

**УТВЕРЖДАЮ**

**Начальник управления по  
образованию, спорту и туризму  
Дзержинского райисполкома**

**Г.В.Гапанькова**

« 21 » августа 2023 г.



***Примерные двухнедельные рационы питания  
С ДНЕМ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЛОРУССКОЙ КУХНИ  
на летне-осенний период для обучающихся в учреждениях общего среднего  
образования с длительностью пребывания 6-8 и 9-10,5 часов для двух  
возрастных групп (6-10 лет, 11-18 лет) на 2023/2024 учебный год***

Неделя 1 День 1

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории
2р пит.06-10	Завтрак	Сыр	30	7	9	0	108
		Каша вязкая рисовая	100	2	3	15	94
		Котлета "Кветка"	50	9	11	7	149
		Фрукты	100	0	0	10	45
		Чай с сахаром	185/15	0	0	15	57
		Хлеб пшеничный	40	3	1	20	106
	Завтрак всего			21	24	67	559
	Обед	Салат из свежих помидоров со сметаной	80	1	3	4	44
		Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250/5	2	5	11	101
		Картофельные дольки запеченные	130	4	7	32	215
		Рыба жареная в сухарях (филе хека)	50	10	4	5	99
		Напиток "Родничок"	200	1	0	16	69
		Ватрушка с повидлом	75	5	2	48	227
	Обед всего			24	22	124	799
2р пит.06-10 всего				44	46	191	1357
2р пит.11-18	Завтрак	Сыр	40	9	12	0	144
		Каша вязкая рисовая	150	2	4	23	141
		Котлета "Кветка"	75	13	17	10	224
		Фрукты	100	0	0	10	45
		Чай с сахаром	185/15	0	0	15	57
		Хлеб пшеничный	40	3	1	20	106
	Завтрак всего			28	34	79	716
	Обед	Салат из свежих помидоров со сметаной	80	1	3	4	44
		Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250/5	2	5	11	101
		Рыба жареная в сухарях (филе хека)	75	15	7	7	149
		Картофельные дольки запеченные	180	5	10	44	297
		Напиток "Родничок"	200	1	0	16	69
		Ватрушка с повидлом	75	5	2	48	227
	Обед всего			33	28	162	1041
2р пит.11-18 всего				61	61	240	1757
3р пит.06-10	Завтрак	Сыр	30	7	9	0	108
		Каша вязкая рисовая	100	2	3	15	94
		Котлета "Кветка"	50	9	11	7	149
		Фрукты	100	0	0	10	45
		Чай с сахаром	185/15	0	0	15	57
		Хлеб пшеничный	40	3	1	20	106
	Завтрак всего			21	24	67	559
	Обед	Салат из свежих помидоров со сметаной	80	1	3	4	44

		<b>Щи из св. капусты с картофелем со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	5	11	101
		<b>Картофельные дольки запеченные</b>	<b>130</b>	4	7	32	215
		<b>Рыба жареная в сухарях (филе хека)</b>	<b>50</b>	10	4	5	99
		<b>Напиток "Родничок"</b>	<b>200</b>	1	0	16	69
		<b>Ватрушка с повидлом</b>	<b>75</b>	5	2	48	227
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44
	Обед всего			<b>24</b>	<b>22</b>	<b>124</b>	<b>799</b>
	Полдник	<b>Печенье</b>	<b>30</b>	2	4	22	125
		<b>Молоко</b>	<b>200</b>	6	5	9	106
		<b>Фрукты</b>	<b>120</b>	0	0	12	54
	Полдник всего			<b>9</b>	<b>9</b>	<b>44</b>	<b>285</b>
Зр пит.06-10 всего				<b>53</b>	<b>55</b>	<b>235</b>	<b>1642</b>
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Сыр</b>	<b>40</b>	9	12	0	144
		<b>Каша вязкая рисовая</b>	<b>150</b>	2	4	23	141
		<b>Котлета "Кветка"</b>	<b>75</b>	13	17	10	224
		<b>Фрукты</b>	<b>100</b>	0	0	10	45
		<b>Чай с сахаром</b>	<b>185/15</b>	0	0	15	57
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>	3	1	20	106
	Завтрак всего			<b>28</b>	<b>34</b>	<b>79</b>	<b>716</b>
	Обед	<b>Салат из свежих помидоров со сметаной</b>	<b>80</b>	1	3	4	44
		<b>Щи из св. капусты с картофелем со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	5	11	101
		<b>Рыба жареная в сухарях (филе хека)</b>	<b>75</b>	15	7	7	149
		<b>Картофельные дольки запеченные</b>	<b>180</b>	5	10	44	297
<b>Напиток "Родничок"</b>		<b>200</b>	1	0	16	69	
<b>Ватрушка с повидлом</b>		<b>75</b>	5	2	48	227	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>70</b>	3	1	32	154
Обед всего			<b>33</b>	<b>28</b>	<b>162</b>	<b>1041</b>	
Полдник	<b>Печенье</b>	<b>30</b>	2	4	22	125	
	<b>Молоко</b>	<b>200</b>	6	5	9	106	
	<b>Фрукты</b>	<b>160</b>	1	1	16	72	
Полдник всего			<b>9</b>	<b>9</b>	<b>48</b>	<b>303</b>	
Зр пит.11-18 всего				<b>70</b>	<b>71</b>	<b>288</b>	<b>2060</b>

