

# ООО "Виктория Буше"

*Директор*



Согласовано

" 02 " 09 2024 г.

Утверждаю



Генеральный директор ООО "Виктория Буше"

" 02 " 09 2024 г.

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд для детей ОВЗ

2024 г.

Возрастная категория:

дети 7-11 лет

Рацион: *ОБЕД*

Сезон: Осень

ООО " ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 1)

Рацион: обед

Возраст: 7-11 лет

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: понедельник

Неделя : 1

Сезон : Осень

| № рецеп       | Приём пищи, наименование блюда               | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |      |      | Энергетическая ценность | Витамины(мг) |      |       |       |       |   | Минеральные вещества(мг) |    |  |  |  |  |
|---------------|--|--------------|----------------------|------|-------|--------|------|------|-------------------------|--------------|------|-------|-------|-------|---|--------------------------|----|--|--|--|--|
|               |  |              | Б                    | Ж    | У     | 4      | 5    | 6    |                         | В1           | С    | А     | Е     | Ca    | Р | Mg                       | Fe |  |  |  |  |
| 1             | 2  | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8    | 9    | 10                      | 11           | 12   | 13    | 14    | 15    |   |                          |    |  |  |  |  |
| Обед          |  |              |                      |      |       |        |      |      |                         |              |      |       |       |       |   |                          |    |  |  |  |  |
| 71            | Огурцы свежие                                | 100          | 0,8                  | 0,1  | 2,5   | 14,1   | 0,04 | 10   | 88,4                    | 0,4          | 23   | 42    | 14    | 14,1  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 102           | Суп картофельный с горохом и мясом (свинина) | 200          | 6                    | 3,4  | 12,9  | 90,24  | 0,2  | 3,6  | 0                       | 0,1          | 65,6 | 262,4 | 38,4  | 0,8   |   |                          |    |  |  |  |  |
| 282           | Оладьи из печени с маслом сливочным          | 90           | 13,5                 | 16,4 | 5,5   | 238,4  | 0,18 | 69,3 | 57,6                    | 0            | 17,4 | 13,4  | 198,6 | 10,1  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 309           | Макароны отварные с маслом                   | 150          | 5,1                  | 7,5  | 28,5  | 201,9  | 0,06 | 0    | 0                       | 1,95         | 12   | 34,5  | 7,5   | 0,75  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 349           | Компот из смеси сухофруктов                  | 200          | 1,16                 | 0,3  | 47,26 | 196,38 | 0,02 | 0,8  | 0                       | 0,2          | 5,84 | 46    | 33    | 0,96  |   |                          |    |  |  |  |  |
| ПР            | Хлеб пшеничный                               | 20           | 1,58                 | 0,2  | 9,66  | 23,38  | 0,02 | 0    | 0                       | 0,26         | 4,6  | 17,4  | 6,6   | 0,22  |   |                          |    |  |  |  |  |
| ПР            | Хлеб ржано-пшеничный                         | 30           | 2,24                 | 0,44 | 19,76 | 68,97  | 0,04 | 0    | 0                       | 0,36         | 9,2  | 42,4  | 10    | 1,24  |   |                          |    |  |  |  |  |
| Итого за обед |  |              | 30,4                 | 28,3 | 126,1 | 833,37 | 0,56 | 83,7 | 146                     | 3,27         | 138  | 458,1 | 308,1 | 28,17 |   |                          |    |  |  |  |  |

