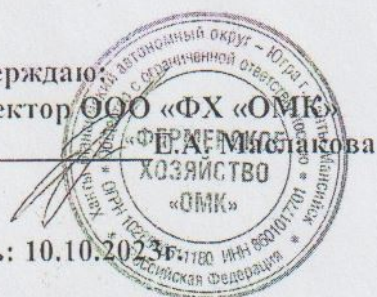
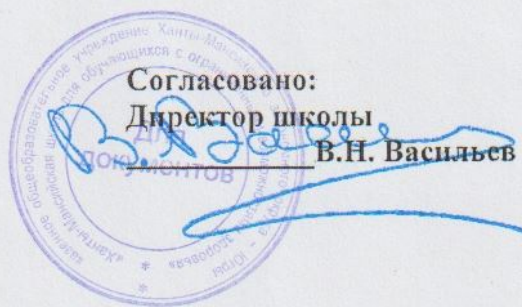


Утверждаю:
Директор ООО «ФХ «ОМК»



Согласовано:
Директор школы
В.Н. Васильев



День: 10.10.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень- зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
233/2021	Каша кукурузная молочная жидкая	250	8,00	9,00	46,38	290,25
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62
573/2021	Хлеб «пшеничный»	50	3,80	0,40	24,60	117,00
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	45	6,90	9,00	10,00	149,00
82/121	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		645	20,1	18,9	105,7	662,3

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53/2021	Икра свекольная	100	1,6	3,6	8,5	72,0
95/2021	Борщ с капустой и картофелем	250	9,6	11,2	7,5	168,0
349/2021	Тефтели из говядины в молочном соусе	120	13,7	11,4	8,6	212,6
377/2021	Картофельное пюре	180	4,0	7,2	11,0	126,0
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84,0
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,3	0,2	14,8	70,2
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,8	0,5	14,0	72,1
544/2021	Булочка "Российская"	50	3,2	3,5	23,8	140,0
Итого:		965	37,8	37,8	108,2	944,9
Всего:			57,9	56,7	213,8	1607,1

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХ «ОМК»
 ШИШЕРМАСЛАНОВА



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День: 10.10.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

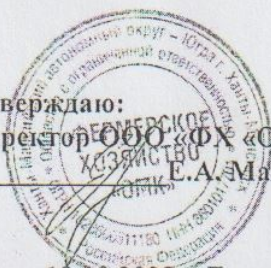
Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
233/2021	Каша кукурузная молочная жидкая	200	8,00	9,00	46,38	290,25
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62
573/2021	Хлеб «пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
65/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	35	5,20	7,80	7,40	121,00
82/121	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		565	16,9	17,5	93,2	587,5

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53/2021	Икра свекольная	100	1,60	3,60	8,50	72,00
95/2021	Борщ с капустой и картофелем	200	7,68	8,94	5,96	134,40
349/2021	Тефтели из говядины в молочном соусе	90	10,29	9,00	6,43	159,43
377/2021	Картофельное пюре	180	4,00	7,20	11,00	126,00
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,30	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
544/2021	Булочка "Российская"	30	2,05	2,10	14,25	84,00
Итого:		865	31,3	31,7	95,0	802,1
Всего:			48,2	49,2	188,3	1389,6

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХ «ОМК»
 Е.А. Маслакова



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День: 10.10.2023г. Диета

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

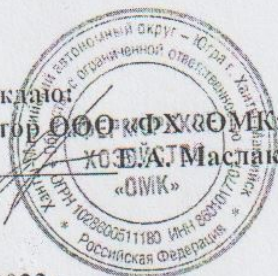
Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
233/2021	Каша кукурузная молочная жидкая	200	8,00	9,00	46,38	290,25
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62
573/2021	Хлеб «пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
65/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	35	5,20	7,80	7,40	121,00
82/121	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		565	16,9	17,5	93,2	587,5

