 75,20       |
| Итого      |                       |             |                                        | 570,00       | 95,17      | 20,72                | 27,08 | 108,62 | 764,90      |

|               |                       |     |                                                     |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|-----|-----------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 71м | Нарезка из свежих огурцов                           | 60      | 28,38  | 0,24  | 0,03  | 0,84   | 4,50    |
|               | 1 блюдо               | 33  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5 | 255     | 47,43  | 1,73  | 4,83  | 7,71   | 85,37   |
|               | Горячее блюдо         | 66  | Жаркое по-Домашнему                                 | 200     | 94,07  | 22,59 | 22,73 | 23,29  | 388,00  |
|               | Напиток               | 25  | Сок                                                 | 200     | 19,4   | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП  | Хлеб пшеничный                                      | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 114,40  |
|               |                       | ГП  | Хлеб ржаной                                         | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |     |                                                     | 740,00  | 196,63 | 31,30 | 28,33 | 88,05  | 736,57  |
| Итого за день |                       |     |                                                     | 1310,00 | 291,80 | 52,02 | 55,46 | 196,67 | 1501,47 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                     | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|----------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                        |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 54          | Каша жидкая молочная рисовая           | 250          | 30,15      | 7,18                 | 10,55 | 52,03  | 332,50      |
|            | Закуска               | 38          | Яйцо отварное                          | 40           | 14,00      | 5,10                 | 4,60  | 0,30   | 63,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 40/10     | 50           | 18,26      | 3,25                 | 10,30 | 20,47  | 187,00      |
|            |                       | ГП          | Хлеб ржаной                            | 30           | 3,00       | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
|            | Горячий напиток       | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком | 200          | 19,96      | 4,08                 | 3,54  | 17,58  | 118,00      |
|            | Кондитерское изделие  | ГП          | Вафли                                  | 30           | 9,8        | 0,64                 | 0,64  | 15,68  | 75,20       |
| Итого      |                       |             |                                        | 600          | 95,17      | 22,29                | 30,02 | 118,27 | 836,00      |

|               |                       |     |                                                     |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|-----|-----------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 71м | Нарезка из свежих огурцов                           | 100     | 28,38  | 1,62  | 0,05  | 1,40   | 7,50    |
|               | 1 блюдо               | 33  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5 | 255     | 47,43  | 1,73  | 4,83  | 7,71   | 85,37   |
|               | Горячее блюдо         | 66  | Жаркое по-Домашнему                                 | 250     | 94,07  | 28,24 | 28,41 | 29,11  | 485,00  |
|               | Напиток               | 25  | Сок                                                 | 200     | 19,4   | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП  | Хлеб пшеничный                                      | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП  | Хлеб ржаной                                         | 40      | 3,6    | 2,72  | 0,39  | 16,28  | 80,40   |
| Итого         |                       |     |                                                     | 920     | 196,63 | 40,36 | 34,35 | 107,16 | 897,04  |
| Итого за день |                       |     |                                                     | 1520,00 | 291,80 | 62,65 | 64,38 | 225,43 | 1733,04 |

Заведующий производством

Согласовано

Директор ОУ

Утверждаю

Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

День: 7

Возрастная категория: 6-11 лет

Меню на

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                 | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                    |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                  | 200          | 46,00      | 20,18                | 30,47 | 3,67  | 367,27      |
|            | Закуска               | 32/1        | Бутерброд с повидлом 30/10         | 40           | 25,76      | 2,32                 | 0,24  | 28,03 | 127,00      |
|            | Горячий напиток       | 57          | Чай с сахаром                      | 200          | 3,00       | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                        | 20           | 2,62       | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко или груша или банан или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
| Итого      |                       |             |                                    | 560,00       | 100,20     | 24,33                | 31,57 | 60,15 | 621,47      |

|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 82         | Салат из отварной свеклы с сыром                                        | 60      | 16,50  | 2,80  | 5,63  | 4,31   | 78,60   |
|               | 1 блюдо               | 5          | Суп гороховый с гренками 200/10                                         | 210     | 36,88  | 5,84  | 4,65  | 22,36  | 164,16  |
|               | Горячее блюдо         | 269М/33 1М | Котлеты ,биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 70/30 | 100     | 88,09  | 10,36 | 17,02 | 10,23  | 259,46  |
|               | Гарнир                | 71         | Рис отварной                                                            | 150     | 24,3   | 3,65  | 4,23  | 38,43  | 205,50  |
|               | Напиток               | 86         | Напиток лимонный                                                        | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                          | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб ржаной                                                             | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |            |                                                                         | 805     | 191,60 | 28,91 | 32,50 | 111,38 | 984,42  |
| Итого за день |                       |            |                                                                         | 1365,00 | 291,80 | 53,24 | 64,07 | 171,53 | 1605,89 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                 | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                    |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                  | 200          | 46,00      | 20,18                | 30,47 | 3,67  | 367,27      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с повидлом 50/10         | 60           | 28,2       | 3,48                 | 0,36  | 42,04 | 190,50      |
|            | Горячий напиток       | 57          | Чай с сахаром                      | 200          | 3,00       | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                        | 30           | 2,62       | 3,40                 | 0,65  | 20,35 | 100,50      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко или груша или банан или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
| Итого      |                       |             |                                    | 590          | 102,64     | 27,53                | 32,08 | 86,37 | 745,27      |

|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 82         | Салат из отварной свеклы с сыром                                        | 100     | 16,50  | 4,67  | 9,38  | 7,18   | 131,00  |
|               | 1 блюдо               | 5          | Суп гороховый с гренками 250/10                                         | 260     | 44,21  | 6,89  | 5,66  | 25,51  | 192,26  |
|               | Горячее блюдо         | 269М/33 1М | Котлеты ,биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 80/30 | 110     | 88,09  | 38,89 | 11,72 | 90,65  | 209,04  |
|               | Гарнир                | 71         | Рис отварной                                                            | 150     | 14,53  | 3,64  | 5,37  | 36,69  | 208,50  |
|               | Напиток               | 86         | Напиток лимонный                                                        | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                          | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб ржаной                                                             | 40      | 3,6    | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
| Итого         |                       |            |                                                                         | 935     | 189,16 | 62,38 | 33,38 | 208,81 | 1078,87 |
| Итого за день |                       |            |                                                                         | 1525,00 | 291,80 | 89,91 | 65,46 | 295,18 | 1824,14 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 8  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 99          | Каша жидкая молочная ячневая          | 200          | 35,98      | 7,31                 | 10,98 | 39,20 | 286,00      |
|            | Закуска               | 65          | Бутерброд с маслом и сыром 30/10/10   | 50           | 25,58      | 6,27                 | 7,86  | 14,83 | 155,00      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Напиток               | 30          | Чай с сахаром и лимоном               | 200          | 4,11       | 0,13                 | 0,02  | 15,20 | 62,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                       | 570,00       | 91,49      | 15,47                | 19,52 | 87,67 | 590,20      |

|               |                       |    |                                                             |         |        |        |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|-------------------------------------------------------------|---------|--------|--------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               |    | Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры)                 | 60      | 22,69  | 0,58   | 3,64  | 2,18   | 42,00   |
|               | I блюдо               | 49 | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 200/20 | 220     | 49,27  | 1,94   | 2,44  | 13,55  | 92,40   |
|               | Горячее блюдо         | 47 | Курица запеченная с соусом томатным 70/30                   | 100     | 63,02  | 13,09  | 16,16 | 3,61   | 183,34  |
|               | Гарнир                | 65 | Картофель отварной                                          | 150     | 39,5   | 2,89   | 5,66  | 19,99  | 150,00  |
|               | Напиток               | 25 | Сок                                                         | 200     | 18,48  | 1,00   | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                                              | 55      | 3,75   | 3,70   | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                                                 | 30      | 3,6    | 2,04   | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
|               | Итого                 |    |                                                             |         | 815,00 | 200,31 | 25,24 | 28,69  | 95,54   |
| Итого за день |                       |    |                                                             | 1385,00 | 291,80 | 40,71  | 48,21 | 183,21 | 1315,74 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 53          | Каша жидкая молочная ячневая          | 200          | 35,98      | 7,31                 | 10,98 | 39,20  | 286,00      |
|            | Закуска               | 65          | Бутерброд с маслом и сыром 40/10/15   | 65           | 25,58      | 8,15                 | 10,22 | 19,30  | 201,50      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30  | 47,00       |
|            | Напиток               | 30          | Чай с сахаром и лимоном               | 200          | 4,11       | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 30           | 3          | 3,40                 | 0,65  | 20,35  | 100,50      |
| Итого      |                       |             |                                       | 595          | 91,49      | 19,33                | 22,27 | 104,35 | 697         |