ООО "ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 2)  
 Район:обед

Приложение 2 к СанПиН2.4.5.2409-08

Возраст:7-11 лет

День:вторник

Неделя :1

Сезон :Осень

| № рецеп | Приём пищи,наименование блюда                   | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |      |      | Энергетическая | Витамины(мг) |      |       |       |      | Минеральные вещества(мг) |    |    |  |  |
|---------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------|------|------|----------------|--------------|------|-------|-------|------|--------------------------|----|----|--|--|
|         |   |              | Б                    | Ж    | У     | 6      | 5    | 4    |                | В1           | С    | А     | Е     | Са   | Р                        | Мg | Fe |  |  |
| 1       | 2   | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8    | 9    | 10             | 11           | 12   | 13    | 14    | 15   |                          |    |    |  |  |
| Обед    |   |              |                      |      |       |        |      |      |                |              |      |       |       |      |                          |    |    |  |  |
| 45      | Салат из белокочанной капусты с морковью        | 100          | 1,33                 | 6,08 | 8,52  | 94,12  | 0,02 | 24,4 | 0              | 2,31         | 43   | 28,32 | 16    | 0,52 |                          |    |    |  |  |
| 112     | Суп с макаронными изделиями, картофелем и мясом | 200          | 2,4                  | 4    | 20,6  | 132,4  | 0    | 6,4  | 0              | 0,3          | 42,3 | 81,6  | 35,3  | 0,8  |                          |    |    |  |  |
| 260     | Гуляш из мяса (говядины) в соусе                | 90           | 12,9                 | 12   | 4,5   | 166,5  | 0    | 1    | 0              | 1,1          | 13,7 | 140,1 | 17,7  | 1,9  |                          |    |    |  |  |
| 312     | Картофельное пюре                               | 150          | 3,8                  | 1,4  | 26,5  | 135    | 0,2  | 6,7  | 9              | 0,2          | 48,6 | 100,8 | 36    | 1,3  |                          |    |    |  |  |
| 344     | Компот из свежих яблок                          | 200          | 0,2                  | 0,2  | 27,2  | 110    | 0    | 2,7  | 0              | 0,1          | 96   | 4     | 12    | 0,8  |                          |    |    |  |  |
| ПР      | Хлеб пшеничный                                  | 20           | 1,8                  | 0,2  | 11,6  | 52,7   | 0    | 0    | 0              | 0            | 7,7  | 28    | 10,7  | 0,4  |                          |    |    |  |  |
| ПР      | Хлеб ржаной                                     | 40           | 4                    | 0,5  | 30,3  | 138    | 0,1  | 0    | 0              | 0            | 23   | 84    | 29    | 1,6  |                          |    |    |  |  |
|         | Итого за обед                                   |              | 26,4                 | 24,4 | 129,2 | 828,72 | 0,32 | 41,2 | 9              | 4,01         | 274  | 466,8 | 156,7 | 7,32 |                          |    |    |  |  |

ООО "ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 3)

Рацион:обед

Возраст:7-11 лет

Приложение 2 к СанПиН2.4.5.2409-08

День:среда

Неделя :1

Сезон :Осень

| № рецеп       | Приём пищи, наименование блюда      | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |       |      |     | Энергетическая | Витамины(мг) |      |       |       |      |   | Минеральные вещества(мг) |    |  |  |  |  |
|---------------|-------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-------|------|-----|----------------|--------------|------|-------|-------|------|---|--------------------------|----|--|--|--|--|
|               |                                     |              | Б                    | Ж    | У     | 5     | 6    | 7   |                | В1           | С    | А     | Е     | Ca   | P | Mg                       | Fe |  |  |  |  |
| 1             | 2                                   | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7     | 8    | 9   | 10             | 11           | 12   | 13    | 14    | 15   |   |                          |    |  |  |  |  |
| Обед          |                                     |              |                      |      |       |       |      |     |                |              |      |       |       |      |   |                          |    |  |  |  |  |
| 23            | Салат из свежих помидор             | 100          | 1,1                  | 0,2  | 0     | 99,8  | 1,4  | 0,8 | 0,7            | 0,01         | 57,3 | 144,3 | 20    | 26   |   |                          |    |  |  |  |  |
| 82            | Борщ с капустой и картофилем, мясом | 200          | 1,7                  | 5,6  | 7,9   | 96,3  | 0    | 9,1 | 0              | 1,9          | 33,1 | 82,5  | 20,9  | 0,6  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 234           | Котлеты рыбные с соусом молоч.      | 90           | 11,3                 | 5,3  | 13,5  | 118   | 0,1  | 0,4 | 9              | 2,4          | 87,9 | 243,1 | 28,8  | 1,1  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 304           | Рис отварной с маслом               | 150          | 3,6                  | 5,3  | 36,6  | 209,7 | 0,02 | 0   | 0              | 0,02         | 1,36 | 81,6  | 16,33 | 0,5  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 388           | Напиток из шиповника                | 200          | 0,4                  | 0,2  | 23,8  | 100   | 0    | 110 | 0              | 0,8          | 14   | 8     | 4     | 0,6  |   |                          |    |  |  |  |  |
| ПР            | Хлеб пшеничный                      | 20           | 2,7                  | 0,3  | 17,4  | 52,6  | 0,1  | 0   | 0              | 0            | 11,5 | 42    | 16    | 0,7  |   |                          |    |  |  |  |  |
| ПР            | Хлеб ржаной                         | 40           | 4                    | 0,5  | 30,3  | 138   | 0,1  | 0   | 0              | 0            | 23   | 84    | 29    | 1,6  |   |                          |    |  |  |  |  |
| Итого за обед |                                     |              | 24,8                 | 17,4 | 129,5 | 814,4 | 1,72 | 120 | 9,7            | 5,13         | 228  | 685,5 | 135   | 31,1 |   |                          |    |  |  |  |  |