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53/2021	Икра свекольная	100	1,60	3,60	8,50	72,00
95/2021	Борщ с капустой и картофелем	200	7,68	8,94	5,96	134,40
349/2021	Тефтели из говядины в молочном соусе	90	10,29	9,00	6,43	159,43
377/2021	Картофельное пюре	180	4,00	7,20	11,00	126,00
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,30	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
822021	Фрукты	30	0,3	0,10	3,00	11,00
Итого:		865	29,55	29,7	83,75	729,1
Всего:			46,45	47,2	176,95	1316,6

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХВ ОМ»
 КОЕ.А.Т.Маслакова



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День:
 11.10.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
237/2021	Каша овсяная жидкая (молочная)	250	10	11	40,43	296,25
462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,90	94,00
73/2021	Бутерброды с маслом сливочным и джемом	50	2,00	4,75	25,25	151,25
82/2021	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
267/2021	яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
Итого:		640	21,2	23,7	89,7	648,5

Обед

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
47/2021	Винегрет овощной	100	1,60	6,20	6,60	88,00
99/2021	Рассольник	250	2,18	4,58	8,13	82,25
308/2021	Котлета школьная	100	15,30	11,00	13,30	213,00
385/2021	Рис отварной	180	4,52	6,52	46,62	263,16
501/2021	Сок фруктовый, овощной, ягодный	200	1,00	0,20	20,20	86,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	55	4,18	0,44	27,06	128,70
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
542/2021	Булочка "Домашняя"	30	2,10	3,35	13,90	94,50
Итого:		950	33,7	32,8	149,8	1027,7
Всего:			54,9	56,5	239,5	1676,2

Утверждаю:
Директор ООО «ФХ «ОМК»
С.А. Мельникова

День:
11.10.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

Согласовано:

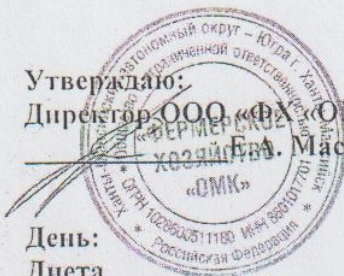
Директор школы
В.Н. Васильев

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
237/2021	Каша овсяная жидкая (молочная)	200	8,00	9,00	32,34	237,00
462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,90	94,00
73/2021	Бутерброды с маслом сливочным и джемом	40	1,60	3,80	20,20	121,00
267/2021	яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
82/2021	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого:		580	18,4	20,7	76,5	559,0

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
47/2021	Винегрет овощной	100	1,60	6,20	6,60	88,00
99/2021	Рассольник	200	1,74	3,66	6,50	65,80
308/2021	Котлета школьная	90	13,77	9,90	11,97	191,70
385/2021	Рис отварной	150	3,77	5,43	38,85	219,30
501/2021	Сок фруктовый, овощной, ягодный	200	1,00	0,20	20,20	86,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	50	3,80	0,40	24,60	117,00
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
542/2021	Булочка "Домашняя"	30	2,10	3,35	13,90	94,50
Итого:		855	29,4	29,7	136,7	934,4
Всего:			47,8	50,4	213,2	1493,4

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХ «ОМК»
 Хасяй Е.В. Маслакова



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День:
 Диета
 11.10.2023г.
 Неделя: вторая
 Сезон: осень-зима
 Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
237/2021	Каша овсяная жидкая (молочная)	200	8,00	9,00	32,34	237,00
462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,90	94,00
73/2021	Бутерброды с маслом сливочным и джемом	40	1,60	3,80	20,20	121,00
267/2021	яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
82/2021	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого:		580	18,4	20,7	76,5	559,0

Обед

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
47/2021	Винегрет овощной	100	1,60	6,20	6,60	88,00
99/2021	Рассольник	200	1,74	3,66	6,50	65,80
308/2021	Котлета школьная	90	13,77	9,90	11,97	191,70
385/2021	Рис отварной	150	3,77	5,43	38,85	219,30
501/2021	Сок фруктовый, овощной, ягодный	200	1,00	0,20	20,20	86,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	50	3,80	0,40	24,60	117,00
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
82/2021	Фрукты	30	0,10	0,1	3,00	22,00
Итого:		855	27,4	26,45	125,8	861,9
Всего:			45,8	47,15	202,3	1420,9