

Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)



Утверждаю:

Директор БОУ ВО

«Специальное учебно-
воспитательное учреждение»

Т.Б. Заборина

«*Заборина*» 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ 14-ДНЕВНОЕ СЕЗОННОЕ МЕНЮ

п. Шексна

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Первый понедельник

Первый понедельник													
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				витамины			Минеральные вещества				
		бел	жир	угл	Эне рг цен	B1	A	C	Ca	MG	P	FE	
1-ый завтрак													
Запеканка творожная со сметаной (рец 297(1))	150/10	44	10.5	35.5	368.65	0.08	0.5	0.5	283	58	458	1.3	
Какао на молоке	200	16.4	15	103.2	200	0.1	0.3	1.3	24	64.5	1238	20	
Хлеб пшеничный сливочное масло (рец 22((2))	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04	
Сыр (рец. 23(1))	15	13	13	-	50.4	0.2	1.15	0.4	500	22	320	0.5	
Итого ККАЛ:					911.15								
2-ой завтрак													
груша	150	0.47	-	15.41	65.1	-	-	55.2	19.5	-	34.5	0.45	
Итого ККАЛ:					65.1								
Обед													
Помидор свежий (нар.) (тех. карта 10)	100	1.3	0.3	3.4	23.5	0.01	110	15	10	15	35	0.8	
Суп вермишелевый говядина (рец. 139(1))	300 20	2.9	2,5	21	140	0.06	150	57.5	23.5	33.6	37.2	15.4	
Суфле из кури	100	14.23	1.91	0.28	75	0.04	-	0.28	6.56	15.13	116.5	1.18	
		18.1	4.5	2.2	121	0.05	124.9	0.25	62.58	59.48	189,5	1.3	
Рис припущенный (рец. 465(1))	180 5	4.0	0.64	45.43	231	260	-	-	6.3	16.17	67.2	0.64	
Масло сливочное		0.05	7.93	0.05	33.05	-	60	-	1.5		1.7	0.02	
Компот из сух.фруктов (рец. 588(1))	200	1	5	4.29	92.26	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0.9	
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271	321	-	-	48		270	3.15	
Итого ККАЛ:					986.96								
Полдник													
Молоко кипячённое	250	7.5	7.8	12.2	150	0.1	50	2.5	293.5	33.5	227	0.25	
Печенье	20	5.92	7.52	58.48	81,375	0.01	-	-	20.8	24	67.2	1.12	
Итого ККАЛ:					244,125								

Ужин												
Мясо тушёное с картофелем по-домашнему (реп. 394(1))	250	19.6	12	33.3	270	0.24	0.1	38.8	48	66	282	4.
Чай сладкий (реп. 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.2
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп. 22((2))	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.0.
Итого ККАЛ:					626.6							
Итого:		128,39	106,25	599,4	2833.935	226,575	493	700,14	990,97	409,54	2100,88	30,94

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Первый вторник

Название	Выход блюда (гр)	бел	жир	угл	Энерг. цен	B1	A	C	CA	MG	P
----------	------------------------	-----	-----	-----	---------------	----	---	---	----	----	---

Завтрак

Каша пшеничная на молоке (реп 257((4))	250/5	10.9	9.04	64.23	275.52	0.9	-	-	54.8	59.61	247.1
Чай сладкий (реп 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2))	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6
Сыр (реп. 23(1))	15	13	13	-	50.4	0.2	1.15	0.4	500	22	320
Итого ККАЛ:					682.52						