ООО "ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пешевая ценность приготавливаемых блюд(лист 4)

Рацион:обед

Возраст:7-11 лет

Приложение 2 к СанПиН2.4.5.2409-08

День:четверг

Неделя :1

Сезон :Осень

| № рецеп       | Приём пищи, наименование блюда                      | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |      |      | Энергетическая | Витамины(мг) |      |       |       |      |   | Минеральные вещества(мг) |    |  |  |  |  |
|---------------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------|------|------|----------------|--------------|------|-------|-------|------|---|--------------------------|----|--|--|--|--|
|               |   |              | Б                    | Ж    | У     | 5      | 6    | 7    |                | В1           | С    | А     | Е     | Са   | Р | Мg                       | Fe |  |  |  |  |
| 1             | 2   | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8    | 9    | 10             | 11           | 12   | 13    | 14    | 15   |   |                          |    |  |  |  |  |
| Обед          |   |              |                      |      |       |        |      |      |                |              |      |       |       |      |   |                          |    |  |  |  |  |
| 52            | Салат из свеклы отварной                            | 60           | 1,4                  | 6    | 8,26  | 54,4   | 0,01 | 6,65 | 0              | 3,1          | 35,4 | 20,69 | 40,6  | 1,32 |   |                          |    |  |  |  |  |
| 88            | Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной | 200          | 3                    | 6,6  | 13    | 109,2  | 0,1  | 35,6 | 0,6            | 1,9          | 39,7 | 54,4  | 17,8  | 1,1  |   |                          |    |  |  |  |  |
| 284           | Запеканка картофельная с мясом и маслом сливочным   | 240          | 20,6                 | 25,9 | 11,2  | 504,85 | 0,3  | 5,9  | 24,8           | 0,1          | 52,6 | 131,7 | 351,5 | 4,7  |   |                          |    |  |  |  |  |
| ПР            | Хлеб пшеничный                                      | 10           | 1,58                 | 0,2  | 9,66  | 23,38  | 0,02 | 0    | 0              | 0,26         | 4,6  | 17,4  | 6,6   | 0,22 |   |                          |    |  |  |  |  |
| ПР            | Хлеб ржаной   | 30           | 2,24                 | 0,44 | 19,76 | 68,97  | 0,04 | 0    | 0              | 0,36         | 9,2  | 42,4  | 10    | 1,24 |   |                          |    |  |  |  |  |
| 389           | сок персиковый                                      | 200          | 0,2                  | 0,1  | 14,3  | 65     | 0    | 0    | 0              | 0            | 2    | 2     | 1     | 0    |   |                          |    |  |  |  |  |
| Итого за обед |   |              | 29                   | 39,2 | 76,18 | 825,8  | 0,47 | 48,2 | 25,4           | 5,72         | 144  | 268,6 | 427,5 | 8,58 |   |                          |    |  |  |  |  |

ООО " ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд(лист 5)