**Неделя 1 День 2**

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории
2р пит.06-10	Завтрак	Сыр	20	5	6	0	72
		Кукуруза консервированная	30	1	0	3	17
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157
		Котлеты"Классные"	60	8	14	7	185
		Кофейный напиток с молоком	200	3	2	22	102
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
	Завтрак всего			<b>22</b>	<b>27</b>	<b>65</b>	<b>586</b>
	Обед	Салат "Веселые ребята"	100	4	9	7	125
		Борщ с картофелем со сметаной	250/5	2	5	16	123
		Шницель"Озерный"	75	11	18	13	256
		Пюре картофельное с морковью	150	3	3	21	126
		Напиток из клюквы "Витаминовый"	200	0	0	36	138
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44
	Обед всего			<b>21</b>	<b>35</b>	<b>102</b>	<b>813</b>
2р пит.06-10 всего			<b>43</b>	<b>62</b>	<b>168</b>	<b>1399</b>	
2р пит.11-18	Завтрак	Сыр	30	7	9	0	108
		Кукуруза консервированная	50	1	0	6	29
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157
		Котлеты"Классные"	60	8	14	7	185
		Кофейный напиток с молоком	200	3	2	22	102
		Хлеб пшеничный	30	2	1	15	79
	Завтрак всего			<b>26</b>	<b>30</b>	<b>73</b>	<b>660</b>
	Обед	Салат "Веселые ребята"	100	4	9	7	125
		Борщ с картофелем со сметаной	250/5	2	5	16	123
		Шницель"Озерный"	100	14	24	17	342
		Пюре картофельное с морковью	180	4	4	25	151
		Напиток из клюквы "Витаминовый"	200	0	0	36	138
		Хлеб ржаной	60	3	1	28	132
	Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
Обед всего			<b>29</b>	<b>43</b>	<b>139</b>	<b>1065</b>	
2р пит.11-18 всего			<b>55</b>	<b>73</b>	<b>212</b>	<b>1725</b>	
3р пит.06-10	Завтрак	Сыр	20	5	6	0	72
		Кукуруза консервированная	30	1	0	3	17
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157
		Котлеты"Классные"	60	8	14	7	185
		Кофейный напиток с молоком	200	3	2	22	102
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
	Завтрак всего			<b>22</b>	<b>27</b>	<b>65</b>	<b>586</b>
	Обед	Салат "Веселые ребята"	100	4	9	7	125