|               |                       |       |                                                             |         |        |        |       |        |         |
|---------------|-----------------------|-------|-------------------------------------------------------------|---------|--------|--------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               |       | Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры)                 | 100     | 22,69  | 0,96   | 6,07  | 3,63   | 70,00   |
|               | I блюдо               | 49,50 | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 230/20 | 250     | 49,27  | 2,21   | 2,77  | 15,40  | 105,00  |
|               | Горячее блюдо         | 47    | Курица запеченная с соусом томатным 70/30                   | 110     | 63,02  | 14,40  | 17,78 | 4,00   | 191,52  |
|               | Гарнир                | 65    | Картофель отварной                                          | 150     | 39,5   | 2,89   | 5,66  | 19,99  | 150,00  |
|               | Напиток               | 25    | Сок                                                         | 200     | 18,48  | 1,00   | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП    | Хлеб пшеничный                                              | 75      | 3,75   | 5,05   | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП    | Хлеб ржаной                                                 | 40      | 3,6    | 2,72   | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
|               | Итого                 |       |                                                             |         | 925,00 | 200,31 | 29,23 | 33,35  | 111,96  |
| Итого за день |                       |       |                                                             | 1520,00 | 291,80 | 48,62  | 55,62 | 216,31 | 1532,69 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждено

Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 9  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 31          | Запеканка из творога с молоком сгущенным 200/45                  | 245          | 58,66      | 44,38                | 44,99 |       | 648,67      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте | 40           | 28,1       | 6,20                 | 17,33 | 19,53 | 253,33      |
|            | Горячий напиток       | б/н/ссж     | Чай из шиповника                                                 | 200          | 4,75       | 0,68                 | 0,28  | 20,76 | 88,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                                                      | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                                                  | 505,00       | 94,51      | 52,62                | 49,65 | 93,42 | 1030,20     |

|               |                       |    |                                            |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|--------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 84 | Салат из свежих помидоров и огурцов        | 60      | 33,77  | 0,58  | 3,64  | 2,18   | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 28 | Рассольник ленинградский со сметаной 200/5 | 205     | 41,56  | 1,62  | 4,08  | 9,60   | 84,00   |
|               | Горячее блюдо         | 12 | Тефтели с соусом сметано-томатным 60/30    | 90      | 83,34  | 5,02  | 5,26  | 5,44   | 113,46  |
|               | Гарнир                | 16 | Макаронные изделия отварные                | 150     | 12,79  | 5,64  | 5,61  | 36,00  | 216,00  |
|               | Напиток               | 17 | Напиток из свежих ягод                     | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,13  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                             | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
| Итого         |                       |    |                                            | 790,00  | 197,29 | 19,12 | 19,56 | 89,27  | 732,16  |
| Итого за день |                       |    |                                            | 1295,00 | 291,80 | 71,74 | 69,21 | 182,69 | 1762,36 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи    | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|---------------|-----------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|               |                       |             |                                                                  |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак       | Горячее блюдо         | 31          | Запеканка из творога с молоком сгущенным 210/45                  | 255          | 58,66      | 46,19                | 33,08 | 46,83  | 675,15      |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП          | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте | 50           | 28,1       | 7,75                 | 21,66 | 24,41  | 316,67      |
|               | Горячий напиток       | б/н/ссж     | Чай из шиповника                                                 | 200          | 4,75       | 0,68                 | 0,28  | 20,76  | 88,00       |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                                                      | 30           | 3          | 3,40                 | 0,65  | 20,35  | 100,50      |
| Итого         |                       |             |                                                                  | 535          | 94,51      | 58,02                | 55,67 | 112,35 | 1180,32     |
| Обед          | Закуска               | 84          | Салат из свежих помидоров и огурцов                              | 100          | 33,77      | 0,97                 | 6,07  | 3,63   | 70,00       |
|               | 1 блюдо               | 28          | Рассольник ленинградский со сметаной 245/10                      | 255          | 41,56      | 1,98                 | 4,98  | 11,71  | 102,44      |
|               | Горячее блюдо         | 12          | Тефтели с соусом сметано-томатным 70/30                          | 100          | 83,34      | 6,14                 | 6,43  | 6,65   | 138,67      |
|               | Гарнир                | 16          | Макаронные изделия отварные                                      | 150          | 12,79      | 5,64                 | 5,61  | 36,00  | 216,00      |
|               | Напиток               | 17          | Напиток из свежих ягод(смородина)                                | 200          | 18,48      | 0,52                 | 0,18  | 0,04   | 102,90      |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб пшеничный                                                   | 75           | 3,75       | 5,05                 | 0,55  | 32,46  | 154,77      |
| Итого         |                       |             |                                                                  | 920          | 197,29     | 23,02                | 24,34 | 106,77 | 865,18      |
| Итого за день |                       |             |                                                                  | 1455,00      | 291,80     | 81,04                | 80,01 | 219,12 | 2045,50     |

Заведующий производством

*(Подпись)*

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю \_\_\_\_\_  
Генеральный директор ООО "РИЧ" \_\_\_\_\_  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 10  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет |                       |                |                                        |                 |               |                      |              |              |               |
|--------------------------------|-----------------------|----------------|----------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| Прием пищи                     | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |              |              | Эн/ц (ккал)   |
|                                |                       |                |                                        |                 |               | Б                    | Ж            | У            |               |
| Завтрак                        | Горячее блюдо         | 85             | Каша молочная "Рябчик"                 | 200             | 29,13         | 8,64                 | 9,38         | 37,10        | 266,00        |
|                                | Закуска               | 65             | Бутерброд с маслом и сыром<br>30/10/10 | 50              | 25,58         | 6,27                 | 7,86         | 14,83        | 155,00        |
|                                | Фрукт                 | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или др.  | 100             | 28,6          | 0,40                 | 0,40         | 10,30        | 47,00         |
|                                | Напиток               | 2              | Какао (или кофейный напиток) с молоком | 200             | 19,96         | 4,08                 | 3,54         | 17,58        | 118,00        |
|                                | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                            | 20              | 3             | 1,36                 | 0,26         | 8,14         | 40,20         |
| <b>Итого</b>                   |                       |                |                                        | <b>570,00</b>   | <b>106,27</b> | <b>20,75</b>         | <b>21,44</b> | <b>87,95</b> | <b>626,20</b> |

**Итого**

|      |                       |    |                                                                            |     |       |       |       |       |        |
|------|-----------------------|----|----------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Обед | Закуска               |    | Нарезка из свежих овощей<br>(огурцы, помидоры) 30/30                       | 60  | 25,93 | 0,58  | 3,64  | 2,18  | 42,00  |
|      | 1 блюдо               | 60 | Суп картофельный с рыбными консервами                                      | 250 | 39,98 | 10,83 | 2,78  | 21,78 | 155,00 |
|      | Горячее блюдо         | 34 | Плов с мясом птицы                                                         | 150 | 83,99 | 13,51 | 6,71  | 27,34 | 224,00 |
|      | Напиток               | 25 | Сок                                                                        | 200 | 18,48 | 1,00  | 0,00  | 20,20 | 84,00  |
|      | Хлебобулочное изделие | ГП | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте творожное | 30  | 9,8   | 4,65  | 13,00 | 14,65 | 190,00 |
|      | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                                                             | 55  | 3,75  | 3,70  | 0,40  | 23,80 | 113,50 |
|      | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб ржаной                                                                | 30  | 3,6   | 2,04  | 0,39  | 12,21 | 60,30  |
|      |                       |    |                                                                            |     |       |       |       |       |        |