Рацион: обед

Возраст: 7-11 лет

День: пятница

Неделя : 1

Сезон : Осень

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

| № рецеп | Приём пищи, наименование блюда    | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        | Энергетическая | Витамины(мг) |      |      |      |       | Минеральные вещества(мг) |       |    |  |  |
|---------|-----------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------|----------------|--------------|------|------|------|-------|--------------------------|-------|----|--|--|
|         |                                   |              | Б                    | Ж    | У     | У      |                | В1           | С    | А    | Е    | Са    | Р                        | Мg    | Fe |  |  |
| 1       | 2                                 | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8              | 9            | 10   | 11   | 12   | 13    | 14                       | 15    |    |  |  |
| Обед    |                                   |              |                      |      |       |        |                |              |      |      |      |       |                          |       |    |  |  |
| 59      | Салат из свежей моркови с яблоком | 100          | 0,86                 | 5,22 | 7,87  | 81,9   | 0,05           | 6,95         | 0    | 2,49 | 21,2 | 33,98 | 24                       | 1,32  |    |  |  |
| 106     | Суп рыбный со сметаной            | 200          | 4                    | 5    | 16    | 127    | 0              | 15           | 107  | 1    | 26   | 84    | 27                       | 1     |    |  |  |
| 268     | Котлеты рубленые из мяса          | 90           | 6,8                  | 15,5 | 8,79  | 203    | 0,19           | 2,32         | 12,5 | 0,3  | 27,9 | 91,9  | 30,12                    | 1,11  |    |  |  |
| 309     | Макароны отварные с маслом        | 150          | 5,1                  | 7,5  | 28,5  | 201,9  | 0,06           | 0            | 0    | 1,95 | 12   | 34,5  | 7,5                      | 0,75  |    |  |  |
| 345     | Компот из свежих ягод             | 200          | 0,52                 | 0,18 | 24,84 | 102,9  | 0,02           | 59,4         | 0    | 0,2  | 23,4 | 23,4  | 17                       | 60,3  |    |  |  |
| ПР      | Хлеб пшеничный                    | 20           | 1,58                 | 0,2  | 9,66  | 46,76  | 0,02           | 0            | 0    | 0,26 | 4,6  | 17,4  | 6,6                      | 0,22  |    |  |  |
| ПР      | Хлеб ржаной                       | 40           | 2,24                 | 0,44 | 19,76 | 68,97  | 0,04           | 0            | 0    | 0,36 | 9,2  | 42,4  | 10                       | 1,24  |    |  |  |
|         | Итого за обед                     |              | 21,1                 | 34   | 115,4 | 832,43 | 0,38           | 83,7         | 120  | 6,56 | 124  | 327,6 | 122,2                    | 65,94 |    |  |  |

ООО "ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 6)

Рацион: обед

Возраст: 7-11 лет

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: понедельник

Неделя: 2

Сезон: Осень

| № рецеп       | Приём пищи, наименование блюда              | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |       |      |      | Энергетическая | Витамины (мг) |      |       |      |      | Минеральные вещества (мг) |      |      |     |      |       |      |      |
|---------------|---|--------------|----------------------|------|-------|-------|------|------|----------------|---------------|------|-------|------|------|---------------------------|------|------|-----|------|-------|------|------|
|               |   |              | Б                    | Ж    | У     | 6     | 7    | 8    |                | 9             | 10   | 11    | 12   | 13   | 14                        | 15   | В1   | С   | А    | Е     | Са   | Р    |
| 1             | 2   | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7     | 8    | 9    | 10             | 11            | 12   | 13    | 14   | 15   | 8                         | 9    | 10   | 11  | 12   | 13    | 14   | 15   |
| Обед          |   |              |                      |      |       |       |      |      |                |               |      |       |      |      |                           |      |      |     |      |       |      |      |
| 71            | Огурцы свежие                               | 100          | 0,8                  | 0,1  | 2,5   | 14,1  | 0,04 | 10   | 88,4           | 0,4           | 23   | 42    | 14   | 14,1 | 0,04                      | 10   | 88,4 | 0,4 | 23   | 42    | 14   | 14,1 |
| 96            | Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 250          | 2,9                  | 5,8  | 22,2  | 185   | 0,1  | 11,3 | 0              | 2,1           | 25,7 | 104,3 | 31,2 | 1,4  | 0,1                       | 11,3 | 0    | 2,1 | 25,7 | 104,3 | 31,2 | 1,4  |
| 255           | Печень по-строгановски                      | 90           | 14,4                 | 9,9  | 6,1   | 175,2 | 0,2  | 13,4 | 5,8            | 3,3           | 14,4 | 248,3 | 16,1 | 5,4  | 0,2                       | 13,4 | 5,8  | 3,3 | 14,4 | 248,3 | 16,1 | 5,4  |
| 302           | Греча рассыпчатая                           | 150          | 4,5                  | 5,1  | 21,9  | 151,5 | 0,1  | 0    | 0              | 1,4           | 18   | 108   | 73,5 | 2,4  | 0,1                       | 0    | 0    | 1,4 | 18   | 108   | 73,5 | 2,4  |
| 348           | Компот из кураги                            | 200          | 0,2                  | 0,1  | 29,6  | 115,8 | 0    | 0    | 0              | 1,1           | 33   | 29    | 21   | 0,1  | 0                         | 0    | 0    | 1,1 | 33   | 29    | 21   | 0,1  |
| П.Р           | Хлеб пшеничный                              | 20           | 1,8                  | 0,2  | 11,6  | 52,7  | 0    | 0    | 0              | 0             | 7,7  | 28    | 10,7 | 0,4  | 0                         | 0    | 0    | 0   | 7,7  | 28    | 10,7 | 0,4  |
| П.Р           | Хлеб ржаной                                 | 40           | 2                    | 0,3  | 15,2  | 138   | 0,1  | 0    | 0              | 0             | 11,5 | 42    | 14,5 | 0,8  | 0,1                       | 0    | 0    | 0   | 11,5 | 42    | 14,5 | 0,8  |
| Итого за обед |   |              | 26,6                 | 21,5 | 109,1 | 832,3 | 0,54 | 34,7 | 94,2           | 8,3           | 133  | 601,6 | 181  | 24,6 | 0,54                      | 34,7 | 94,2 | 8,3 | 133  | 601,6 | 181  | 24,6 |