2-ой завтрак

Банан	150	1.5	0.5	21	144	0.06	-	15	12	63	42	0
Итого ККАЛ:					144							

Обед

Свежий огурец (Нар.) (тех. карта 9)	100	1.11	0.18	3.08	18.98	0.06	0.4	19.4	59	24	57	1.
Борщ со свежей капустой с мясом (реп 110((1))	300/20	7.15	6.8	13.6	144.5	0.06	-	10.8	60.25	36.5	247	1.9
Сметана	10	0.25	2	0.35	20.5	0.01	0.1	0.1	8.5	1	6	-
Котлета по Хлыновски	100	15.6	11.2	8.6	207	0.24	0.04	5.62	33.2	63.6	203.8	3.6
Рожки отварные со (реп 469((1)) Сливочным маслом	180 5	6.62 0.05	5.42 7.93	31.73 0.05	202.14 33.05	0.07 225	25.2 60	0 -	5.83 1.5	25.34 -	44.6 1.7	1.2 1.4
Компот со свежими фруктами	200	1	5	4.29	109.25	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0.9
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	321	-	-	48		270	3.1
Итого ККАЛ:					1006.92							

Полдник

Снежок	200	5.80	5.0	8.00	106	0.08	0.04	1.4	240	28.0	190	0.2
Булочка школьная	100	7.52	2.88	50.3	258	0.06	0	0	20.2	29.1	69.15	1.3
Итого ККАЛ:				6	364				5			

Ужин											
Птица отварная (тех. карта 155) (рец 414 сб. рец. и кул. изд. 2012)	100	21.1	13.6	0.6	211	0.4	0.2	-	39	20	143
Овощи тушёные (рец 486((1)	200	4.8	11.2	26.5	182.4	0.12	-	20	95	68	163
Чай сладкий (рец 629((1)	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8
Хлеб пшеничный сливочное масло (рец 22((2)	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6
Итого ККАЛ:					750						
Итого:		128,39	106,2	599,4	2947,44	226,5	493	700,1	990,9	409,54	2100,8

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Первая среда

Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				Первая среда витамины			Минеральные вещества			
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe
1-ый завтрак												
Омлет (реп 464(1))	200/5	7.01	8.47	42.02	272.6	0.2	0.37	0.82	34.67	52.42	140.32	1.77
Чай сладкий (реп 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Батон нарезной сливочное масло (реп 22((2))	125 15	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					679.6							
2-ой завтрак												
Мандарин	200	0.6	0.6	14.7	70.5	0.4	15	-	24	13.5	16.5	23.1
Итого ККАЛ:					70.5							
Обед												
Овощная нарезка (тех. карта 11)	100	1.1	0.1	3.7	21.3	0.057	131	76.6	15	136	28	0.066
Суп гороховый с говядиной (реп 174(1))	300/20	7.96	11.9	16.76	198.65	0.085	0.01	25.43	39.96	112.71	31.57	2.48
Пюре картофельное	160	20.02	24.4	50.18	435.02	0.15	1104	8.4	49.1	74.3	594	3.56
Бефстроганов из куриной печени	100	13,5	9,2	8,6	159	0,19	52,4	12,7	30	17	239	5
Компот из яблок	250	0.67	0.27	19.65	94.7	0.015	0	200	12.2	3.4	3.4	0.62
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	-	-	-	48		270	0.02
Итого ККАЛ:					1041.67							
Полдник												
Чай сладкий (реп 629((1))	250	0.07	-	23.7	58,5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Бублик	40	5.92	7.52	58.48	81.25	0.01	-	-	20.8	24	67.2	1.12
Итого ККАЛ:					301.25							
Ужин												
Ёжики в сметанном соусе (реп 106(1))	250	300	31,2	31,5	539	0.276	179,1	13,96	74,16	92,31	4,11	5,1
Чай сладкий (реп 629((1))	250	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28

Батон нарезной сливочное масло (рец 22((2)	125 15	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					750.15							
Итого:		81,84	119,3	674,68	2843.17	751,69	1554,13	331,69	892,31	453,87	1997,02	44,51

Первый четверг												
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				витамины			Минеральные вещества			
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe
1-ый завтрак												
Каша манная	300	11,26	10,0	48,0	150							

[illegible][illegible]

**Итого
ККАЛ:**

[illegible]