		<b>Борщ с картофелем со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	5	16	123
		<b>Шницель "Озерный"</b>	<b>75</b>	11	18	13	256
		<b>Пюре картофельное с морковью</b>	<b>150</b>	3	3	21	126
		<b>Напиток из клюквы "Витаиминный"</b>	<b>200</b>	0	0	36	138
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44
	Обед всего			<b>21</b>	<b>35</b>	<b>102</b>	<b>813</b>
	Полдник	<b>Крендель сахарный</b>	<b>50</b>	4	7	31	202
		<b>Сок</b>	<b>200</b>	1	0	20	92
	Полдник всего			<b>5</b>	<b>7</b>	<b>51</b>	<b>294</b>
Зр пит.06-10	всего			<b>49</b>	<b>69</b>	<b>219</b>	<b>1694</b>
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Сыр</b>	<b>30</b>	7	9	0	108
		<b>Кукуруза консервированная</b>	<b>50</b>	1	0	6	29
		<b>Каша вязкая гречневая</b>	<b>150</b>	5	5	23	157
		<b>Котлеты "Классные"</b>	<b>60</b>	8	14	7	185
		<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>200</b>	3	2	22	102
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	2	1	15	79
	Завтрак всего			<b>26</b>	<b>30</b>	<b>73</b>	<b>660</b>
	Обед	<b>Салат "Веселые ребята"</b>	<b>100</b>	4	9	7	125
		<b>Борщ с картофелем со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	5	16	123
		<b>Шницель "Озерный"</b>	<b>100</b>	14	24	17	342
		<b>Пюре картофельное с морковью</b>	<b>180</b>	4	4	25	151
		<b>Напиток из клюквы "Витаиминный"</b>	<b>200</b>	0	0	36	138
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>60</b>	3	1	28	132
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53	
Обед всего			<b>29</b>	<b>43</b>	<b>139</b>	<b>1065</b>	
Полдник	<b>Крендель сахарный</b>	<b>50</b>	4	7	31	202	
	<b>Сок</b>	<b>200</b>	1	0	20	92	
	Полдник всего			<b>5</b>	<b>7</b>	<b>51</b>	<b>294</b>
Зр пит.11-18	всего			<b>60</b>	<b>80</b>	<b>263</b>	<b>2019</b>

**Неделя 1 День 3**

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
2р пит.06-10	Завтрак	<b>Пудинг из творога (запеченный) со сметаной</b>	130/13	23	11	31	313	
		<b>Какао с молоком</b>	200	4	3	26	144	
		<b>Фрукты</b>	180	1	1	18	81	
	<b>Завтрак всего</b>				<b>28</b>	<b>14</b>	<b>74</b>	<b>538</b>
	Обед	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b>	100	1	3	4	49	
		<b>Суп- пюре из картофеля</b>	250	4	5	21	152	
		<b>Биточек"Кураж"</b>	70	10	35	3	365	
		<b>Каша вязкая рисовая</b>	130	2	4	20	122	
		<b>Компот из сухофруктов</b>	200	0	0	25	99	
		<b>Хлеб ржаной</b>	20	1	0	9	44	
<b>Обед всего</b>				<b>18</b>	<b>47</b>	<b>83</b>	<b>832</b>	
<b>2р пит.06-10 всего</b>				<b>46</b>	<b>62</b>	<b>157</b>	<b>1369</b>	
2р пит.11-18	Завтрак	<b>Пудинг из творога (запеченный) со сметаной</b>	150/15	27	12	35	361	
		<b>Какао с молоком</b>	200	4	3	26	144	
		<b>Фрукты</b>	180	1	1	18	81	
	<b>Завтрак всего</b>				<b>32</b>	<b>16</b>	<b>79</b>	<b>586</b>
	Обед	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b>	100	1	3	4	49	
		<b>Суп- пюре из картофеля</b>	250	4	5	21	152	
		<b>Биточек"Кураж"</b>	75	10	37	4	391	
		<b>Каша вязкая рисовая</b>	180	3	5	28	170	
		<b>Компот из сухофруктов</b>	200	0	0	25	99	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	20	2	1	10	53	
<b>Хлеб ржаной</b>		40	2	0	18	88		
<b>Обед всего</b>				<b>22</b>	<b>52</b>	<b>110</b>	<b>1002</b>	
<b>2р пит.11-18 всего</b>				<b>54</b>	<b>68</b>	<b>189</b>	<b>1587</b>	
3р пит.06-10	Завтрак	<b>Пудинг из творога (запеченный) со сметаной</b>	130/13	23	11	31	313	
		<b>Какао с молоком</b>	200	4	3	26	144	
		<b>Фрукты</b>	180	1	1	18	81	
	<b>Завтрак всего</b>				<b>28</b>	<b>14</b>	<b>74</b>	<b>538</b>
	Обед	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b>	100	1	3	4	49	
<b>Суп- пюре из картофеля</b>		250	4	5	21	152		