## ООО " ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 7)  
 Рацион: обед  
 Возраст: 7-11 лет

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

День: вторник

Неделя : 2

Сезон : Осень

| № рецеп       | Приём пищи, наименование блюда                      | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |      |      | Энергетическая | Витамины(мг) |      |       |       |      | Минеральные вещества(мг) |    |    |  |  |
|---------------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------|------|------|----------------|--------------|------|-------|-------|------|--------------------------|----|----|--|--|
|               |   |              | Б                    | Ж    | У     | 5      | 6    | 7    |                | В1           | С    | А     | Е     | Са   | Р                        | Мg | Fe |  |  |
| 1             | 2   | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8    | 9    | 10             | 11           | 12   | 13    | 14    | 15   |                          |    |    |  |  |
| Обед          |   |              |                      |      |       |        |      |      |                |              |      |       |       |      |                          |    |    |  |  |
| 45            | Салат из белокачанной капусты с морковью            | 100          | 1,33                 | 6,08 | 8,52  | 94,12  | 0,02 | 24,4 | 0              | 2,31         | 43   | 28,32 | 16    | 0,52 |                          |    |    |  |  |
| 88            | Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной | 200          | 3                    | 6,6  | 13    | 109,2  | 0,1  | 35,6 | 0,6            | 1,9          | 39,7 | 54,4  | 17,8  | 1,1  |                          |    |    |  |  |
| 233           | Рыба запечённая в молочном соусе                    | 90           | 10,3                 | 9,6  | 4,8   | 133,2  | 0    | 0,8  | 0              | 0,8          | 11   | 145,6 | 20,8  | 0,8  |                          |    |    |  |  |
| 304           | Рис отварной с маслом                               | 150          | 3,6                  | 5,3  | 36,6  | 209,7  | 0,02 | 0    | 0              | 0,02         | 1,36 | 60,9  | 16,33 | 0,5  |                          |    |    |  |  |
| 348           | Компот из изюма                                     | 200          | 1                    | 0,1  | 34,2  | 113    | 0    | 0    | 0              | 1,1          | 33   | 29    | 21    | 0,7  |                          |    |    |  |  |
| ПР            | Хлеб пшеничный                                      | 20           | 1,8                  | 0,2  | 11,6  | 52,7   | 0    | 0    | 0              | 0            | 7,7  | 28    | 10,7  | 0,4  |                          |    |    |  |  |
| ПР            | Хлеб ржаной   | 30           | 2                    | 0,3  | 15,2  | 103,5  | 0,1  | 0    | 0              | 0            | 11,5 | 42    | 14,5  | 0,8  |                          |    |    |  |  |
| Итого за обед |   |              | 23                   | 28,2 | 123,9 | 815,42 | 0,24 | 60,8 | 0,6            | 6,13         | 147  | 388,2 | 117,1 | 4,82 |                          |    |    |  |  |



