

УТВЕРЖДАЮ
АУ КШП "Альтернатива" **С.Н. Бардасова**

СОГЛАСОВАНО

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Флоды или ягоды свежие (яблоки)	100	13,00	0,4	0,4	9,8	32	K000338
Каша "Дружба"	200	19,76	4,97	13,61	23,62	237	Я300061
Кофейный напиток с молоком	200	10,62	3,29	3,45	11,32	89	Я100180
Бутерброд с сыром	60	28,25	7,93	13,87	19,06	233	KK00003
Всего в Завтрак		71,63	16,59	31,33	63,8	591	
Обед							
Макароны отварные	200	11,84	6,72	8,9	43,24	280	Я300066
Чай с лимоном и сахаром	200	4,35	0,43	0,1	6,62	29	Я100160
Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	250	16,22	3	3 068	15	186	Я200039
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	X300242
Салат из квашеной капусты	100	14,33	1,5	5,27	6,98	81	K000047
Тефтели в сметанно-томатном соусе	100	34,27	4,93	17,51	7,49	207	K000333
Всего в Обед		84,88	21,2	3 100,74	101,98	899	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

УТВЕРЖДАЮ

С.Н. Бардасова

ГБОУ КШП "Альтернатива"

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: Осенне-зимний
Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (с маслом)	200	15,37	6,91	11,51	28,54	245	Б000173
Бутерброд с маслом	50	17,92	2,36	14,57	14,41	198	К000001
Плоды или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	Л000338
Чай с молоком	200	6,32	2,06	2,13	15,89	91	К000378
Всего в Завтрак		56,61	12,08	28,47	66,21	569	
Обед							
Салат из белокачанной капусты с морковью	100	5,86	1,6	10,1	9,6	136	Я300009
Компот из изюма	200	5,86	0,34		18,37	75	Я200206
Борщ с капустой и картофелем	250	21,13	5,25	10,65	11,4	162	К000082
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242
Котлета натур. в сметанно-томатном соусе	100	36,71	6,39	15,24	4,78	182	К000333
Каша рассыпчатая (рисовая)	200	9,81	4,66	4,44	45,54	241	К000302
Всего в Обед		83,24	22,86	41,39	112,34	912	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

УТВЕРЖДАЮ
С.Н. Бардасова
ОУ КШП "Альтернатива"

СОГЛАСОВАНО

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше**

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	13,00	0,4	0,4	9,8	32	K000338
Какао с молоком	200	15,52	4,56	4,44	13,65	113	Я100178
Батон	40	3,94	3	1,2	20,56	105	Я300241
Запеканка из творога	210	68,28	29,75	19,98	39,08	455	Я200098
Всего в Завтрак		100,74	37,71	26,02	83,09	705	
Обед							
Рагу из курицы	250	56,31	21,78	17,58	20,74	328	РАГУ012
Чай с сахаром	200	2,92	0,38	0,09	13,7	57	Я100159
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242
Рассольник ленинградский	250	22,31	6	13	18	237	K000к97
Салат морковный	100	10,52	2	1,8	26	112	K000066
Всего в Обед		95,93	34,78	33,43	101,09	850	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

толовая

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

ИАУ КШП "Альтернатива"

С.Н. Бардасова

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше**

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Бутерброд с сыром	50	18,76	5,93	7,78	14,27	151	K000003
Каша вязкая молочная пшеничная	200	11,58	8,1	10,25	35,66	267	Я300057
Кофейный напиток с молоком	200	10,62	3,29	3,45	11,32	89	Я100180
Плоды или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	л000338
Всего в Завтрак		57,96	18,07	21,74	68,62	542	
Обед							
Гуляш из свинины	100	40,65	12,12	28,15	2,28	311	K000260
Каша гречневая рассыпчатая	200	12,77	11	9,3	47,9	319	Я300070
Компот из кураги	200	6,76	0,56		16,28	67	Я300204
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	X300242
Суп картофельный с бобовыми	250	16,57	8,37	11,74	17,64	210	K000102
Салат из свежих огурцов	100	11,22	0,76	12,1	2,79	120	K000020
Всего в Обед		91,84	37,43	62,25	109,54	1 143	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

АУ КШП "Альтернатива"

С.Н. Бардасова

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше****1-ая неделя/Пятница**

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	13,00	0,4	0,4	9,8	32	K000338
Макароны отварные с сыром	200	22,33	10,94	10,23	37,8	287	Я300069
Компот из изюма	200	5,86	0,34		18,37	75	Я200206
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,94	2,17	0,37	10,21	53	X300242
Бутерброд с повидлом	50	11,00	1,98	6,2	22,03	152	K000002
Всего в Завтрак		54,13	15,83	17,2	98,21	599	
Обед							
Картофельное пюре	200	26,43	5,23	16,26	26,72	274	Я300077
Огурцы соленные	100	14,44	1	0,19	2,1	15	K000070
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	X300242
Компот из свежих плодов (груши)	200	10,75	0,55	0,6	25,25	123	КОМПОТ1
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	41,80	11,41	16,72	16,65	263	Я20012И
Щи из свежей капусты	250	19,20	3	11	12	155	K00012И
Всего в Обед		116,49	25,81	45,73	105,37	946	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

УТВЕРЖДАЮ
С.Н. Бардасова

ИАУ КШП "Альтернатива"