**Итого**

**Итого за день**

**Возрастная категория: 12-18 лет**

| Возрастная категория: 12-18 лет |                          |                |                                           |                 |               |                      |       |       |             |       |
|---------------------------------|--------------------------|----------------|-------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|-------|-------------|-------|
| Прием<br>пищи                   | Раздел                   | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                        | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |       |
|                                 |                          |                |                                           |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |       |
|                                 |                          |                |                                           |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |       |
| Завтрак                         | Горячее блюдо            | 85             | Каша молочная "Рябчик"                    | 250             | 29,13         | 10,80                | 11,73 | 46,38 | 332,50      |       |
|                                 | Кондитерское<br>изделие  | 65             | Бутерброд с маслом и сыром<br>40/10/15    | 65              | 25,58         | 2,21                 | 4,48  | 0,51  | 200,20      |       |
|                                 | Горячий<br>напиток       | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или<br>др.  | 100             | 28,6          | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |       |
|                                 | Хлебобулочное<br>изделие | 2              | Какао (или кофейный напиток) с<br>молоком | 200             | 19,96         | 4,08                 | 3,54  | 17,58 | 118,00      |       |
|                                 |                          | ГП             |                                           |                 | 30            | 3                    | 2,04  | 0,39  | 12,21       | 60,30 |
|                                 |                          |                |                                           | Хлеб ржаной     |               |                      |       |       |             |       |
|                                 |                          |                |                                           | 645,00          | 106,27        | 19,53                | 20,54 | 86,98 | 758,00      |       |

**Умоз**

|               |                       |    |                                                      |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               |    | Нарезка из свежих овощей<br>(огурцы, помидоры) 30/30 | 100     | 25,93  | 0,96  | 6,07  | 3,63   | 70,00   |
|               | 1 блюдо               | 60 | Суп картофельный с рыбными консервами                | 250     | 39,98  | 10,88 | 2,78  | 21,78  | 155,00  |
|               | Горячее блюдо         | 34 | Плов с мясом птицы                                   | 220     | 93,79  | 19,81 | 9,84  | 40,10  | 328,53  |
|               | Напиток               | 25 | Сок                                                  | 200     | 18,48  | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                                       | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                                          | 40      | 3,6    | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
| Итого         |                       |    |                                                      | 885     | 185,53 | 40,42 | 19,76 | 134,45 | 872,70  |
| Итого за день |                       |    |                                                      | 1530,00 | 291,80 | 59,95 | 40,30 | 221,43 | 1630,70 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

## Меню на

День: 1  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет |                       |            |                                                             |              |            |                      |       |        |             |
|--------------------------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
| Прием пищи                     | Раздел                | № Рецептур | Наименование блюда                                          | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                |                       |            |                                                             |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                        | Горячее блюдо         | 43         | Каша жидкая молочная пшеничная                              | 200          | 29,64      | 8,12                 | 9,38  | 41,52  | 282,00      |
|                                | Закуска               | 65         | Бутерброд с маслом сливочным, сыром 30/10/10                | 50           | 26,52      | 6,27                 | 7,86  | 14,83  | 155,00      |
|                                | Фрукт                 | ГП         | Яблоко, или груша, или банан, или др.                       | 100          | 37,60      | 0,40                 | 0,40  | 10,30  | 47,00       |
|                                | Горячий напиток       | 30         | Чай с сахаром и лимоном                                     | 200          | 4,11       | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб ржаной                                                 | 20           | 3,50       | 1,36                 | 0,26  | 8,14   | 40,20       |
| Итого                          |                       |            |                                                             | 570          | 101,37     | 16,28                | 17,92 | 89,99  | 586,2       |
| Обед                           | Закуска               | 82         | Нарезка из свежих помидоров                                 | 60           | 26,15      | 0,66                 | 3,67  | 2,74   | 46,20       |
|                                | 1 блюдо               | 49,50      | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 200/20 | 220          | 40,17      | 3,67                 | 4,09  | 15,17  | 120,60      |
|                                | Горячее блюдо         | 234М/ссж   | Котлеты или биточки рыбные с соусом 70/30                   | 100          | 64,02      | 8,55                 | 11,34 | 11,13  | 202,22      |
|                                | Гарнир                | 65         | Картофель отварной                                          | 150          | 33,26      | 2,89                 | 5,66  | 19,99  | 150,00      |
|                                | Напиток               | 25         | Сок                                                         | 200          | 19,48      | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 84,00       |
|                                | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                              | 55           | 3,75       | 3,70                 | 0,40  | 23,80  | 113,50      |
|                                |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                 | 30           | 3,6        | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
|                                |                       |            |                                                             | 815          | 190,43     | 21,85                | 21,88 | 102,50 | 730,62      |
| Итого за день                  |                       |            |                                                             | 1385         | 291,8      | 38,12                | 39,8  | 192,49 | 1316,82     |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Возрастная категория: 12-18 лет |                       |                |                                                             |                 |               |                      |       |        |             |
|---------------------------------|-----------------------|----------------|-------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|--------|-------------|
| Прием<br>пищи                   | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                          | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                       |                |                                                             |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                         | Горячее блюдо         | 43             | Каша жидкая молочная пшениная                               | 250             | 29,64         | 10,15                | 11,73 | 51,90  | 352,50      |
|                                 | Закуска               | 65             | Бутерброд с маслом сливочным, сыром 40/10/15                | 65              | 26,52         | 8,15                 | 10,22 | 19,30  | 201,50      |
|                                 | Фрукт                 | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или др.                       | 100             | 37,60         | 0,40                 | 0,40  | 10,30  | 47,00       |
|                                 | Горячий напиток       | 30             | Чай с сахаром и лимоном                                     | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                                 | 30              | 3,50          | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                           |                       |                |                                                             | 645             | 101,37        | 20,87                | 22,76 | 108,91 | 723,3       |
| Обед                            | Закуска               | 82             | Нарезка из свежих помидоров                                 | 100             | 26,15         | 1,10                 | 6,12  | 4,57   | 77,00       |
|                                 | 1 блюдо               | 49,50          | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 230/20 | 250             | 40,17         | 3,94                 | 4,42  | 17,02  | 133,20      |
|                                 | 2 блюдо               | 234М/ссж       | Котлеты или биточки рыбные с соусом 80/30                   | 110             | 64,02         | 9,36                 | 12,32 | 12,07  | 220,22      |
|                                 | Гарнир                | 65             | Картофель отварной                                          | 150             | 33,26         | 2,89                 | 5,66  | 19,99  | 150,00      |
|                                 | Напиток               | 25             | Сок                                                         | 200             | 19,48         | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 84,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                              | 75              | 3,75          | 5,05                 | 0,55  | 32,46  | 154,77      |
|                                 |                       | ГП             | Хлеб ржаной                                                 | 40              | 3,6           | 2,72                 | 0,52  | 16,28  | 80,40       |
| Итого                           |                       |                |                                                             | 925             | 190,43        | 26,06                | 29,59 | 122,59 | 899,59      |
| Итого за день                   |                       |                |                                                             | 1570            | 291,8         | 46,93                | 52,35 | 231,5  | 1622,89     |