ООО "ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 8)  
 Рацион:обед

Приложение 2 к СанПиН2.4.5.2409-08

Возраст:7-11 лет

День:среда

Неделя :2

Сезон :Зима

| № рецеп       | Приём пищи,наименование блюда                   | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |      |      | Энергетическая | Витамины(мг) |      |       |       |       |    | Минеральные вещества(мг) |    |   |    |    |  |
|---------------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------|------|------|----------------|--------------|------|-------|-------|-------|----|--------------------------|----|---|----|----|--|
|               |   |              | Б                    | Ж    | У     | 6      | 7    | 8    |                | 9            | 10   | 11    | 12    | 13    | 14 | 15                       | Ca | P | Mg | Fe |  |
| 1             | 2   | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8    | 9    | 10             | 11           | 12   | 13    | 14    | 15    |    |                          |    |   |    |    |  |
| Обед          |   |              |                      |      |       |        |      |      |                |              |      |       |       |       |    |                          |    |   |    |    |  |
| 23            | Салат из свежих помидор                         | 100          | 1,1                  | 0,2  | 0     | 99,8   | 1,4  | 0,8  | 0,7            | 0,01         | 17,3 | 104,3 | 20    | 26    |    |                          |    |   |    |    |  |
| 112           | Суп с макаронными изделиями, картофелем и мясом | 250          | 2,4                  | 4    | 20,6  | 165,5  | 0    | 6,4  | 0              | 0,3          | 42,3 | 81,6  | 35,3  | 0,8   |    |                          |    |   |    |    |  |
| 259           | Жаркое по -домашнему из свинины                 | 240          | 17,9                 | 19,7 | 14,2  | 376,88 | 0,32 | 23   | 0              | 1,26         | 28,4 | 202,9 | 44,4  | 0     |    |                          |    |   |    |    |  |
| 344           | Компот из свежих яблок                          | 200          | 0,2                  | 0,2  | 27,2  | 110    | 0    | 2,7  | 0              | 0,1          | 14,8 | 6,2   | 12    | 0,8   |    |                          |    |   |    |    |  |
| ПР            | Хлеб пшеничный                                  | 20           | 1,58                 | 0,2  | 9,66  | 23,38  | 0,02 | 0    | 0              | 0,26         | 4,6  | 17,4  | 6,6   | 0,22  |    |                          |    |   |    |    |  |
| ПР            | Хлеб ржано-пшеничный                            | 30           | 2,24                 | 0,44 | 19,76 | 68,97  | 0,04 | 0    | 0              | 0,36         | 9,2  | 42,4  | 10    | 1,24  |    |                          |    |   |    |    |  |
| Итого за обед |   |              | 25,4                 | 24,7 | 91,42 | 834,5  | 1,78 | 32,9 | 0,7            | 2,29         | 117  | 454,8 | 128,3 | 29,06 |    |                          |    |   |    |    |  |

ООО "ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд(лист 9)  
 Рацион:обед

Возраст:7-11 лет

День:четверг  
 Неделя :2

Приложение 2 к СанПиН2.4.5.2409-08

| № рецеп.      | Приём пищи,наименование блюда            | масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |      |      | Энергетическая | Витамины(мг) |      |       |       | Минеральные вещества(мг) |   |   |    |    |    |    |
|---------------|--|--------------|----------------------|------|-------|--------|------|------|----------------|--------------|------|-------|-------|--------------------------|---|---|----|----|----|----|
|               |  |              | Б                    | Ж    | У     | 6      | 5    | 4    |                | 7            | В1   | С     | А     | Е                        | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 1             | 2  | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8    | 9    | 10             | 11           | 12   | 13    | 14    | 15                       |   |   |    |    |    |    |
| Обед          |  |              |                      |      |       |        |      |      |                |              |      |       |       |                          |   |   |    |    |    |    |
| 52            | Салат из свеклы отварной                 | 100          | 1,4                  | 6    | 8,26  | 92,8   | 0,01 | 6,65 | 0              | 3,1          | 35,4 | 20,69 | 40,6  | 1,32                     |   |   |    |    |    |    |
| 106           | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 200          | 6                    | 1,9  | 12,5  | 91,6   | 0,1  | 5,1  | 0,1            | 0,4          | 20,6 | 93,5  | 19    | 0,8                      |   |   |    |    |    |    |
| 287           | Голубцы с рисом и мясом                  | 240          | 14                   | 15,5 | 24,83 | 339,05 | 0,07 | 23,3 | 29,5           | 0            | 140  | 225   | 50,5  | 41,67                    |   |   |    |    |    |    |
| 388           | Напиток из шиповника                     | 200          | 0,4                  | 0,2  | 23,8  | 100    | 0    | 110  | 0              | 0,8          | 14   | 2     | 4     | 0,6                      |   |   |    |    |    |    |
| ПР            | Хлеб пшеничный                           | 20           | 1,8                  | 0,2  | 11,6  | 52,7   | 0    | 0    | 0              | 0            | 7,7  | 28    | 10,7  | 0,4                      |   |   |    |    |    |    |
| ПР            | Хлеб ржаной                              | 40           | 2                    | 0,3  | 15,2  | 138    | 0,1  | 0    | 0              | 0            | 11,5 | 42    | 14,5  | 0,8                      |   |   |    |    |    |    |
| Итого за обед |  |              | 25,6                 | 24,1 | 96,19 | 814,15 | 0,28 | 145  | 29,6           | 4,3          | 229  | 411,2 | 139,3 | 45,59                    |   |   |    |    |    |    |