Итого ККАЛ:					321								
Ужин													
Пюре картофельное	160	20.02	24.4	50.18	435.02	0.15	1104	8.4	49.1	74.3	594	3.56	
Котлета рыбная (рец.324((1)	100	12.6	5.9	15.	164	0.09	0.1	0.4	64	32	172	1.2	
Чай сладкий (рец 629((1)	250	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28	
Батон нарезной сливочное масло (рец 22((2)	125 15	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04	
Итого ККАЛ:					682.1								
Итого:		119,67	123,31	504,33	2847.08	603,285	184,25	97,06	1326	454,31	3291,41	60,46	

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Первая пятница

Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Первая пятница				витамины			Минеральные вещества			
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe
1-ый завтрак												
Запеканка из творожная со сгущенным молоком (рец 297(1))	260/40	44	10.5	35.5	348.65	0.08	0.5	0.5	283	58	458	1.3
Чай сладкий (рец 629((1))	250	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Батон нарезной сливочное масло (рец 22((2))	125 15	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Сыр (рец. 23(1))	40	13	13	-	50.4	0.2	1.15	0.4	500	22	320	0.5
Итого ККАЛ:					627.36							
2-ой завтрак												
Мандарин	150	0.6	0.6	14.7	70.5	0.4	15	-	24	13.5	16.5	23.1
Итого ККАЛ:					70.5							
Обед												
Овощная нарезка (тех. карта 11)	100	1.1	0.1	3.7	21.3	0.057	131	76.6	15	136	28	0.066
Рассольник по Ленинградски с говядиной (рец 129(1))	300	10.8	5.9	20.1	181	90	127.5	96.4 8	19.5	25.9	65.76	0.67
Птица отварная (рец. 29)	100	33.1	33.3	11.5 2	211	0.6	20	4	27	205	106	0.9
Рис припущенный (рец. 465(1))	180	4.0	0.64	45.43	231	260	-	-	6.3	16.17	67.2	0.64
Масло сливочное	5	0.05	7.93	0.05	33.05	-	60	-	1.5		1.7	0.02
Компот из яблок	250	0.67	0.27	19.65	94.7	0.015	0	200	12.2	3.4	3.4	0.62
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	225	-	-	48		270	3.15
Итого ККАЛ:					971.45							
Полдник												
Йогурт	200	6.6	-	26	106	-	-	1.8	12	2	6	0.2
Кондитерское изделие печенье	40	2.24	1.96	56.07	80.06	-	-	-	16		83.5	2
Итого ККАЛ:					414							
Ужин												

Винегрет (реп 426((1))	160	19.5	12	33.3	385	0.24	13.8	30	49	66	282	4.2
Сельдь с раст. маслом	130	0,25	2	0,35	97,5	0,01	0,1	0,1	8,5	1	6	0
Чай сладкий (реп 629((1))	250	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Батон нарезной сливочное масло (реп 22((2))	125 15	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					843.5							
Итого:		116,34	116,6 5	645,68	2926,81	552,8 6	395,34 5	168, 3	907,1 1	399,2 3	1366,4 2	28,29

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Первая суббота

Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				витамины			Минеральные вещества			
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe
1-ый завтрак												
Каша пшеничная на молоке (54-13к-2020)	200	10.9	9.04	64.23	273,6	0.9	-	-	54.8	59.61	247.1	4.23
Чай сладкий (54-2гн-2020)	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный (рец 22((2)	125	13.4	5.6	54.4	340	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5
Масло сливочное (порциями) (54-19з-2020)	15	0,15	12,3	0,15	112,2	0,015	98	0	1,5	0	3	0
Итого ККАЛ:	540				752,6							
2-ой завтрак												
Сок	200	1.2	-	28	90	-	-	27	54	-	60	-
Итого ККАЛ	200				90							
Обед												
Помидор свежий (нар.) (54-3з-2020)	100	1.3	0.3	3.4	21,4	0.01	110	15	10	15	35	0.8
Свекольник с мясом (рец. 11)	300	6.9	8.5	10.55	146,7	0.03	0.3	12.05	70.75	9	243	1.67
Гуляш из куры в соусе	100	8.1	10	10.6	121,9	0.04	-	1	24	21	111.8	0.9
Рис отварной (рец. 45(1))	180	3.6	9.18	28.62	244,8	0.24	41.30	40	31.88	40.66	119.58	1.9
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	307,5	225	-	-	48		270	3.15
Компот из фруктов	200	1	5	4.29	92,3	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0.9
Итого ККАЛ:	1030				934,6							

