

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:1

День:понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша "Дружба" молочная 200 гр.	200	232	
	Оладьи с повидлом 55/20 75 гр.	75	114	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
Итого за Завтрак		595	481	
Обед	Свекла отварная 100 гр.	100	42	
	Щи из свежей капусты с картофелем 250 гр.	250	98	
	Котлета мясная из птицы 100 гр.	100	250	
	Рис отварной 180 гр.	180	275	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		880	810	
Итого за день		1 475	1291	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания _____

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:1

День:вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Плов из птицы (1 вариант) 200 гр.	200	435	
	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 100 гр	100	24	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 50 гр.	50	118	
Итого за Завтрак		550	638	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 100 гр	100	19	
	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр.	250	237	
	Тефтели 2-й вариант М 100 гр.	100	139	
	Каша гречневая рассыпчатая 180 гр.	180	312	
	Напиток из лимона 200 гр.	200	74	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		880	886	
Итого за день		1 430	1524	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:1

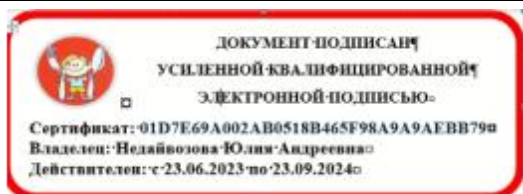
День:среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Сосиски отварные 100 гр.	100	300	
	Пюре картофельное 180 гр.	180	211	
	Чай с молоком 200 гр.	200	64	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Свекла отварная 100 гр.	100	42	
Итого за Завтрак		620	711	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 100 гр	100	24	
	Суп картофельный с клецками 250 гр.	250	219	
	Рагу из картофеля с мясом птицы 200 гр.	200	392	
	Кисель из смеси сухофруктов 200 гр.	200		
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		800	740	
Итого за день		1 420	1451	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания _____

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:1

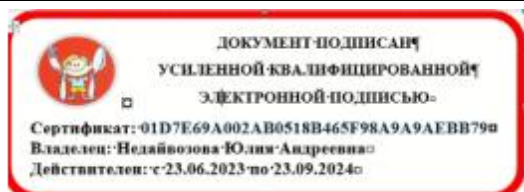
День:четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша гречневая жидкая молочная с маслом сливочным 200 гр.	200	223	
	Кофейный напиток б/м 200 гр.	200	75	
	Печенье 50 гр.	50	198	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
Итого за Завтрак		550	543	
Обед	Свекла отварная 100 гр.	100	42	
	Борщ с капустой и картофелем 250 гр.	250	122	
	Рыба, тушеная в томате с овощами 100 гр.	100	294	
	Пюре картофельное 180 гр.	180	211	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
Итого за Обед	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
		880	814	
Итого за день		1 430	1357	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
БР_ОВ3 с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:1

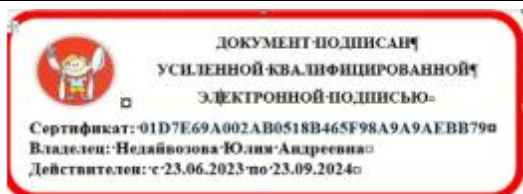
День:пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Тефтели 2-й вариант М 100 гр.	100	139	
	Макаронные изделия отварные 180 гр.	180	297	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 100 гр	100	19	
Итого за Завтрак		620	610	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 100 гр	100	24	
	Рассольник ленинградский 250 гр.	250	169	
	Жаркое по-домашнему 200 гр.	200	381	
	Напиток из лимона 200 гр.	200	74	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		800	753	
Итого за день		1 420	1363	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:2

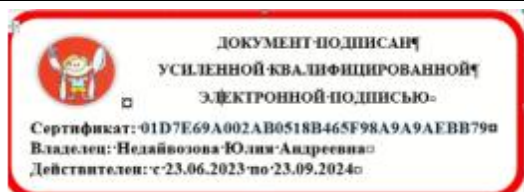
День:понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша манная молочная жидкая 200 гр.	200	225	
	Оладьи с повидлом 55/20 75 гр.	75	114	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 50 гр.	50	118	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
Итого за Завтрак		625	545	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 100 гр	100	24	
	Суп гороховый с гренками 220 гр.	220	133	
	Ленивые голубцы 200 гр.	200	267	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
	Кисель из смеси сухофруктов 200 гр.	200		
Итого за Обед		770	529	
Итого за день		1 395	1074	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания _____

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Сосиски отварные 100 гр.	100	300	
	Пюре картофельное 180 гр.	180	211	
	Чай с молоком 200 гр.	200	64	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Свекла отварная 100 гр.	100	42	
Итого за Завтрак		620	711	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 100 гр	100	19	
	Суп картофельный с крупой (пшеничная) 250 гр.	250	236	
	Котлета мясная из птицы 100 гр.	100	250	
	Макаронные изделия отварные 180 гр.	180	297	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		880	947	
Итого за день		1 500	1658	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания _____

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:2

День:среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Плов из птицы (1 вариант) 240 гр.	240	509	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 100 гр	100	24	
	Итого за Завтрак	580	688	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 100 гр	100	19	
	Рассольник ленинградский 250 гр.	250	169	
	Сосиски отварные 100 гр.	100	300	
	Пюре картофельное 180 гр.	180	211	
	Напиток из лимона 200 гр.	200	74	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		880	878	
Итого за день		1 460	1566	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания _____

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:2

День:четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша овсяная вязкая молочная с маслом, сахаром 200 гр.	200	219	
	Кофейный напиток б/м 200 гр.	200	75	
	Печенье 50 гр.	50	198	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
Итого за Завтрак		550	539	
Обед	Свекла отварная 100 гр.	100	42	
	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр.	250	237	
	Жаркое по-домашнему 250 гр.	250	268	
	Кисель из смеси сухофруктов 200 гр.	200		
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		850	652	
Итого за день		1 400	1191	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания

УТВЕРЖДЕНО:
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:
РУКОВОДИТЕЛЬ
Рябоволова И.А.



Рацион питания
ВР_ОВЗ с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020

Неделя:2

День:пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Сосиски отварные 100 гр.	100	300	
	Макаронные изделия отварные 180 гр.	180	297	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 50 гр.	50	118	
	Икра кабачковая (промышленного производства) 100 гр.	100	98	
Итого за Завтрак		630	854	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 100 гр	100	19	
	Щи из свежей капусты с картофелем 250 гр.	250	98	
	Рагу из картофеля с мясом птицы 200 гр.	200	392	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб ржаной обогащенный 50 гр.	50	105	
Итого за Обед		800	654	
Итого за день		1 430	1508	

Повар детского питания- ответственный
за организацию питания _____