Заведующий производством

*С.С.*



Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 2  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                                                  |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 54          | Каша жидкая молочная рисовая                                     | 250          | 51,59      | 17,94                | 16,74 | 21,72 | 310,00      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 30/10                               | 40           | 11,47      | 2,36                 | 7,49  | 14,89 | 136,00      |
|            | Напиток               | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком                           | 200          | 19,96      | 4,08                 | 3,54  | 17,58 | 118,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте | 40           | 15,8       | 6,20                 | 17,33 | 19,53 | 253,33      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                                                      | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                                                  | 550          | 101,82     | 31,94                | 45,36 | 81,86 | 857,53      |

|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 49         | Салат Витаминный                                                        | 60      | 18,98  | 0,65  | 3,32  | 5,61   | 54,12   |
|               | 1 блюдо               | 28         | Рассольник ленинградский со сметаной 200/5                              | 205     | 40,66  | 1,62  | 4,08  | 9,60   | 84,00   |
|               | 2 блюдо               | 269М/33 1М | Котлеты, биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 70/30 | 100     | 91     | 10,89 | 18,52 | 12,34  | 282,07  |
|               | Гарнир                | 16         | Макаронные изделия отварные с овощами                                   | 150     | 16,46  | 5,28  | 6,60  | 32,70  | 211,20  |
|               | Напиток               | 17         | Напиток из сухофруктов                                                  | 200     | 15,53  | 0,66  | 0,10  | 32,00  | 132,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                          | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                             | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |            |                                                                         | 800     | 189,98 | 24,84 | 33,41 | 128,26 | 937,19  |
| Итого за день |                       |            |                                                                         | 1350,00 | 291,80 | 56,78 | 78,77 | 210,12 | 1794,72 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                                                  |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 48          | Рагу овощное с птицей                                            | 250          | 51,59      | 9,33                 | 7,30  | 39,57  | 265,78      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 40/15                               | 55           | 11,47      | 0,06                 | 39,00 | 0,09   | 187,20      |
|            | Напиток               | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком                           | 200          | 19,96      | 7,19                 | 7,88  | 32,02  | 226,20      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте | 50           | 15,8       | 6,04                 | 16,90 | 19,04  | 247,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                                                      | 30           | 3          | 1,27                 | 0,26  | 11,63  | 52,00       |
| Итого      |                       |             |                                                                  | 585          | 101,82     | 23,89                | 71,34 | 102,35 | 978,18      |

|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |        |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|--------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 49         | Салат Витаминный                                                        | 100     | 18,98  | 5,53  | 9,35   | 90,20  | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 28         | Рассольник ленинградский со сметаной 240/10                             | 250     | 40,66  | 2,43  | 4,29   | 21,37  | 124,41  |
|               | 2 блюдо               | 269М/33 М1 | Котлеты ,биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 80/30 | 110     | 91,00  | 15,49 | 17,36  | 16,38  | 284,40  |
|               | Гарнир                | 16         | Макаронные изделия отварные с овощами                                   | 150     | 16,46  | 3,24  | 7,58   | 18,87  | 150,00  |
|               | Напиток               | 17         | Напиток из сухофруктов                                                  | 200     | 15,53  | 0,94  | 0,00   | 39,89  | 169,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                          | 75      | 3,75   | 5,70  | 1,07   | 27,10  | 148,70  |
|               |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                             | 40      | 3,6    | 1,91  | 0,39   | 17,47  | 78,00   |
| Итого         |                       |            |                                                                         | 925     | 189,98 | 35,24 | 40,04  | 231,28 | 996,51  |
| Итого за день |                       |            |                                                                         | 1510,00 | 291,80 | 59,13 | 111,38 | 333,63 | 1974,69 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

## Меню на

День: 3  
Возрастная категория: 6-11 лет



| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                     | 200          | 48,94      | 20,18                | 30,47 | 3,67  | 367,27      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с сыром 30/10               | 40           | 15,26      | 5,02                 | 6,29  | 11,86 | 124,00      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 29,14      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Горячий напиток       | 20          | Чай с молоком                         | 200          | 5,15       | 1,52                 | 1,35  | 10,91 | 61,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                       | 560          | 101,49     | 28,48                | 38,77 | 44,88 | 639,47      |

|               |                       |    |                                           |      |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|-------------------------------------------|------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 84 | Салат из свежих овощей (огурцы, помидоры) | 60   | 19,30  | 0,58  | 3,64  | 2,18   | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 205  | 35,1   | 1,62  | 4,02  | 8,05   | 92,00   |
|               | 2 блюдо               | 12 | Печень говяжья по-строгановски 45/45      | 90   | 81,75  | 15,60 | 5,75  | 3,52   | 171,00  |
|               | Гарнир                | 24 | Каша гречневая рассыпчатая                | 150  | 28,93  | 8,75  | 5,99  | 39,60  | 246,00  |
|               | Напиток               | 17 | Напиток из свежих ягод                    | 200  | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                            | 55   | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                               | 30   | 3      | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |    |                                           | 790  | 190,31 | 32,81 | 20,37 | 89,40  | 827,70  |
| Итого за день |                       |    |                                           | 1350 | 291,8  | 61,29 | 59,14 | 134,28 | 1467,17 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                     | 250          | 48,94      | 25,23                | 38,09 | 4,59  | 459,09      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с сыром 40/15               | 55           | 15,26      | 6,90                 | 8,65  | 16,31 | 170,50      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 29,14      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Горячий напиток       | 20          | Чай с молоком                         | 200          | 5,15       | 1,52                 | 1,35  | 10,91 | 61,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 30           | 3          | 2,04                 | 0,39  | 12,21 | 60,30       |
| Итого      |                       |             |                                       | 635          | 101,49     | 36,09                | 48,88 | 54,32 | 797,89      |

|               |                       |    |                                           |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|-------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 10 | Салат из свежих овощей (огурцы, помидоры) | 100     | 19,30  | 1,10  | 6,12  | 4,57   | 77,00   |
|               | 1 блюдо               | 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 255     | 35,1   | 2,02  | 5,00  | 1,24   | 114,44  |
|               | 2 блюдо               | 12 | Печень говяжья по-строгановски 50/50      | 100     | 81,75  | 6,39  | 3,91  | 190,00 | 231,65  |
|               | Гарнир                | 24 | Каша гречневая рассыпчатая                | 150     | 28,93  | 8,75  | 5,99  | 39,60  | 246,00  |
|               | Напиток               | 17 | Напиток из свежих ягод                    | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб ржаной                               | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП | Хлеб пшеничный                            | 40      | 3      | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
|               |                       |    | Итого                                     | 920     | 190,31 | 26,55 | 22,27 | 284,19 | 1007,16 |
| Итого за день |                       |    |                                           | 1555,00 | 291,80 | 62,64 | 71,15 | 338,51 | 1805,05 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Отверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Каташников О.А.

## Меню на

День: 4

Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет  |                       |                |                                                        |                 |               |                      |       |        |             |
|---------------------------------|-----------------------|----------------|--------------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|--------|-------------|
| Прием<br>пищи                   | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                       |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                         | Закуска               | 3              | Бутерброд с сыром 30/10                                | 40              | 18,14         | 5,02                 | 6,29  | 11,86  | 124,00      |
|                                 | Закуска               | ГП             | Кондитерские изделия (зефир)                           | 40              | 43,65         | 0,80                 | 0,00  | 78,50  | 304,00      |
|                                 | Горячее блюдо         | 1              | Каша молочная Геркулес                                 | 250             | 30,63         | 13,56                | 20,16 | 60,24  | 477,00      |
|                                 | Горячий напиток       | 30             | Чай с сахаром и лимоном                                | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 20              | 3             | 1,36                 | 0,26  | 8,14   | 40,20       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 350             | 99,53         | 20,87                | 26,73 | 173,94 | 1007,2      |
| Обед                            | Закуска               | 71м            | Нарезка из свежих огурцов                              | 60              | 20,64         | 0,24                 | 0,03  | 0,84   | 4,50        |
|                                 | 1 блюдо               | 40             | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы | 200             | 27,25         | 5,68                 | 6,25  | 14,03  | 143,25      |
|                                 | 2 блюдо               | 54             | Картофельная запеканка с мясом                         | 200             | 119,15        | 23,90                | 20,20 | 31,50  | 403,30      |
|                                 | Напиток               | 17             | Напиток из свежих ягод                                 | 200             | 18,48         | 0,52                 | 0,18  | 0,04   | 102,90      |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                         | 55              | 3,75          | 3,70                 | 0,40  | 23,80  | 113,50      |
|                                 |                       | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 745             | 192,27        | 36,08                | 27,35 | 82,42  | 827,75      |
| Итого за день                   |                       |                |                                                        | 1095,00         | 291,80        | 56,95                | 54,08 | 256,36 | 1834,95     |
| Возрастная категория: 12-18 лет |                       |                |                                                        |                 |               |                      |       |        |             |
| Прием<br>пищи                   | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                       |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
|                                 |                       |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                         | Закуска               | 3              | Бутерброд с сыром 40/10                                | 50              | 18,14         | 6,27                 | 7,87  | 14,83  | 155,00      |
|                                 | Закуска               | ГП             | Кондитерские изделия (зефир)                           | 40              | 43,65         | 0,80                 | 0,00  | 78,50  | 304,00      |
|                                 | Горячее блюдо         | 1              | Каша молочная Геркулес                                 | 250             | 30,63         | 13,56                | 20,16 | 60,24  | 477,00      |
|                                 | Горячий напиток       | 30             | Чай с сахаром и лимоном                                | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 570             | 99,53         | 22,8                 | 28,44 | 180,98 | 1058,3      |
| Обед                            | Закуска               | 71м            | Нарезка из свежих огурцов                              | 100             | 20,64         | 1,62                 | 0,05  | 1,40   | 7,50        |
|                                 | 1 блюдо               | 63             | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы | 250             | 27,25         | 7,09                 | 7,57  | 17,54  | 179,06      |
|                                 | 2 блюдо               | 54             | Картофельная запеканка с мясом                         | 200             | 119,15        | 23,90                | 20,20 | 31,50  | 403,30      |
|                                 | Напиток               | 17             | Напиток из свежих ягод                                 | 200             | 18,48         | 0,52                 | 0,18  | 0,04   | 102,90      |
|                                 | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                         | 75              | 3,75          | 5,05                 | 0,55  | 32,46  | 154,77      |
|                                 |                       | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 40              | 3             | 2,72                 | 0,52  | 16,28  | 80,40       |
| Итого                           |                       |                |                                                        | 865             | 192,27        | 40,9                 | 29,17 | 99,22  | 927,93      |
| Итого за день                   |                       |                |                                                        | 1435,00         | 291,80        | 63,70                | 57,61 | 280,20 | 1986,23     |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