Полдник													
Сушки	40	5.92	7.52	58.48	136	0.01	-	-	20.8	24	67.2	1.12	
Компот из фруктов	200	1.2	-	27.56	92,3	-	-	27	54	-	60	-	
Итого ККАЛ:	240				228,3								
Ужин													
Сельдь соленая (реп. 393(2))	100	17.1	27.3	1.8	190	0.06	-	-	39	24	196.5	2.7	
Картофель отварной (реп. 470(1))	180	5	1	39.5	230,8	0.25	-	36.2	30	55	135	2	
Чай сладкий (54-2гн-2020)	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28	
Хлеб пшеничный (реп 22((2))	100	13.4	5.6	54.4	272	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5	
Масло сливочное (порциями) (54-19з-2020)	15	0,15	12,3	0,15	112,2	0,015	98	0	1,5	0	3	0	
Итого ККАЛ:	595				831,8								
Итого:	2605				2837,3								

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Первое воскресенье

Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				Первое воскресенье витамины			Минеральные вещества			
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe
1-ый завтрак												
Каша пшениная (54-6к-2020)	250	15	17.6	25	288	0.086	216.4	0.3	306	23.8	244	1.8
Чай сладкий (54-2гн-2020)	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный (реп 22((2))	100	13.4	5.6	54.4	272	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5
Масло сливочное (порциями) (54-19з-2020)	15	0,15	12,3	0,15	112,2	0,015	98	0	1,5	0	3	0
Итого ККАЛ:					699							
2-ой завтрак												
Сок	200	1.2	-	28	90	-	-	27	54	-	60	-
Итого ККАЛ					90							
Обед												
Овощная нарезка (тех. карта 11)	100	1.1	0.1	3.7	21.3	0.057	131	76.6	15	136	28	0.066
Суп куриный с вермишелью (54-7с-2020)	300	12.15	7.2	17.3	179,4	0.16	-	1	10.45	53.3	375	2.8
Котлета домашняя	100	13.5	9.2	8.6	159	0.19	52.4	12.7	30	17	239	5
Картофельное пюре (реп 472((1))	200	4	7,4	30,4	211	0.25	0.07	9.3	67	50	140	1.7
Компот из фруктов (реп. 588(1))	200	1	5	4.29	92.3	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0.9
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	307,5	321	-	-	48		270	3.15
Итого ККАЛ:					970,5							

Полдник												
Йогурт	200	1	5	4.29	150	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0
Сухари	40	5.92	7.52	58.48	108,3	0.01	-	-	20.8	24	67.2	1.
Итого ККАЛ:					258,3							
Ужин												
Омлет (54-10-2020)	200	300.3	31.2	31.5	316,3	0.276	179.1	13.96	74.16	92.31	4.11	5.1
Чай сладкий (54-2гн-2020)	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный (реп 22((2))	125	13.4	5.6	54.4	340	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5
Масло сливочное (порция) (54-19з-2020)	15	0,15	12,3	0,15	112,2	0,015	98	0	1,5	0	3	0
Итого ККАЛ:					795,3							
Итого:					2813,1							

[illegible][illegible][illegible]