		<b>Биточек"Кураж"</b>	70	10	35	3	365
		<b>Каша вязкая рисовая</b>	130	2	4	20	122
		<b>Компот из сухофруктов</b>	200	0	0	25	99
		<b>Хлеб ржаной</b>	20	1	0	9	44
	Обед всего			<b>18</b>	<b>47</b>	<b>83</b>	<b>832</b>
	Полдник	<b>Оладьи с повидлом</b>	100/10	8	8	51	312
		<b>Компот из свежих яблок</b>	200	0	0	24	94
		<b>Фрукты</b>	120	0	0	12	54
	Полдник всего			<b>9</b>	<b>9</b>	<b>86</b>	<b>460</b>
Зр пит.06-10 всего				<b>55</b>	<b>71</b>	<b>243</b>	<b>1829</b>
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Пудинг из творога (запеченный) со сметаной</b>	150/15	27	12	35	361
		<b>Какао с молоком</b>	200	4	3	26	144
		<b>Фрукты</b>	180	1	1	18	81
	Завтрак всего			<b>32</b>	<b>16</b>	<b>79</b>	<b>586</b>
	Обед	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b>	100	1	3	4	49
		<b>Суп- пюре из картофеля</b>	250	4	5	21	152
		<b>Биточек"Кураж"</b>	75	10	37	4	391
		<b>Каша вязкая рисовая</b>	180	3	5	28	170
		<b>Компот из сухофруктов</b>	200	0	0	25	99
		<b>Хлеб пшеничный</b>	20	2	1	10	53
		<b>Хлеб ржаной</b>	40	2	0	18	88
	Обед всего			<b>22</b>	<b>52</b>	<b>110</b>	<b>1002</b>
	Полдник	<b>Оладьи с повидлом</b>	100/10	8	8	51	312
<b>Компот из свежих яблок</b>		200	0	0	24	94	
<b>Фрукты</b>		180	1	1	18	81	
Полдник всего			<b>9</b>	<b>9</b>	<b>92</b>	<b>487</b>	
Зр пит.11-18 всего				<b>63</b>	<b>77</b>	<b>281</b>	<b>2074</b>

Неделя 1 День 4

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
2р пит.06-10	Завтрак	Сыр	15	3	4	0	54	
		Огурец свежий	50	0	0	1	6	
		Биточки (свинина)	50	5	19	8	223	
		Каша вязкая гречневая	100	3	3	15	104	
		Напиток из клюквы "Витаиминный"	200	0	0	36	138	
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Завтрак всего				<b>14</b>	<b>27</b>	<b>70</b>	<b>578</b>
	Обед	Салат "Вкусный"	60	1	6	6	80	
		Суп с крупой и мясными фрикадельками	250/30	9	3	16	132	
		Биточки куриные с сыром	80	13	18	11	238	
		Макаронные изделия отварные	150	5	4	36	206	
		Компот из груш	200	0	0	25	99	
		Булочка "Сметанник"	60	4	7	27	190	
	Обед всего				<b>33</b>	<b>39</b>	<b>130</b>	<b>989</b>
2р пит.06-10 всего				<b>47</b>	<b>66</b>	<b>200</b>	<b>1567</b>	
2р пит.11-18	Завтрак	Сыр	15	3	4	0	54	
		Огурец свежий	50	0	0	1	6	
		Биточки (свинина)	75	8	28	12	335	
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157	
		Напиток из клюквы "Витаиминный"	200	0	0	36	138	
		Хлеб пшеничный	30	2	1	15	79	
	Завтрак всего				<b>19</b>	<b>38</b>	<b>87</b>	<b>769</b>
	Обед	Салат "Вкусный"	80	1	8	7	107	
		Суп с крупой и мясными фрикадельками	250/30	9	3	16	132	
		Биточки куриные с сыром	120	19	27	17	357	
		Макаронные изделия отварные	150	5	4	36	206	
		Компот из груш	200	0	0	25	99	
		Булочка "Сметанник"	75	5	9	34	238	
	Обед всего				<b>41</b>	<b>52</b>	<b>144</b>	<b>1182</b>
2р пит.11-18 всего				<b>60</b>	<b>90</b>	<b>231</b>	<b>1951</b>	
3р пит.06-10	Завтрак	Сыр	15	3	4	0	54	
		Огурец свежий	50	0	0	1	6	
		Биточки (свинина)	50	5	19	8	223	