## Меню на

День: 5  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет |                          |                |                                                    |                 |               |                        |       |       |             |
|--------------------------------|--------------------------|----------------|----------------------------------------------------|-----------------|---------------|------------------------|-------|-------|-------------|
| Прием<br>пищи                  | Раздел                   | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                 | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) * |       |       | Эн/ц (ккал) |
|                                |                          |                |                                                    |                 |               | Б                      | Ж     | У     |             |
| Завтрак                        | Горячее блюдо            | 31             | Запеканка из творога с молоком<br>сгущенным 170/40 | 210             | 55,9          | 38,04                  | 27,24 | 38,56 | 556,00      |
|                                | Фрукт                    | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или<br>др.           | 100             | 28,2          | 0,40                   | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|                                | Горячий<br>напиток       | 57             | Чай с сахаром                                      | 200             | 2,7           | 0,07                   | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|                                | Хлебобулочное<br>изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                        | 20              | 3             | 1,36                   | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
|                                |                          | ГП             | Хлеб пшеничный или батон                           | 40              | 3,5           | 2,69                   | 0,29  | 17,31 | 82,55       |
| Итого                          |                          |                |                                                    | 570,00          | 93,30         | 42,56                  | 28,39 | 84,32 | 765,75      |

|               |                       |    |                                |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|--------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | ГП | Икра кабачковая                | 60      | 25,35  | 1,64  | 4,31  | 8,72   | 79,80   |
|               | 1 блюдо               | 40 | Суп картофельный с бобовыми    | 250     | 26,7   | 5,50  | 5,28  | 16,53  | 147,50  |
|               | 2 блюдо               | 29 | Бефстроганов из филе кур 45/45 | 90      | 110    | 12,13 | 14,81 | 2,00   | 190,00  |
|               | Гарнир                | 11 | Макароны отварные              | 150     | 10,5   | 5,64  | 5,61  | 36,00  | 216,00  |
|               | Напиток               | 35 | Компот из свежих яблок         | 200     | 18,6   | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                 | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                    | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |    |                                | 835,00  | 198,50 | 30,81 | 30,96 | 127,14 | 921,10  |
| Итого за день |                       |    |                                | 1405,00 | 291,80 | 73,37 | 59,35 | 211,46 | 1686,85 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием<br>пищи | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                              | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|---------------|-----------------------|----------------|-------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|               |                       |                |                                                 |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
|               |                       |                |                                                 |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак       | Горячее блюдо         | 31             | Запеканка из творога с молоком сгущенным 200/45 | 245             | 55,9          | 44,38                | 31,78 | 44,99 | 648,67      |
|               | Фрукт                 | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или др.           | 100             | 28,2          | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|               | Горячий напиток       | 57             | Чай с сахаром                                   | 200             | 2,7           | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                     | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21 | 60,30       |
|               |                       | ГП             | Хлеб пшеничный или батон                        | 40              | 3,5           | 2,69                 | 0,29  | 17,31 | 82,55       |
| Итого         |                       |                |                                                 | 570,00          | 93,30         | 49,58                | 33,06 | 94,82 | 878,52      |

|               |                       |    |                                |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|--------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | ГП | Икра кабачковая                | 100     | 25,35  | 2,73  | 7,18  | 14,54  | 133,00  |
|               | 1 блюдо               | 40 | Суп картофельный с бобовыми    | 250     | 26,7   | 5,50  | 5,28  | 16,53  | 147,50  |
|               | 2 блюдо               | 29 | Бефстроганов из филе кур 50/50 | 100     | 110    | 13,48 | 16,46 | 2,22   | 211,11  |
|               | Гарнир                | 11 | Макароны отварные              | 150     | 10,5   | 5,64  | 5,61  | 36,00  | 216,00  |
|               | Напиток               | 35 | Компот из свежих яблок         | 200     | 18,6   | 0,16  | 0,16  | 27,88  | 114,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                 | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                    | 40      | 3,6    | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
| Итого         |                       |    |                                | 915     | 198,50 | 35,28 | 35,76 | 145,91 | 1056,78 |
| Итого за день |                       |    |                                | 1485,00 | 291,80 | 84,86 | 68,82 | 240,73 | 1935,30 |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждено  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Каланников О.А.

## Меню на

День: 6  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                     | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|----------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                        |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 54          | Каша жидкая молочная рисовая           | 250          | 30,15      | 7,18                 | 10,55 | 52,03  | 332,50      |
|            | Закуска               | 38          | Яйцо отварное                          | 40           | 14,00      | 5,10                 | 4,60  | 0,30   | 63,00       |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 30/10     | 40           | 18,26      | 2,36                 | 7,49  | 14,89  | 136,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                            | 20           | 3,00       | 1,36                 | 2,26  | 8,14   | 40,20       |
|            | Горячий напиток       | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком | 200          | 19,96      | 4,08                 | 3,54  | 17,58  | 118,00      |
|            | Кондитерское изделие  | ГП          | Вафли                                  | 20           | 9,8        | 0,64                 | 0,64  | 15,68  | 75,20       |
| Итого      |                       |             |                                        | 570,00       | 95,17      | 20,72                | 27,08 | 108,62 | 764,90      |