Пюре картофельное	180	20.02	24.4	50.18	187	0.15	1104	8.4	49.1	74.3	594	3.56
Котлета рыбная (рец.324((1))	100	12.6	5.9	15.	164	0.09	0.1	0.4	64	32	172	1.2
Чай сладкий (рец 629((1))	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Батон нарезной	100	13.4	5.6	54.4	272	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5
Сливочное масло (рец 22((2))	15	0.2	14.4	0.2	112,2	-	0.8	-	4	6	0.04	
Итого ККАЛ:					762							
Итого:												
		119,67	123,31	504,33	2723,6	603,285	184,25	97,06	1326	454,31	3291,41	60,46

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Второй вторник

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества				Витамины			Минеральные вещества			
		белки	жир	углево ды	Энергет ическая ценност ь	В	А	С	Са	MG	Р	Е
1-ый завтрак												
Суп молочный с вермишелью (54-19к-2020)	250	9.6	12.4	36	241,5	-	-	2.5	308. 2	39.1	-	0.6
Чай сладкий (54-2гн-2020)	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный (рец 22((2))	125	13.4	5.6	54.4	340	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5
Масло сливочное (порциями) (54-19з- 2020)	15	0,15	12,3	0,15	112,2	0,015	98	0	1,5	0	3	0
Итого кКал:	590				720,5							
2-ой завтрак												
Сок яблочный	200	1.2	-	27.56	90	-	-	27	54	-	60	-
Итого кКал:	200				90							
Обед												
Суп харчо с мясом (54-10с-2020)	300	7.96	11.9	16.76	179,2	0.085	0.01	25.43	39.9 6	112. 71	31.5 7	2.48
Кура мелкокусковая отварная (рец. 29)	100	23,3	14,7	0	232	0.6	20	4	27	205	106	0.9
Рожки отварные (рец 472((1))	200	4	7,4	30,4	211	0.25	0.07	9.3	67	50	140	1.7
Компот из яблок	200	0.20	0.20	22.3	120	0.02	0	0	12	0	2.4	0.8
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	307,5	0.225	-	-	48		270	3.15
Итого кКал:	950				1049,7							
Полдник												
Зафли	40	7	13	67	164,8	0.02	1.73	0	2.44	3.04	9.7	0.16
Чай сладкий рец 629((1))	200	0,2	0	6,5	26,8	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Итого кКал:	240				191,6							
Ужин												
Картофель отварной рец 438(1))	200	28	19,2	4,8	306	0.11	-	2	126. 5	61	229	3.55
Молоко сгущенное сладкое (54-19з-2020)	100	14,2	18,0	9,6	217	7,2	2,2	0,9	8,0	10,0	34,0	6,1
Чай сладкий (54-2гн-2020)	200	0,2	0	6,5	26,8							

Масло сливочное (порциями) (54-193- 2020)	15	0,15	12,3	0,15	112,2	0,015	98	0	1,5	0	3	
Итого кКал:	540				785							
Итого:	2520	130,3	138,86	461,97	2836,8	238,1 55	188, 91	94,35	1384 ,48	608, 41	1227 ,76	2

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Вторая среда

Вторая среда													
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				Витамины			Минеральные вещества				
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe	
1-ый завтрак													
Каша рисовая	250/5	4.5	6.6	31.8	206.7	0.05	40.8	0.96	108.6	29.9	121.2	0.5	
Хлеб пшеничный	100	13.4	5.6	54.4	232	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5	
сливочное масло (реп. 22((2))	10	0.2	14.4	0.2	66.1	-	0.8	-	4	-	6	0.04	
Сыр (реп. 23(1))	15	13	13	-	50.4	0.2	1.15	0.4	500	22	320	0.5	
Напиток кофейный на сгущ. молоке (реп. 638(1))	200	1.4	1.8	21.8	110	0.02	-	0.2	36	-	48	-	
Итого ККАЛ:					665.2								
2-ой завтрак													
Банан	150	1.5	0.5	21	144	0.06	-	15	12	63	42	0.9	
Итого ККАЛ:					144								
Обед													
Овощная нарезка (тех. карта 11)	100	1.1	0.1	3.7	21.3	0.057	131	76.6	15	136	28	0.066	
Щи со свежей капустой С говядиной (реп. 119(1))	300/20	6.95	6.8	6.3	180.5	0.06	0.06	20.5	67.25	30.5	232	1.47	
Биточки мясные (реп. 474(2))	100	5	5.5	18.5	144	0.04	-	-	33	18	80	0.7	
Рожки отварные (реп. 469((1)) Сливочное Масло	180 5	6.62 0.05	5.42 7.93	31.73 0.05	202.1 33.05	0.07 225	25.2 60	0 1.5	5.83 -	25.34 1.7	44.6 1.53	1.2	
Напиток из протёртой ягоды	200	1.2	1.2	29.4	120	0.09	0	30	30	0	227.4	6.6	
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	-	-	-	48		270	0.02	
Итого ККАЛ:					972,45								