		<b>Каша вязкая гречневая</b>	<b>100</b>	3	3	15	104	
		<b>Напиток из клюквы "Витаиминный"</b>	<b>200</b>	0	0	36	138	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53	
	<b>Завтрак всего</b>			<b>14</b>	<b>27</b>	<b>70</b>	<b>578</b>	
Обед		<b>Салат"Вкусный"</b>	<b>60</b>	1	6	6	80	
		<b>Суп с крупой и мясными фрикадельками</b>	<b>250/30</b>	9	3	16	132	
		<b>Биточки куриные с сыром</b>	<b>80</b>	13	18	11	238	
		<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>	5	4	36	206	
		<b>Компот из груш</b>	<b>200</b>	0	0	25	99	
		<b>Булочка "Сметанник"</b>	<b>60</b>	4	7	27	190	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44	
	<b>Обед всего</b>			<b>33</b>	<b>39</b>	<b>130</b>	<b>989</b>	
Полдник		<b>Бутерброд "Купалле"</b>	<b>45</b>	7	11	10	169	
		<b>Чай с молоком</b>	<b>135/15/50</b>	2	1	17	83	
		<b>Фрукты</b>	<b>130</b>	1	1	13	59	
	<b>Полдник всего</b>			<b>9</b>	<b>13</b>	<b>40</b>	<b>311</b>	
<b>Зр пит.06-10 всего</b>				<b>56</b>	<b>79</b>	<b>240</b>	<b>1878</b>	
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Сыр</b>	<b>15</b>	3	4	0	54	
		<b>Огурец свежий</b>	<b>50</b>	0	0	1	6	
		<b>Биточки (свинина)</b>	<b>75</b>	8	28	12	335	
		<b>Каша вязкая гречневая</b>	<b>100</b>	3	3	15	104	
		<b>Напиток из клюквы "Витаиминный"</b>	<b>200</b>	0	0	36	138	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	2	1	15	79	
		<b>Завтрак всего</b>			<b>17</b>	<b>37</b>	<b>79</b>	<b>716</b>
	Обед		<b>Салат"Вкусный"</b>	<b>80</b>	1	8	7	107
			<b>Суп с крупой и мясными фрикадельками</b>	<b>250/30</b>	9	3	16	132
			<b>Биточки куриные с сыром</b>	<b>120</b>	19	27	17	357
			<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>	5	4	36	206
			<b>Компот из груш</b>	<b>200</b>	0	0	25	99
			<b>Булочка "Сметанник"</b>	<b>75</b>	5	9	34	238
			<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44
		<b>Обед всего</b>			<b>41</b>	<b>52</b>	<b>144</b>	<b>1182</b>
	Полдник		<b>Бутерброд "Купалле"</b>	<b>45</b>	7	11	10	169
			<b>Чай с молоком</b>	<b>135/15/50</b>	2	1	17	83
		<b>Фрукты</b>	<b>180</b>	1	1	18	81	
	<b>Полдник всего</b>			<b>9</b>	<b>13</b>	<b>45</b>	<b>333</b>	
<b>Зр пит.11-18 всего</b>				<b>67</b>	<b>101</b>	<b>268</b>	<b>2232</b>	