|               |                       |     |                                                     |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|-----|-----------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 71м | Нарезка из свежих огурцов                           | 60      | 28,38  | 0,24  | 0,03  | 0,84   | 4,50    |
|               | 1 блюдо               | 33  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5 | 255     | 47,43  | 1,73  | 4,83  | 7,71   | 85,37   |
|               | Горячее блюдо         | 66  | Жаркое по-Домашнему                                 | 200     | 94,07  | 22,59 | 22,73 | 23,29  | 388,00  |
|               | Напиток               | 25  | Сок                                                 | 200     | 19,4   | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП  | Хлеб пшеничный                                      | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 114,40  |
|               |                       | ГП  | Хлеб ржаной                                         | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |     |                                                     | 740,00  | 196,63 | 31,30 | 28,38 | 88,05  | 736,57  |
| Итого за день |                       |     |                                                     | 1310,00 | 291,80 | 52,02 | 55,46 | 196,67 | 1501,47 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием<br>пищи | Раздел                   | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|---------------|--------------------------|----------------|--------------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|               |                          |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
|               |                          |                |                                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак       | Горячее блюдо            | 54             | Каша жидкая молочная рисовая                           | 250             | 30,15         | 7,18                 | 10,55 | 52,03  | 332,50      |
|               | Закуска                  | 38             | Яйцо отварное                                          | 40              | 14,00         | 5,10                 | 4,60  | 0,30   | 63,00       |
|               | Хлебобулочное<br>изделие | 3              | Бутерброд с маслом сливочным<br>40/10                  | 50              | 18,26         | 3,25                 | 10,30 | 20,47  | 187,00      |
|               |                          | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 30              | 3,00          | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
|               | Горячий<br>напиток       | 2              | Какао (или кофейный напиток) с<br>молоком              | 200             | 19,96         | 4,08                 | 3,54  | 17,58  | 118,00      |
|               | Кондитерское<br>изделие  | ГП             | Вафли                                                  | 30              | 9,8           | 0,64                 | 0,64  | 15,68  | 75,20       |
| Итого         |                          |                |                                                        | 600             | 95,17         | 22,29                | 30,02 | 118,27 | 836,00      |
| Обед          | Закуска                  | 71м            | Нарезка из свежих огурцов                              | 100             | 28,38         | 1,62                 | 0,05  | 1,40   | 7,50        |
|               | 1 блюдо                  | 33             | Щи из свежей капусты с<br>картофелем со сметаной 250/5 | 255             | 47,43         | 1,73                 | 4,83  | 7,71   | 85,37       |
|               | Горячее блюдо            | 66             | Жаркое по-Домашнему                                    | 250             | 94,07         | 28,24                | 28,41 | 29,11  | 485,00      |
|               | Напиток                  | 25             | Сок                                                    | 200             | 19,4          | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 84,00       |
|               | Хлебобулочное<br>изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                         | 75              | 3,75          | 5,05                 | 0,55  | 32,46  | 154,77      |
|               |                          | ГП             | Хлеб ржаной                                            | 40              | 3,6           | 2,72                 | 0,52  | 16,28  | 80,40       |
| Итого         |                          |                |                                                        | 920             | 196,63        | 40,36                | 34,36 | 107,16 | 897,04      |
| Итого за день |                          |                |                                                        | 1520,00         | 291,80        | 62,65                | 64,38 | 225,43 | 1733,04     |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

День: 7  
Возрастная категория: 6-11 лет

## Меню на



Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                 | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                    |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                  | 200          | 46,00      | 20,18                | 30,47 | 3,67  | 367,27      |
|            | Закуска               | 32/1        | Бутерброд с повидлом 30/10         | 40           | 25,76      | 2,32                 | 0,24  | 28,03 | 127,00      |
|            | Горячий напиток       | 57          | Чай с сахаром                      | 200          | 3,00       | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                        | 20           | 2,62       | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко или груша или банан или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
| Итого      |                       |             |                                    | 560,00       | 100,20     | 24,33                | 31,57 | 60,15 | 621,47      |

|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 82         | Салат из отварной свеклы с сыром                                        | 60      | 16,50  | 2,80  | 5,63  | 4,31   | 78,60   |
|               | 1 блюдо               | 5          | Суп гороховый с гренками 200/10                                         | 210     | 36,88  | 5,84  | 4,65  | 22,36  | 164,16  |
|               | Горячее блюдо         | 269М/33 1М | Котлеты ,биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 70/30 | 100     | 88,09  | 10,36 | 17,02 | 10,23  | 259,46  |
|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|               | Гарнир                | 71         | Рис отварной                                                            | 150     | 24,3   | 3,65  | 4,23  | 38,43  | 205,50  |
|               | Напиток               | 86         | Напиток лимонный                                                        | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                          | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                             | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |            |                                                                         | 805     | 191,60 | 28,91 | 32,50 | 111,38 | 984,42  |
| Итого за день |                       |            |                                                                         | 1365,00 | 291,80 | 53,24 | 64,07 | 171,53 | 1605,89 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                 | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                    |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 18          | Омлет натуральный                  | 200          | 46,00      | 20,18                | 30,47 | 3,67  | 367,27      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с повидлом 50/10         | 60           | 28,2       | 3,48                 | 0,36  | 42,04 | 190,50      |
|            | Горячий напиток       | 57          | Чай с сахаром                      | 200          | 3,00       | 0,07                 | 0,20  | 10,01 | 40,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                        | 30           | 2,62       | 3,40                 | 0,65  | 20,35 | 100,50      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко или груша или банан или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
| Итого      |                       |             |                                    | 590          | 102,64     | 27,53                | 32,08 | 86,37 | 745,27      |

|               |                       |             |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 82          | Салат из отварной свеклы с сыром                                        | 100     | 16,50  | 4,67  | 9,38  | 7,18   | 131,00  |
|               | 1 блюдо               | 5           | Суп гороховый с гренками 250/10                                         | 260     | 44,21  | 6,89  | 5,66  | 25,51  | 192,26  |
|               | Горячее блюдо         | 269М/33 1М  | Котлеты ,биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 80/30 | 110     | 88,09  | 38,89 | 11,72 | 90,65  | 209,04  |
|               |                       |             |                                                                         |         |        |       |       |        |         |
|               | Гарнир                | 71          | Рис отварной                                                            | 150     | 14,53  | 3,64  | 5,37  | 36,69  | 208,50  |
|               | Напиток               | 86          | Напиток лимонный                                                        | 200     | 18,48  | 0,52  | 0,18  | 0,04   | 102,90  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб пшеничный                                                          | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
| ГП            |                       | Хлеб ржаной | 40                                                                      | 3,6     | 2,72   | 0,52  | 16,28 | 80,40  |         |
| Итого         |                       |             |                                                                         | 935     | 189,16 | 62,38 | 33,38 | 208,81 | 1078,87 |
| Итого за день |                       |             |                                                                         | 1525,00 | 291,80 | 89,91 | 65,46 | 295,18 | 1824,14 |

Следующий производством

Согласовано

Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Каташиных О.А.Меню на

День: 8

Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 99          | Каша жидкая молочная ячневая          | 200          | 35,98      | 7,31                 | 10,98 | 39,20 | 286,00      |
|            | Закуска               | 65          | Бутерброд с маслом и сыром 30/10/10   | 50           | 25,58      | 6,27                 | 7,86  | 14,83 | 155,00      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Напиток               | 30          | Чай с сахаром и лимоном               | 200          | 4,11       | 0,13                 | 0,02  | 15,20 | 62,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                       | 570,00       | 91,49      | 15,47                | 19,52 | 87,67 | 590,20      |

|               |                       |    |                                                             |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|-------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               |    | Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры)                 | 60      | 22,69  | 0,58  | 3,64  | 2,18   | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 49 | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 200/20 | 220     | 49,27  | 1,94  | 2,44  | 13,55  | 92,40   |
|               | Горячее блюдо         | 47 | Курица запеченная с соусом томатным 70/30                   | 100     | 63,02  | 13,09 | 16,16 | 3,61   | 183,34  |
|               | Гарнир                | 65 | Картофель отварной                                          | 150     | 39,5   | 2,89  | 5,66  | 19,99  | 150,00  |
|               | Напиток               | 25 | Сок                                                         | 200     | 18,48  | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                                              | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП | Хлеб ржаной                                                 | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |    |                                                             | 815,00  | 200,31 | 25,24 | 28,69 | 95,54  | 725,54  |
| Итого за день |                       |    |                                                             | 1385,00 | 291,80 | 40,71 | 48,21 | 183,21 | 1315,74 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                    | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|---------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
|            |                       |             |                                       |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 53          | Каша жидкая молочная ячневая          | 200          | 35,98      | 7,31                 | 10,98 | 39,20  | 286,00      |
|            | Закуска               | 65          | Бутерброд с маслом и сыром 40/10/15   | 65           | 25,58      | 8,15                 | 10,22 | 19,30  | 201,50      |
|            | Фрукт                 | ГП          | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100          | 22,82      | 0,40                 | 0,40  | 10,30  | 47,00       |
|            | Напиток               | 30          | Чай с сахаром и лимоном               | 200          | 4,11       | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                           | 30           | 3          | 3,40                 | 0,65  | 20,35  | 100,50      |
| Итого      |                       |             |                                       | 595          | 91,49      | 19,39                | 22,27 | 104,35 | 697         |