Полдник												
Булочка витушка	90	7.52	2.88	50.36	265	0.06	0	0	20.25	29.1	69.15	1.2
Сок натуральный	200	1	0.2	200.2	76.0	0.02	-	4	14	8	14	2.8
Итого ККАЛ:					341							
Ужин												
Рагу овощное с птицей (реп 395(2))	250	19.8	21.6	28.18	380.7	0.19	308	17.42	54.2	129.9	264.6	2.9
Чай сладкий (реп 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2))	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					737.3							
Итого:		109,89	124,65	625,47	2859,95	242,71	631,13	126,43	1146,7	447,09	1903,17	30,96

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Второй четверг

Второй четверг													
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				Витамины			Минеральные вещества				
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe	
1-ый завтрак													
Каша ячневая (рец. 48)	250/5	8.1	8.1	39.31	261.9	0.141	58.8	1.2	186.3	40.47	267.3	1.02	
Какао на молоке	200	16.4	15	103.2	200	0.1	0.3	1.3	24	64.5	1238	20	
Хлеб пшеничный сливочное масло (рец 22((2)	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04	
Итого ККАЛ:					760								
2-ой завтрак													
Сок натуральный	200	1.2	-	27.56	76	-	-	27	54	-	60	-	
Итого ККАЛ:					76								
Обед													
Помидор свежий (нар.) (тех. карта 10)	100	1.3	0.3	3.4	23.5	0.01	110	15	10	15	35	0.8	
Суп картофельный с рыбой (тех. карта 305) (сб. рец. и кул. изд. 1996)	300/25	8.06	3.11	16.3	158	1.04	0.03	8.37	46	49.25	284	1.28	
Котлета рыбная (рец.324((1)	100	12.6	5.9	15.	164	0.09	0.1	0.4	64	32	172	1.2	
Рис припущенный (рец. 465(1)) Масло сливочное	180 5	4.0 0.05	0.64 7.93	45.43 0.05	231 33.05	260 -	- 60	- -	16.17	16.17	67.2 1.7	0.64 0.02	
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	225	-	-	48		270	3.15	
Компот из Сухофруктов	200	1	5	4.29	115.32	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0.9	
Итого ККАЛ:					996.3								
Полдник													
Булочка школьная	100	7.52	2.88	50.36	258	0.06	0	0	20.25	29.1	69.15	1.32	
Кисель (рец 712((2)	200	6.6	-	26	106	-	-	1.8	12	2	6	0.2	
Итого ККАЛ:					364								

Ужин												
Рыба отварная (реп 300((1)	125	0.25	2	0.35	97.3	0.01	0.1	0.1	8.5	1	6	0
Картофельное пюре (реп 472((1)	200	5.3	2	36.8	187	0.25	0.07	9.3	67	50	140	1.7
Чай сладкий (реп 629((1)	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2)	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					640.9							
Итого:		99,51	95,61	547,11	2837.2	863,026	299,6	77,76	858,07	400,49	2945,2	38,99