**Неделя 1 День 5**

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
2р пит.06-10	Завтрак	<b>Сыр</b>	<b>15</b>	3	4	0	54	
		<b>Омлет натуральный</b>	<b>105</b>	11	15	2	186	
		<b>Колбасные изделия отварные</b>	<b>50</b>	6	11	0	126	
		<b>Чай с сахаром</b>	<b>185/15</b>	0	0	15	57	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	1	0	12	55	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53	
	<b>Завтрак всего</b>				<b>23</b>	<b>32</b>	<b>39</b>	<b>531</b>
	Обед	<b>Салат "Морской бриз"</b>	<b>60</b>	2	9	4	101	
		<b>Суп крестьянский со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	3	14	92	
		<b>Шицель натуральный рубленый из свинины</b>	<b>70</b>	13	28	8	340	
		<b>Пюре картофельное</b>	<b>150</b>	3	5	22	149	
		<b>Кисель из сока</b>	<b>200</b>	0	0	30	121	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44	
	<b>Обед всего</b>				<b>21</b>	<b>45</b>	<b>86</b>	<b>847</b>
<b>2р пит.06-10 всего</b>				<b>45</b>	<b>77</b>	<b>125</b>	<b>1378</b>	
2р пит.11-18	Завтрак	<b>Сыр</b>	<b>25</b>	6	7	0	90	
		<b>Омлет натуральный</b>	<b>130</b>	14	19	2	231	
		<b>Колбасные изделия отварные</b>	<b>75</b>	9	17	0	189	
		<b>Чай с сахаром</b>	<b>185/15</b>	0	0	15	57	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	1	0	12	55	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53	
	<b>Завтрак всего</b>				<b>31</b>	<b>44</b>	<b>39</b>	<b>674</b>
	Обед	<b>Салат "Морской бриз"</b>	<b>100</b>	3	15	6	169	
		<b>Суп крестьянский со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	3	14	92	
		<b>Шницель натуральный рубленый из свинины</b>	<b>75</b>	14	30	8	364	
		<b>Пюре картофельное</b>	<b>180</b>	4	6	26	179	
		<b>Кисель из сока</b>	<b>200</b>	0	0	30	121	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	2	0	18	88	
	<b>Обед всего</b>				<b>25</b>	<b>54</b>	<b>103</b>	<b>1013</b>
<b>2р пит.11-18 всего</b>				<b>56</b>	<b>98</b>	<b>142</b>	<b>1687</b>	
3р пит.06-10	Завтрак	<b>Сыр</b>	<b>15</b>	3	4	0	54	
		<b>Омлет натуральный</b>	<b>105</b>	11	15	2	186	
		<b>Колбасные изделия отварные</b>	<b>50</b>	6	11	0	126	
		<b>Чай с сахаром</b>	<b>185/15</b>	0	0	15	57	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	1	0	12	55	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53	

Завтрак всего			<b>23</b>	<b>32</b>	<b>39</b>	<b>531</b>	
Обед	Салат "Морской бриз"	60	2	9	4	101	
	Суп крестьянский со сметаной	250/5	2	3	14	92	
	Шницель натуральный рубленый из свинины	70	13	28	8	340	
	Пюре картофельное	150	3	5	22	149	
	Кисель из сока	200	0	0	30	121	
	Хлеб ржаной	20	1	0	9	44	
Обед всего			<b>21</b>	<b>45</b>	<b>86</b>	<b>847</b>	
Полдник	Булочка "Витьба"	50	5	4	29	171	
	Йогурт	120	6	2	10	101	
	Молоко	200	6	5	9	106	
Полдник всего			<b>17</b>	<b>11</b>	<b>49</b>	<b>378</b>	
Зр пит.06-10 всего			<b>61</b>	<b>88</b>	<b>174</b>	<b>1757</b>	
Зр пит.11-18	Завтрак	Сыр	25	6	7	0	90
		Омлет натуральный	130	14	19	2	231
		Колбасные изделия отварные	75	9	17	0	189
		Чай с сахаром	185/15	0	0	15	57
		Хлеб ржаной	25	1	0	12	55
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
	Завтрак всего			<b>31</b>	<b>44</b>	<b>39</b>	<b>674</b>
	Обед	Салат "Морской бриз"	100	3	15	6	169
		Суп крестьянский со сметаной	250/5	2	3	14	92
		Шницель натуральный рубленый из свинины	75	14	30	8	364
		Пюре картофельное	180	4	6	26	179
		Кисель из сока	200	0	0	30	121
		Хлеб ржаной	40	2	0	18	88
	Обед всего			<b>25</b>	<b>54</b>	<b>103</b>	<b>1013</b>
	Полдник	Булочка "Витьба"	50	5	4	29	171
		Молоко	200	6	5	9	106
		Йогурт	120	6	2	10	101
Полдник всего			<b>17</b>	<b>11</b>	<b>49</b>	<b>378</b>	
Зр пит.11-18 всего			<b>73</b>	<b>110</b>	<b>191</b>	<b>2065</b>	

