

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

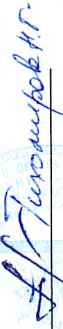
Никитина Юлия

Борисовна

« » 2026г.

Согласованно:

Директор



« » 2026г.

Согласованно:

Начальник УО

Казакова М.Н.

« » 2026г.

Меню по организации горячего питания детей из нуждающихся в социальной поддержке семей

Неделя: первый
первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
102	Суп с бобовыми (горох) на мясном бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29	0,19	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,0	0,3	42,5	132,1	0,0	0,7		0,2	5,3	41,4	29,7	0,8
6/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1
	Соль иодированная	1												
ИТОГО		421	9,01	6,07	73,9	354,41	0,05	0,7	0	0,68	14	87,1	42,9	1,8

День: второй
первая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80
6/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1
	Соль иодированная	1												
ИТОГО		421	5,62	4,92	63,68	305,92	0,1	13,3	0	2,56	55	126,3	60,6	2,5

День: третий
первая

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем на кур. бульоне	200	2,1	2,2	12,55	87,2	0,07	4,86		1,16	23,6	46,18	19,4	0,8
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80
б/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1
	соль иодированная	1												
ИТОГО		421	5,62	3	69,91	293,32	0,12	5,56	0	1,84	37,6	133,28	62,3	2,6

День: четвертый
Неделя: первая

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
96	Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80
б/н	Хлебная корзина	60	3,65	1,31	23,31	112,14	0,34			0,75	16,1	68,5	19,9	1,57
	Соль иодированная	1												
ИТОГО		441	6,99	5,81	75,41	358,06	0,43	7,4	0	2,81	46,32	155,28	68,94	3,11

День: пятый
Неделя: первая

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,08	4,10	8,70	116,00	0,04	8,50		1,92	41,40	43,68	20,90	0,98
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80
б/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1
	Соль иодированная	1												
ИТОГО:		421	5,6	4,9	66,06	322,12	0,09	9,2	0	2,6	55,4	130,78	63,8	2,78

День:	шестой
Неделя:	вторая

Неделя:		вторая													
№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29	0,19	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7	
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80	
б/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1	
	Соль иодированная	1													
ИТОГО:		421	9,01	6,07	73,9	354,41	0,05	0,7	0	0,68	14	87,1	42,9	1,8	

День:	седьмой
Неделя:	вторая

неделя: вторая		Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
№ рец.				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
82		Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111	0,04	8,5		41,4	43,68	20,9	0,98	
349		Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	41,40	29,70	0,80	
б/н		Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	45,7	13,2	1	
		Соль йодированная	1												
ИТОГО:			421	5,6	4,9	66,06	317,12	0,09	9,2	0	2,6	130,78	63,8	2,78	

День:	восемьмой
Неделя:	вторая

[illegible]

ИТОГО:	441	4,79	4,79	64,66	282,32	0,11	15	0	2,54	41,88	126,52	59,5	2,4
--------	-----	------	------	-------	--------	------	----	---	------	-------	--------	------	-----

День: девятый
Неделя: вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
96	Рассольник по -Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80
б/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1
	Соль iodированная	1												
ИТОГО:		421	5,82	5	66,96	319,92	0,12	7,4	0	2,56	38,92	132,48	62,24	2,54

День: десятый
Неделя: вторая

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80
б/н	Хлебная корзина	40	2,48	0,5	14,86	74	0,03			0,5	8,7	45,7	13,2	1
	Соль iodированная	1												
ИТОГО:		421	5,62	4,92	63,68	305,92	0,1	13,3	0	2,56	55	126,3	60,6	2,5