ООО " ВИКТОРИЯ БУШЕ"

Примерное меню и пешевая ценность приготовляемых блюд(лист 10)

Рацион:обед

Возраст:7-11 лет

День:пятница

Неделя :2

Сезон :Осень

Приложение 2 к СанПиН2.4.5.2409-08

| №<br>рецеп    | Приём пищи,наименование блюда     | масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |      |       |        |       |      | Энерге-<br>тическая | Витамины(мг) |      |       |      |      | Минеральные вещества(мг) |    |    |  |  |
|---------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------|------|-------|--------|-------|------|---------------------|--------------|------|-------|------|------|--------------------------|----|----|--|--|
|               |                                   |                 | Б                    | Ж    | У     | 6      | 7     | 8    |                     | В1           | С    | А     | Е    | Са   | Р                        | Мg | Fe |  |  |
| 1             | 2                                 | 3               | 4                    | 5    | 6     | 7      | 8     | 9    | 10                  | 11           | 12   | 13    | 14   | 15   |                          |    |    |  |  |
| Обед          |                                   |                 |                      |      |       |        |       |      |                     |              |      |       |      |      |                          |    |    |  |  |
| 59            | Салат из свежей моркови с яблоком | 100             | 0,86                 | 5,22 | 7,87  | 81,9   | 0,05  | 6,95 | 0                   | 2,49         | 21,2 | 33,98 | 24   | 1,32 |                          |    |    |  |  |
| 99            | Суп овощной с курой               | 200             | 2,28                 | 2,33 | 11,25 | 60,02  | 0,08  | 10,6 | 0                   | 2,43         | 43,3 | 188,2 | 27,5 | 0,83 |                          |    |    |  |  |
| 279           | Тефтели мясные в сметанном соусе  | 90              | 10                   | 17,8 | 13,6  | 253,6  | 0     | 1    | 0                   | 3,1          | 37,2 | 102   | 15   | 1,2  |                          |    |    |  |  |
| 321           | Капуста тушёная                   | 180             | 3,6                  | 5,9  | 16,6  | 135    | 0,1   | 30,6 | 46,8                | 1,8          | 104  | 72    | 36   | 1,4  |                          |    |    |  |  |
| 350           | Кисель клюквенный                 | 200             | 0,07                 | 0,04 | 23,03 | 138    | 0,004 | 1,8  | 0                   | 0,2          | 10,1 | 5,4   | 2,34 | 0,06 |                          |    |    |  |  |
| ПР            | Хлеб пшеничный                    | 20              | 1,8                  | 0,2  | 11,6  | 52,7   | 0     | 0    | 0                   | 0            | 7,7  | 28    | 10,7 | 0,4  |                          |    |    |  |  |
| ПР            | Хлеб ржаной                       | 40              | 2                    | 0,3  | 15,2  | 103,5  | 0,1   | 0    | 0                   | 0            | 11,5 | 42    | 14,5 | 0,8  |                          |    |    |  |  |
| Итого за обед |                                   |                 | 20,6                 | 31,8 | 99,15 | 824,72 | 0,334 | 51   | 46,8                | 10           | 235  | 471,6 | 130  | 6,01 |                          |    |    |  |  |