|               |                       |       |                                                             |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|-------|-------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               |       | Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры)                 | 100     | 22,69  | 0,96  | 6,07  | 3,63   | 70,00   |
|               | 1 блюдо               | 49,50 | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 230/20 | 250     | 49,27  | 2,21  | 2,77  | 15,40  | 105,00  |
|               | Горячее блюдо         | 47    | Курица запеченная с соусом томатным 70/30                   | 110     | 63,02  | 14,40 | 17,78 | 4,00   | 191,52  |
|               | Гарнир                | 65    | Картофель отварной                                          | 150     | 39,5   | 2,89  | 5,66  | 19,99  | 150,00  |
|               | Напиток               | 25    | Сок                                                         | 200     | 18,48  | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП    | Хлеб пшеничный                                              | 75      | 3,75   | 5,05  | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|               |                       | ГП    | Хлеб ржаной                                                 | 40      | 3,6    | 2,72  | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
| Итого         |                       |       |                                                             | 925,00  | 200,31 | 29,23 | 33,35 | 111,96 | 835,69  |
| Итого за день |                       |       |                                                             | 1520,00 | 291,80 | 48,62 | 55,62 | 216,31 | 1532,69 |

Заведующий производством

*Заведующий производством*

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Кашашиников О.А.

## Меню на

День: 10  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|----------------|----------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |                |                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 85             | Каша молочная "Рябчик"                 | 200             | 29,13         | 8,64                 | 9,38  | 37,10 | 266,00      |
|            | Закуска               | 65             | Бутерброд с маслом и сыром 30/10/10    | 50              | 25,58         | 6,27                 | 7,86  | 14,83 | 155,00      |
|            | Фрукт                 | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или др.  | 100             | 28,6          | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Напиток               | 2              | Какао (или кофейный напиток) с молоком | 200             | 19,96         | 4,08                 | 3,54  | 17,58 | 118,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                            | 20              | 3             | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |                |                                        | 570,00          | 106,27        | 20,75                | 21,44 | 87,95 | 626,20      |

|               |                       |    |                                                                            |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|----|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               |    | Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры) 30/30                          | 60      | 25,93  | 0,58  | 3,64  | 2,18   | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 60 | Суп картофельный с рыбными консервами                                      | 250     | 39,98  | 10,88 | 2,78  | 21,78  | 155,00  |
|               | Горячее блюдо         | 34 | Плов с мясом птицы                                                         | 150     | 83,99  | 13,51 | 6,71  | 27,34  | 224,00  |
|               | Напиток               | 25 | Сок                                                                        | 200     | 18,48  | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте творожное | 30      | 9,8    | 4,65  | 13,00 | 14,65  | 190,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                                                             | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб ржаной                                                                | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |    |                                                                            | 775,00  | 185,53 | 36,36 | 26,92 | 122,16 | 868,80  |
| Итого за день |                       |    |                                                                            | 1345,00 | 291,80 | 57,11 | 48,36 | 210,11 | 1495,00 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                     | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|----------------|----------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |                |                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
|            |                       |                |                                        |                 |               | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 85             | Каша молочная "Рябчик"                 | 250             | 29,13         | 10,80                | 11,73 | 46,38 | 332,50      |
|            | Кондитерское изделие  | 65             | Бутерброд с маслом и сыром 40/10/15    | 65              | 25,58         | 2,21                 | 4,48  | 0,51  | 200,20      |
|            | Горячий напиток       | ГП             | Яблоко, или груша, или банан, или др.  | 100             | 28,6          | 0,40                 | 0,40  | 10,30 | 47,00       |
|            | Хлебобулочное изделие | 2              | Какао (или кофейный напиток) с молоком | 200             | 19,96         | 4,08                 | 3,54  | 17,58 | 118,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП             | Хлеб ржаной                            | 30              | 3             | 2,04                 | 0,39  | 12,21 | 60,30       |
| Итого      |                       |                |                                        | 645,00          | 106,27        | 19,53                | 20,54 | 86,98 | 758,00      |

|                          |                       |    |                                                   |         |        |        |       |        |         |
|--------------------------|-----------------------|----|---------------------------------------------------|---------|--------|--------|-------|--------|---------|
| Обед                     | Закуска               |    | Нарезка из свежих овощей (огурцы, помидоры) 30/30 | 100     | 25,93  | 0,96   | 6,07  | 3,63   | 70,00   |
|                          | 1 блюдо               | 60 | Суп картофельный с рыбными консервами             | 250     | 39,98  | 10,88  | 2,78  | 21,78  | 155,00  |
|                          | Горячее блюдо         | 34 | Плов с мясом птицы                                | 220     | 93,79  | 19,81  | 9,84  | 40,10  | 328,53  |
|                          | Напиток               | 25 | Сок                                               | 200     | 18,48  | 1,00   | 0,00  | 20,20  | 84,00   |
|                          | Хлебобулочное изделие | ГП | Хлеб пшеничный                                    | 75      | 3,75   | 5,05   | 0,55  | 32,46  | 154,77  |
|                          |                       | ГП | Хлеб ржаной                                       | 40      | 3,6    | 2,72   | 0,52  | 16,28  | 80,40   |
|                          | Итого                 |    |                                                   |         | 885    | 185,53 | 40,41 | 19,76  | 134,45  |
| Итого за день            |                       |    |                                                   | 1530,00 | 291,80 | 59,95  | 40,30 | 221,43 | 1630,70 |
| Заведующий производством |                       |    |                                                   |         |        |        |       |        |         |