Неделя 2 День 1

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории
2р пит.06-10	Завтрак	Горошек консервир.	30	2	0	4	22
		Колбаски мясные с сыром	50	9	7	7	123
		Каша вязкая рисовая	150	2	4	23	141
		Кофейный напиток с молоком	200	3	2	22	102
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Йогурт	120	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>			<b>23</b>	<b>15</b>	<b>76</b>
	Обед	Салат "Витаминный" с м. р.	100	1	5	11	94
		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	2	4	11	86
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	70	15	8	3	146
		Пюре картофельное	150	3	5	22	149
		Напиток из клюквы "Витаиминный"	200	0	0	36	138
		Булочка чайная с творогом	60	7	7	32	217
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44
<b>Обед всего</b>			<b>30</b>	<b>29</b>	<b>124</b>	<b>875</b>	
2р пит.06-10	<b>всего</b>			<b>52</b>	<b>45</b>	<b>200</b>	<b>1417</b>
2р пит.11-18	Завтрак	Горошек консервир.	50	3	0	6	37
		Колбаски мясные с сыром	70	12	9	9	173
		Каша вязкая рисовая	160	2	4	25	151
		Кофейный напиток с молоком	200	3	2	22	102
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Йогурт	120	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>			<b>27</b>	<b>18</b>	<b>83</b>
	Обед	Салат "Витаминный" с м. р.	100	1	5	11	94
		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	2	5	13	108
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	90	20	10	4	188
		Пюре картофельное	150	3	5	22	149
		Напиток из клюквы "Витаиминный"	200	0	0	36	138
		Булочка чайная с творогом	75	9	8	40	271
		Хлеб ржаной	40	2	0	18	88
<b>Обед всего</b>			<b>37</b>	<b>34</b>	<b>145</b>	<b>1036</b>	
2р пит.11-18	<b>всего</b>			<b>64</b>	<b>53</b>	<b>228</b>	<b>1652</b>
3р пит.06-10	Завтрак	Горошек консервир.	30	2	0	4	22
		Колбаски мясные с сыром	50	9	7	7	123
		Каша вязкая рисовая	150	2	4	23	141
		Кофейный напиток с молоком	200	3	2	22	102
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Йогурт	120	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>			<b>23</b>	<b>15</b>	<b>76</b>
	Обед	Салат "Витаминный" с м. р.	100	1	5	11	94
		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	2	5	13	108
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	70	15	8	3	146
		Пюре картофельное	150	3	5	22	149

		<b>Напиток из клюквы "Витаиминный"</b>	<b>200</b>	0	0	36	138
		<b>Булочка чайная с творогом</b>	<b>60</b>	7	7	32	217
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44
	Обед всего			<b>30</b>	<b>30</b>	<b>127</b>	<b>896</b>
	Полдник	<b>Гренки с повидлом</b>	<b>40</b>	2	3	21	120
		<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>200</b>	0	0	24	94
		<b>Фрукты</b>	<b>120</b>	0	0	12	54
	Полдник всего			<b>3</b>	<b>4</b>	<b>57</b>	<b>268</b>
Зр пит.06-10 всего				<b>55</b>	<b>49</b>	<b>260</b>	<b>1707</b>
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Горошек консервир.</b>	<b>50</b>	3	0	6	37
		<b>Колбаски мясные с сыром</b>	<b>70</b>	12	9	9	173
		<b>Каша вязкая рисовая</b>	<b>160</b>	2	4	25	151
		<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>200</b>	3	2	22	102
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53
		<b>Йогурт</b>	<b>120</b>	6	2	10	101
		Завтрак всего			<b>27</b>	<b>18</b>	<b>83</b>
	Обед	<b>Салат "Витаиминный" с м. р.</b>	<b>100</b>	1	5	11	94
		<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	<b>250/5</b>	2	5	13	108
		<b>Рыба жареная "Золотая рыбка"</b>	<b>90</b>	20	10	4	188
		<b>Пюре картофельное</b>	<b>150</b>	3	5	22	149
		<b>Напиток из клюквы "Витаиминный"</b>	<b>200</b>	0	0	36	138
		<b>Булочка чайная с творогом</b>	<b>75</b>	9	8	40	271
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	2	0	18	88
	Обед всего			<b>37</b>	<b>34</b>	<b>145</b>	<b>1036</b>
	Полдник	<b>Гренки с повидлом</b>	<b>60</b>	3	5	32	181
		<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>200</b>	0	0	24	94
		<b>Фрукты</b>	<b>180</b>	1	1	18	81
Полдник всего			<b>4</b>	<b>6</b>	<b>73</b>	<b>356</b>	
Зр пит.11-18 всего				<b>68</b>	<b>58</b>	<b>301</b>	<b>2008</b>