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Вторая пятница

Вторая пятница													
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				Витамины			Минеральные вещества				
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe	
1-ый завтрак													
Запеканка творожная со сметаной (реп 297(1))	150/10	44	10.5	35.5	368.65	0.08	0.5	0.5	283	58	458	1.3	
Чай сладкий (реп 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28	
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2))	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04	
Итого ККАЛ:					725.25								
2-ой завтрак													
груша	150	0.47	-	15.41	65.1	-	-	55.2	19.5	-	34.5	0.45	
Итого ККАЛ:					65.1								
Обед													
Помидор свежий (нар.) (тех. карта 10)	100	1.3	0.3	3.4	23.5	0.01	110	15	10	15	35	0.8	
Свекольник со сметаной с говядиной (тех. карта 276)	300/20	6.03	4.5	19.8	218	0.35	176.7	8.79	61.5	47.2	132.3	2.2	
Зразы рубленные мясные (реп 418(1))	100	12.1	15.7	13.1	244	0.09	0.1	4.7	31	26	126	1.5	
Рожки отварные со (реп 469((1)) Сливочным масло	180 5	6.62 0.05	5.42 7.93	31.73 0.05	202.14 33.05	0.07 225	25.2 60	0 -	5.83 1.5	25.34 -	44.6 1.7	1.2 1.53	
Сок натуральный	200	1	0.2	200	76	0.02	-	4	14	8	14	2.8	
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	225	-	-	48		270	3.15	
Итого ККАЛ:					992.19								
Полдник													
Кисель (реп 712((2))	200	6.6	-	26	106	-	-	1.8	12	2	6	0.2	
Пирожки с капустой с яйцом (реп 768)	90	7.1	14	56.1	348	0.02	1.73	0	17.9	28.8	9.7	1.4	

Ужин												
Суфле из печени (тех. Карта 46)	100	16.5	3.5	12.9	149.5	0.278	-	27.5	25.1	284.4	21.89	6.
Овощи тушёные (реп 486((1)	200	4.8	11.2	26.5	184.4	0.12	-	20	95	68	163	20
Чай сладкий (реп 629((1)	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2)	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					690.5							
Итого:		141,81	120,75	663	2927.04	452,168	265,83	103,27	967,11	733,83	1662,17	52,76

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Вторая суббота

Вторая суббота													
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				Витамины			Минеральные вещества				
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe	
1-ый завтрак													
Греча рассыпчатая (рец. 45(1))	200	3.6	9.18	28.62	217	0.24	41.30	40	31.88	40.6	119.5	1.9	
Сарделька отварная (рец. 393(2))	100	17.1	27.3	1.8	280	0.06	-	-	39	24	196.5	2.7	
Чай сладкий (рец 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28	
Хлеб пшеничный сливочное масло (рец 22((2))	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04	
Итого ККАЛ:					799.95								
2-ой завтрак													
Апельсин	200	1.16	-	12.28	55	-	450	600.0	12		22	0.8	
Итого ККАЛ:					55								
Обед													
Овощная нарезка (тех. карта 11)	100	1.1	0.1	3.7	21.3	0.057	131	76.6	15	136	28	0.066	
Суп с макаронными изделиями говядина (рец. 139(1))	300 20	2.9	2,5	21	140	0.06	15	57.5	23.5	33.6	37.2	15.4	
птица отварная (рец 443(1))	100	14.23 7.75	1.91 8.87	0.28 11.12	75 211	0.04 0.09	- 0.1	0.28 5.75	6.56 22.5	15.1 25	116.5 97.5	1.18 1.12	
Картофельное пюре (рец 472((1))	200	5.3	2	36.8	187	0.25	0.07	9.3	67	50	140	1.7	
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	225	-	-	48		270	3.15	
Компот из сухофруктоd	250	1	5	4.29	115.3	0.025	0	0.7	44.5	27.9	37.4	0.9	
Итого ККАЛ:					1021.1								
Полдник													
Печенье	20	5.92	7.52	58.48	81.25	0.01	-	-	20.8	24	67.2	1.12	
Напиток кисломолочный	200	5.4	5	21.6	158	0.06	0.4	1.8	242	30	188	0.2	
Итого					239.25								