Заведующий производством

*М*

Согласовано  
Директор ОУ

## Меню на

День: 1

Возрастная категория: 6-11 лет

| Возрастная категория: 6-11 лет |                       |            |                                                             |                 |               |                      |       |        |             |
|--------------------------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|--------|-------------|
| Прием<br>пищи                  | Раздел                | № Рецептур | Наименование блюда                                          | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                |                       |            |                                                             |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                        | Горячее блюдо         | 43         | Каша жидкая молочная пшеничная                              | 200             | 29,64         | 8,12                 | 9,38  | 41,52  | 282,00      |
|                                | Закуска               | 65         | Бутерброд с маслом сливочным, сыром 30/10/10                | 50              | 26,52         | 6,27                 | 7,86  | 14,83  | 155,00      |
|                                | Фрукт                 | ГП         | Яблоко, или груша, или банан, или др.                       | 100             | 37,60         | 0,40                 | 0,40  | 10,30  | 47,00       |
|                                | Горячий напиток       | 30         | Чай с сахаром и лимоном                                     | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб ржаной                                                 | 20              | 3,50          | 1,36                 | 0,26  | 8,14   | 40,20       |
| Итого                          |                       |            |                                                             | 570             | 101,37        | 16,28                | 17,92 | 89,99  | 586,2       |
| Обед                           | Закуска               | 82         | Нарезка из свежих помидоров                                 | 60              | 26,15         | 0,66                 | 3,67  | 2,74   | 46,20       |
|                                | 1 блюдо               | 49,50      | Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины 200/20 | 220             | 40,17         | 3,67                 | 4,09  | 15,17  | 120,60      |
|                                | Горячее блюдо         | 234М/ссж   | Котлеты или биточки рыбные с соусом 70/30                   | 100             | 64,02         | 8,55                 | 11,34 | 11,13  | 202,22      |
|                                | Гарнир                | 65         | Картофель отварной                                          | 150             | 33,26         | 2,89                 | 5,66  | 19,99  | 150,00      |
|                                | Напиток               | 25         | Сок                                                         | 200             | 19,48         | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 84,00       |
|                                | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                              | 55              | 3,75          | 3,70                 | 0,40  | 23,80  | 113,50      |
|                                |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                 | 30              | 3,6           | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                          |                       |            |                                                             | 815             | 190,43        | 21,85                | 21,88 | 102,50 | 730,62      |
| Итого за день                  |                       |            |                                                             | 1385            | 291,8         | 38,13                | 39,8  | 192,49 | 1316,82     |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Возрастная категория: 12-18 лет |                          |                |                                                                   |                 |               |                      |       |        |             |
|---------------------------------|--------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|----------------------|-------|--------|-------------|
| Прием<br>пищи                   | Раздел                   | №<br>Рецептуры | Наименование блюда                                                | Выход,<br>грамм | Цена,<br>руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|                                 |                          |                |                                                                   |                 |               | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак                         | Горячее блюдо            | 43             | Каша жидкая молочная пшениная                                     | 250             | 29,64         | 10,15                | 11,73 | 51,90  | 352,50      |
|                                 | Закуска                  | 65             | Бутерброд с маслом сливочным,<br>сыром 40/10/15                   | 65              | 26,52         | 8,15                 | 10,22 | 19,30  | 201,50      |
|                                 | Фрукт                    | ГП             | Яблоко, или груша, или банан,<br>или др.                          | 100             | 37,60         | 0,40                 | 0,40  | 10,30  | 47,00       |
|                                 | Горячий напиток          | 30             | Чай с сахаром и лимоном                                           | 200             | 4,11          | 0,13                 | 0,02  | 15,20  | 62,00       |
|                                 | Хлебобулочное<br>изделие | ГП             | Хлеб ржаной                                                       | 30              | 3,50          | 2,04                 | 0,39  | 12,21  | 60,30       |
| Итого                           |                          |                |                                                                   | 645             | 101,37        | 20,87                | 22,76 | 108,91 | 723,3       |
| Обед                            | Закуска                  | 82             | Нарезка из свежих помидоров                                       | 100             | 26,15         | 1,10                 | 6,12  | 4,57   | 77,00       |
|                                 | 1 блюдо                  | 49,50          | Суп картофельный с мясными<br>фрикадельками из говядины<br>230/20 | 250             | 40,17         | 3,94                 | 4,42  | 17,02  | 133,20      |
|                                 | 2 блюдо                  | 234М/ссж       | Котлеты или биточки рыбные с<br>соусом 80/30                      | 110             | 64,02         | 9,36                 | 12,32 | 12,07  | 220,22      |
|                                 | Гарнир                   | 65             | Картофель отварной                                                | 150             | 33,26         | 2,89                 | 5,66  | 19,99  | 150,00      |
|                                 | Напиток                  | 25             | Сок                                                               | 200             | 19,48         | 1,00                 | 0,00  | 20,20  | 84,00       |
|                                 | Хлебобулочное<br>изделие | ГП             | Хлеб пшеничный                                                    | 75              | 3,75          | 5,05                 | 0,55  | 32,46  | 154,77      |
|                                 |                          | ГП             | Хлеб ржаной                                                       | 40              | 3,6           | 2,72                 | 0,52  | 16,28  | 80,40       |
| Итого                           |                          |                |                                                                   | 925             | 190,43        | 26,06                | 29,59 | 122,59 | 899,59      |
| Итого за день                   |                          |                |                                                                   | 1570            | 291,8         | 46,93                | 52,35 | 231,5  | 1622,89     |

Заведующий производством

Согласовано  
Директор ОУ

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калиников О.А.

## Меню на

День: 2  
Возрастная категория: 6-11 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |       | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|-------|-------------|
|            |                       |             |                                                                  |              |            | Б                    | Ж     | У     |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 54          | Каша жидкая молочная рисовая                                     | 250          | 51,59      | 17,94                | 16,74 | 21,72 | 310,00      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 30/10                               | 40           | 11,47      | 2,36                 | 7,49  | 14,89 | 136,00      |
|            | Напиток               | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком                           | 200          | 19,96      | 4,08                 | 3,54  | 17,58 | 118,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте | 40           | 15,8       | 6,20                 | 17,33 | 19,53 | 253,33      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                                                      | 20           | 3          | 1,36                 | 0,26  | 8,14  | 40,20       |
| Итого      |                       |             |                                                                  | 550          | 101,82     | 31,94                | 45,36 | 81,86 | 857,53      |

|               |                       |            |                                                                        |         |        |       |       |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 49         | Салат Витаминный                                                       | 60      | 18,98  | 0,65  | 3,32  | 5,61   | 54,12   |
|               | 1 блюдо               | 28         | Рассольник ленинградский со сметаной 200/5                             | 205     | 40,66  | 1,62  | 4,08  | 9,60   | 84,00   |
|               | 2 блюдо               | 269М/33 1М | Котлеты ,биточки особые (свиноговяжьи)с соусом томатно/сметанным 70/30 | 100     | 91     | 10,89 | 18,52 | 12,34  | 282,07  |
|               | Гарнир                | 16         | Макаронные изделия отварные с овощами                                  | 150     | 16,46  | 5,28  | 6,60  | 32,70  | 211,20  |
|               | Напиток               | 17         | Напиток из сухофруктов                                                 | 200     | 15,53  | 0,66  | 0,10  | 32,00  | 132,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                         | 55      | 3,75   | 3,70  | 0,40  | 23,80  | 113,50  |
|               |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                            | 30      | 3,6    | 2,04  | 0,39  | 12,21  | 60,30   |
| Итого         |                       |            |                                                                        | 800     | 189,98 | 24,84 | 33,41 | 128,26 | 937,19  |
| Итого за день |                       |            |                                                                        | 1350,00 | 291,80 | 56,78 | 78,77 | 210,12 | 1794,72 |

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Раздел                | № Рецептуры | Наименование блюда                                               | Выход, грамм | Цена, руб. | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн/ц (ккал) |
|------------|-----------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|--------------|------------|----------------------|-------|--------|-------------|
|            |                       |             |                                                                  |              |            | Б                    | Ж     | У      |             |
| Завтрак    | Горячее блюдо         | 48          | Рагу овощное с птицей                                            | 250          | 51,59      | 9,33                 | 7,30  | 39,57  | 265,78      |
|            | Закуска               | 3           | Бутерброд с маслом сливочным 40/15                               | 55           | 11,47      | 0,06                 | 39,00 | 0,09   | 187,20      |
|            | Напиток               | 2           | Какао (или кофейный напиток) с молоком                           | 200          | 19,96      | 7,19                 | 7,88  | 32,02  | 226,20      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Печенье или выпечка или собственного производства в ассортименте | 50           | 15,8       | 6,04                 | 16,90 | 19,04  | 247,00      |
|            | Хлебобулочное изделие | ГП          | Хлеб ржаной                                                      | 30           | 3          | 1,27                 | 0,26  | 11,63  | 52,00       |
| Итого      |                       |             |                                                                  | 585          | 101,82     | 23,89                | 71,34 | 102,35 | 978,18      |

|               |                       |            |                                                                         |         |        |       |        |        |         |
|---------------|-----------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|--------|--------|---------|
| Обед          | Закуска               | 49         | Салат Витаминный                                                        | 100     | 18,98  | 5,53  | 9,35   | 90,20  | 42,00   |
|               | 1 блюдо               | 28         | Рассольник ленинградский со сметаной 240/10                             | 250     | 40,66  | 2,43  | 4,29   | 21,37  | 124,41  |
|               | 2 блюдо               | 269М/33 М1 | Котлеты ,биточки особые (свино-говяжьи)с соусом томатно/сметанным 80/30 | 110     | 91,00  | 15,49 | 17,36  | 16,38  | 284,40  |
|               | Гарнир                | 16         | Макаронные изделия отварные с овощами                                   | 150     | 16,46  | 3,24  | 7,58   | 18,87  | 150,00  |
|               | Напиток               | 17         | Напиток из сухофруктов                                                  | 200     | 15,53  | 0,94  | 0,00   | 39,89  | 169,00  |
|               | Хлебобулочное изделие | ГП         | Хлеб пшеничный                                                          | 75      | 3,75   | 5,70  | 1,07   | 27,10  | 148,70  |
|               |                       | ГП         | Хлеб ржаной                                                             | 40      | 3,6    | 1,91  | 0,39   | 17,47  | 78,00   |
| Итого         |                       |            |                                                                         | 925     | 189,98 | 35,24 | 40,04  | 231,28 | 996,51  |
| Итого за день |                       |            |                                                                         | 1510,00 | 291,80 | 59,13 | 111,38 | 333,63 | 1974,69 |

Заведующий производством