ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: moskhosu.ottomanschool.ru
Уполномоченное лицо: руководитель образовательного учреждения
Ареф Наталья Васильевна
Действителен с: с 16.05.2025, 10:00
Действителен до: до 09.08.2026, 10:00
Ключ подписи: 00B4F4E2F959A2B6B5138EAB14A2F81312BBE

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	**закуска**	Овощи натуральные по сезону (огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	70/71	
			гор.блюдо	Макароны отварные с сыром	180	12,18	15,43	32,80	301,00	204	
			Напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,40	84,80	389	
			булочное	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,50	1,96	16,88	83,00	582	
			хлеб	Хлеб ржанной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	
			итого		630	18,28	18,34	93,61	587,6		0
1	1	Обед	**закуска**	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6	8,26	92,8	52	
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	5,49	5,27	16,54	148,25	102	
			2 блюдо	Говядина, тушенная в сметане	100	15,27	22,1	15	264	264	
			гарнир	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,04	251,60	304	
			напиток	Кофейный напиток	200	2,8	2,5	13,6	88	465	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,6	573	
			хлеб	хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574	
			итого		920	36,37	43,24	139,17	1048,05		0
1	1	**Итого за день:**			1550	54,65	61,58	232,78	1635,65		0
1	2		**2 блюдо**	Запеканка из творога с йогуртом170/30	200	19,6	17,45	27,6	381,8	223	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	104,00	462	
			хлеб	Бутерброд с повидлом	55	2,40	3,87	27,83	156,00	2	
			фрукты	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338	
			итого		605	25,9	24,82	83,93	712,3		0
1	2	Обед	**закуска**	Овощи натуральные по сезону (огурцы)	100	1,10	0,20	3,80	22,00	70/71	
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10	260	2,06	6,42	11,29	119,75	82	
			2 блюдо	Биточки рыбные с маслом сливочным	105	12,4	14,75	15,25	244,4	234	
			гарнир	Каша пшеничная вязкая	180	4,8	5,04	29,46	182,88	303	
			напиток	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,4	84,8	389	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,6	573	
			хлеб	хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574	
			итого		935	28,38	27,34	121,93	857,23		0
1	2	**Итого за день:**			1540	54,28	52,16	205,86	1569,53		0

1	3	Завтрак	**гор.блюдо**	Каша молочная из крупы рисовой с изюмом и маслом сливочным	210	6,09	10,88	47,99	315,00	177	
			кисломол	Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	108,00	15	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	457	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			итого		550	21,01	20,91	102,85	643,4		0
1	3	Обед									
			1 блюдо	Суп картофельный с мак. изд.	250	2,7	2,84	17,45	118,25	103	
			2 блюдо	Котлета из говядины с маслом сл.100/5	105	15,75	23,1	13,67	328,3	268	
			гарнир	Картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	32,01	132,8	349	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,6	573	
			хлеб	хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		935	30,94	33,28	143,2	1015,05		0
1	3	**Итого за день:**			1485	51,95	54,19	246,05	1658,45		0
1	4	Завтрак	**закуска**	Овощи натуральные по сезону (помидор)	100	1,10	0,20	3,80	22,00	70/71	
			2 блюдо	Омлет натуральный	116	10,78	19,20	2,04	264,00	210	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00	465	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	
			итого		616	22,84	23,38	74,8	603,4		
1	4	Обед	**закуска**	Икра кабачковая	100	1	7	7	95	СРБ	
			1 блюдо	Суп из овощей	250	2	4,52	6,32	74	116	
			2 блюдо	Кнели из птицы с рисом	100	11,5	10,3	5,4	160	371	
			гарнир	Каша гречневая вязкая	180	5,49	6	24,6	174,6	303	
			напиток	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,4	84,8	389	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	338	
			булочное	Ватрушка с творогом	60	7,8	2,8	21,7	144	531	
			итого		950	33,43	31,24	113,12	867,2		0
1	4	**Итого за день:**			1566	56,27	54,62	187,92	1470,6		

1	5	Завтрак	**гарнир**	Рагу овощное	180	3,42	7,74	40,70	177,00	177	
			2 блюдо	Котлета мясная с маслом сливочным 100/5	105	15,75	23,10	13,67	328,30	268	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	457	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			хлеб	хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			фрукты	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		695	27,53	32,42	119,03	772,7		
			1 блюдо	Рассольник ленинградский	250	2,1	5,12	16,6	120,75	96	
			2 блюдо	Рыба тушенная в томате с овощами 90/50	140	13,7	2,3	6,7	103	229/299	
			гарнир	Картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312	
			булочное	Кондитерское изделие	20	1,5	1,96	16,88	83	582	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	32,01	132,8	349	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	
			хлеб	хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	338	
			итого		850	26,21	15,86	124,42	739,05		0
1	5	**Итого за день:**			1545	53,74	48,28	243,45	1511,75		0
2	6	Завтрак	**гор.блюдо**	Каша молочная из крупы пшенной с изюмом и с маслом сливочным	210	8,19	11,90	46,19	326,00	177	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00	465	
			фрукты	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			булочное	Кондитерские изделия	20	1,5	1,96	16,88	83	582	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			Хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			итого		630	20,65	17,84	132,03	726,4		0
2	6	Обед	**закуска**	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,6	6	8,2	156	9	
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75	101	
			2 блюдо	Котлета из курицы с маслом сливочным100/5	105	16,64	16	15,54	273	294	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,7	202,14	309	
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,9	114,6	342	
			хлеб	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,9	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	574	
			итого		910	32,85	31,17	128,71	995,79		0
2	6	**Итого за день:**			1540	53,5	49,01	260,74	1722,19		0