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше**

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Каша "Дружба"	200	12,28	5	6,9	23,9	178	Я200060
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	7,77	0,15	0,14	25,36	103	К000342
Бутерброд с сыром	60	28,25	7,93	13,87	19,06	233	КК00003
Плоды или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	Л000338
Всего в Завтрак		65,30	13,83	21,17	75,69	549	
Обед							
Салат из белокачанной капусты с морковью	100	5,86	1,6	10,1	9,6	136	Я300009
Макароны отварные	200	11,84	6,72	8,9	43,24	280	Я300066
Чай с сахаром	200	2,92	0,38	0,09	13,7	57	Я100159
Борщ с капустой и картофелем	250	21,13	5,25	10,65	11,4	162	К000082
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242
Тефтели в сметанно-томатном соусе	100	34,27	4,93	17,51	7,49	207	К000333
Всего в Обед		79,89	23,5	48,21	108,08	958	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

ГАОУ КШП "Альтернатива"

С.Н. Бардасова

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше****2-ая неделя/Вторник**

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	13,00	0,4	0,4	9,8	32	K000338
Какао с молоком сгущенным	200	15,48	3,5	3,3	22,3	133	Я300179
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев (с маслом)	200	15,37	6,91	11,51	28,54	245	Б000173
Бутерброд с повидлом	50	11,00	1,98	6,2	22,03	152	K000002
Всего в Завтрак		54,85	12,79	21,41	82,67	562	
Обед							
Плов с курицей	250	59,69	28,58	12,71	38,72	384	Я300131
Компот из кураги	200	6,76	0,56		16,28	67	Я300204
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	X300242
Щи из свежей капусты	250	19,20	3	11	12	155	K00012И
Винегрет овощной	100	8,74	1,41	8,92	7,21	115	K000067
Всего в Обед		98,26	38,17	33,59	96,86	837	

Стоимости рассчитаны по ценам из прайс-листа поставщика продукции

УТВЕРЖДАЮ

С.Н. Бардасова

СОГЛАСОВАНО

МАУ КШП "Альтернатива"

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: Осенне-зимний
Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

2-ая неделя/Среда							
Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Каша жидкая молочная гречневая	200	14,93	7,11	12,04	28,41	250	Я300064
Чай с сахаром	200	2,92	0,38	0,09	13,7	57	Я100159
Бутерброд с сыром	60	28,25	7,93	13,87	19,06	233	КК00003
Плоды или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	л000338
Всего в Завтрак		63,10	16,17	26,26	68,54	575	
Обед							
Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	10,77	1,8	5,4	16,6	122	Я300015
Картофельное пюре	200	26,43	5,23	16,26	26,72	274	Я300077
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242
Рассольник ленинградский	250	22,31	6	13	18	237	К000к97
Компот из свежих плодов (груши)	200	10,75	0,55	0,6	25,25	123	КОМПОТ1
Мясо тушеное (курица)	100	33,65	15,33	4,72	2,57	114	К000256
Всего в Обед		107,78	33,53	40,94	111,79	986	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

МАУ КШП "Альтернатива"

УТВЕРЖДАЮ

С.Н. Бардасова

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

СОГЛАСОВАНО

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон:

Осенне-зимний

Возрастная категория:

Дети 12 лет и старше

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда		Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
1	2	3	4	5	6	7	8	
2-ая неделя/Пятница								
Завтрак								
Чай с сахаром	200	2,92	0,38	0,09	13,7	57	Я100159	
Бутерброд с маслом	50	17,92	2,36	14,57	14,41	198	К000001	
Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	250	19,32	6,8	12,61	34,41	278	К000181	
Фрукты или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	Л000338	
Всего в Завтрак		57,16	10,29	27,53	69,89	568		
Обед								
Компот из изюма	200	5,86	0,34		18,37	75	Я200206	
Картофельное пюре	200	26,43	5,23	16,26	26,72	274	Я300077	
Суп крестьянский с крупой (крупя- рисовая)	250	16,22	3	3 068	15	186	Я200039	
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242	
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	41,80	11,41	16,72	16,65	263	Я20012И	
Салат зеленый с огурцами	100	10,56	1,09	5,35	3,03	65	К000018	
Всего в Обед		104,74	25,69	3 107,29	102,42	979		

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

ОТВЕРЖДАЮ
С.Н. Бардасова

ОАО КШП "Альтернатива"

СОГЛАСОВАНО

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше**

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	100	13,00	0,4	0,4	9,8	32	K000338
Макароны отварные с сыром	200	22,33	10,94	10,23	37,8	287	Я300069
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	13,45	3,37	3,63	21,07	130	K000380
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,94	2,17	0,37	10,21	53	X300242
Бутерброд с повидлом	50	11,00	1,98	6,2	22,03	152	K000002
Всего в Завтрак		61,72	18,86	20,83	100,91	654	
Обед							
Гуляш из свинины	100	40,65	12,12	28,15	2,28	311	K000260
Чай с сахаром	200	2,92	0,38	0,09	13,7	57	Я100159
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	X300242
Суп картофельный с бобовыми	250	16,57	8,37	11,74	17,64	210	K000102
Салат из квашеной капусты	100	14,33	1,5	5,27	6,98	81	K000047
Каша рассыпчатая (рисовая)	200	9,81	4,66	4,44	45,54	241	K000302
Всего в Обед		88,15	31,65	50,65	108,79	1 016	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.