Полдник												
Молоко кипячённое	200	7.5	7.8	12.2	150	0.1	50	2.5	293.5	33.5	227	0.3
Кондитерское изделие вафли	20	2.24	1.96	56.07	80.06	-	-	-	16		83.5	2
Итого ККАЛ:					230.06							
Ужин												
Салат из свежих огурцов с раст. Маслом (реп 36((1)	150	1.8	6	4.1	78	0.05	0.4	6.2	53	20	69	0.7
Котлета рыбная (реп.324((1)	100	12.6	5.9	15.	164	0.09	0.1	0.4	64	32	172	1.2
Картофельное пюре (реп 472((1)	250	5.3	2	36.8	187	0.25	0.07	9.3	67	50	140	1.7
Чай сладкий (реп 629((1)	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2)	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	11.1 156.2 4	1.4 51.25	2.8 161.2 6	0.28 4.5 0.04
Итого ККАЛ:					785.6							
Итого:		109,58	128,12	679,94	2889.93	487,23	127,37	74,96	1104,14	424,12	2294,86	60,2

**Бюджетное общеобразовательное учреждение Вологодской области
«Специальное учебно-воспитательное учреждение»
(закрытого типа)**



Второе воскресенье

Второе воскресенье													
Наименование блюда	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества				витамины			Минеральные вещества				
		бел	жир	угл	Эне рг цен	В	А	С	Са	Мg	Р	Fe	
1-ый завтрак													
Каша вязкая геркулесовая (реп 257(1))	250/5	6.05	10	37	263	-	-	-	47.59	72.58	175	2.0	
Чай сладкий (реп 629((1))	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28	
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2))	100	13.4	5.6	54.4	232	0.51	0	0.25	156.2	51.25	161.2	4.5	
	10	0.2	14.4	0.2	66.1	-	0.8	-	4		6	0.04	
Итого ККАЛ:					619.5								
2-ой завтрак													
Сок натуральный	200	1	0.2	200.2	76.0	0.02	-	4	14	8	14	2.8	
Итого ККАЛ:					76.0								
Обед													
Салат из свежей капусты (реп 29(1))	100	7.6	21.3	10.7	140.56	0.04	0.6	9.9	280	42	231	2.2	
Рассольник по-домашнему (реп 128(1))	300/20	10	5.9	12.7	146	0.11		11.8	47.25	38.5	240	1.7	
Бефстроганов из мяса (реп 375(1))	105	16.7	11.3	5.9	236.66	0.08	0.3	0.8	38	24	180	1.9	
Рис припущенный (реп. 465(1)) Масло сливочное	180	4.0	0.64	45.43	231	260	-	-	16.17	16.17	67.2	0.6	
	5	0.05	7.93	0.05	33.05	-	60	-			1.7	0.1	
Напиток из протёртой ягоды	200	1.2	1.2	29.4	120	0.09	0	30	30	0	227.4	6.6	
Хлеб ржаной	150	7.04	1.11	58.8	271.5	225	-	-	48		270	3.2	
Итого ККАЛ:					1178.77								

Ужин												
Ёжики в сметанном соусе	200/100	30.3	31.2	31.5	427	0.276	179.1	13.98	74.16	92.31	411	5.1
Чай сладкий (реп 629((1)	200	0.07	-	23.7	58.5	-	-	0.03	11.1	1.4	2.8	0.28
Хлеб пшеничный сливочное масло (реп 22((2)	100 10	13.4 0.2	5.6 14.4	54.4 0.2	232 66.1	0.51 -	0 0.8	0.25 -	156.2 4	51.25	161.2 6	4.5 0.04
Итого ККАЛ:					783.6							
Итого:		143,15	158,06	423,41	2952.55	227,381	689,12	749,67	1528,8	509,3	2436,28	47,39