2	7	Завтрак	**закуска**	Икра кабачковая	100	1	7	7	95	СРБ	
			2 блюдо	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	13,51	166,00	290/331	
			гарнир	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	457	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			итого		690	24,28	25,6	99,9	646,1		0
2	7	Обед									
			1 блюдо	Суп картофельный с фасолью	250	6,3	3,57	14,6	115,75	113	
			2 блюдо	Шницель натуральный рубленный	100	18,1	35,8	9,8	341	319	
			гарнир	Рагу из овощей	180	3,42	7,74	40,70	177,00	177	
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,4	84,8	389	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,6	573	
			хлеб	хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	574	
			кисломол	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72	15	
			булочное	кондитерское изделие	20	1,5	1,96	16,88	83	582	
			фрукты	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		970	42,78	56,05	148,12	1097,55		0
2	7	**Итого за день:**			1660	67,06	81,65	248,02	1743,65		0
2	8	Завтрак	**закуска**	Овощи натуральные по сезону (помидор)	100	1,10	0,20	3,80	22,00	70/71	
			2 блюдо	Рыба тушенная с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00	229/299	
			гарнир	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,04	251,60	304	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	457	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			итого		790	23,59	13,17	116,3	646		0
2	8	Обед									
			1 блюдо	Борщ с капустой, картофелем и сметаной250/10	260	2,06	6,42	11,29	119,75	82	
			2 блюдо	Жаркое по - домашнему	240	22,56	17,16	30,96	368,4	328	
			напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		880	34,06	27,4	101,37	799,15		
2	8	**Итого за день:**			1670	57,65	40,57	217,67	1445,15		
2	9	Завтрак									
			2 блюдо	Сырники творожные запеченные со сгущенным молоком 170/30	200	31,60	10,60	35,80	364,00	286	

			напиток	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		540	41	16,6	69,64	593,4		
2	9	Обед	**закуска**	Икра кабачковая	100	1	7	7	95	СРБ	
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75	101	
			2 блюдо	Котлета рыбная с маслом сливочным 100/5	105	12,4	14,75	15,25	244,36	234	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	138,2	349	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,9	573	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	2	0,38	10	51,5	574	
			итого		895	27,31	30,63	125,32	898,85		0
2	9	**Итого за день:**			1435	68,31	47,23	194,96	1492,25		0
2	10	Завтрак	**закуска**	Салат из свежей белокочанной капусты	100	1,41	5,08	9,02	87,4	45	
			гарнир	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312	
			2 блюдо	Тефтели мясные в соусе	110	8,13	15,61	12,85	248,00	278	
			гор.напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20,4	84,8	389	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	100,00	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			итого		690	21,97	27,53	112,36	767,3		0
2	10	Обед									
			1 блюдо	Рассольник ленинградский	250	2,1	5,12	16,6	120,75	96	м
			2 блюдо	Плов из отварной птицы	240	14,76	9,84	29,76	267,6	375	
			напиток	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,9	114,6	342	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,5	100	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		890	25,18	16,6	129,6	732,35		0
2	10	**Итого за день:**			1580	47,15	44,13	241,96	1499,65		0
		Среднее значение за период:			1557,1	56,456	53,342	227,941	1574,887		#ДЕЛ/0!

	объём	белки	жиры	углеводы	ккал
Норма СаНПиН	1350	54	55	229	1632
Фактическое значение	1555	56	54	228	1575
%					

2021 перевалов

2017 могильный
2017 могильный

перевалов

2021 перевалов

2017 могильный
м
2017 могильный

2017 могильный

2021	перевалов

2017
2017
2021
2021
2021
2017

Перевалов 2021
Перевалов

перевалов
перевалов
перевалов

2021
2021
2021
2021

м

могильны (229), пере

2017 могильный

п

2017 могильный

2017 могильный

перевалов

перевалов

2021

перевалов

2017 могильный
п
перевалов

перевалов

перевалов

2017 могильный
м
2017 могильный

могильный

могильный 2017
могильный 2017
перевалов
перевалов

евалов (299)