**Неделя 2 День 2**

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
2р пит.06-10	Завтрак	Салат "Школьные годы"	50	1	3	2	32	
		Котлета "Прыгажуня"	75	13	23	15	305	
		Чай с молоком	135/15/50	2	1	17	83	
		Фрукты	180	1	1	18	81	
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44	
	Завтрак всего				<b>17</b>	<b>28</b>	<b>60</b>	<b>546</b>
	Обед	Салат "Калейдоскоп"	60	1	3	3	45	
		Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2	6	17	136	
		Митболы с сыром (свинина)	70	12	22	4	265	
		Рагу овощное"Пора года"	150	4	11	24	210	
		Компот из свеж.яблок	200	0	0	24	94	
	Хлеб ржаной	30	1	0	14	66		
	Обед всего				<b>20</b>	<b>43</b>	<b>85</b>	<b>817</b>
	2р пит.06-10 всего				<b>37</b>	<b>71</b>	<b>145</b>	<b>1363</b>
2р пит.11-18	Завтрак	Салат "Школьные годы"	50	1	3	2	32	
		Котлета "Прыгажуня"	90	15	28	18	367	
		Чай с молоком	135/15/50	2	1	17	83	
		Хлеб ржаной	30	1	0	14	66	
		Фрукты	180	1	1	18	81	
	Завтрак всего				<b>20</b>	<b>33</b>	<b>68</b>	<b>629</b>
	Обед	Салат "Калейдоскоп"	100	1	6	5	75	
		Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2	6	17	136	
		Митболы с сыром (свинина)	100	17	32	5	379	
		Рагу овощное"Пора года"	150	4	11	24	210	
		Компот из свеж.яблок	200	0	0	24	94	
	Хлеб ржаной	40	2	0	18	88		
	Обед всего				<b>27</b>	<b>55</b>	<b>93</b>	<b>983</b>
	2р пит.11-18 всего				<b>46</b>	<b>88</b>	<b>161</b>	<b>1612</b>
Зр пит.06-10	Завтрак	Салат "Школьные годы"	50	1	3	2	32	
		Котлета "Прыгажуня"	75	13	23	15	305	
		Чай с молоком	135/15/50	2	1	17	83	
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44	
		Фрукты	180	1	1	18	81	
	Завтрак всего				<b>17</b>	<b>28</b>	<b>60</b>	<b>546</b>
	Обед	Салат "Калейдоскоп"	60	1	3	3	45	
		Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2	6	17	136	
		Митболы с сыром (свинина)	70	12	22	4	265	
		Рагу овощное"Пора года"	150	4	11	24	210	
		Компот из свеж.яблок	200	0	0	24	94	
	Хлеб ржаной	30	1	0	14	66		
	Обед всего				<b>20</b>	<b>43</b>	<b>85</b>	<b>817</b>
	Полдник	Сырники из творога	100	21	8	22	248	
Сок		200	1	0	20	92		
Полдник всего				<b>22</b>	<b>9</b>	<b>42</b>	<b>340</b>	
Зр пит.06-10 всего				<b>59</b>	<b>80</b>	<b>187</b>	<b>1703</b>	
Зр пит.11-18	Завтрак	Салат "Школьные годы"	50	1	3	2	32	
		Котлета "Прыгажуня"	90	15	28	18	367	

	Чай с молоком	135/15/50	2	1	17	83
	Хлеб ржаной	30	1	0	14	66
	Фрукты	180	1	1	18	81
Завтрак всего			<b>20</b>	<b>33</b>	<b>68</b>	<b>629</b>
Обед	Салат "Калейдоскоп"	100	1	6	5	75
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2	6	17	136
	Митболы с сыром (свинина)	100	17	32	5	379
	Рагу овощное"Пора года"	150	4	11	24	210
	Компот из свеж.яблок	200	0	0	24	94
	Хлеб ржаной	40	2	0	18	88
Обед всего			<b>27</b>	<b>55</b>	<b>93</b>	<b>983</b>
Полдник	Сырники из творога	100	21	8	22	248
	Сок	200	1	0	20	92
Полдник всего			<b>22</b>	<b>9</b>	<b>42</b>	<b>340</b>
Зр пит.11-18 всего			<b>68</b>	<b>97</b>	<b>203</b>	<b>1952</b>

Неделя 2 День 3

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории
2р пит.06-10	Завтрак	Горошек консервир	30	2	0	4	22
		Шницели (говядина)	60	9	8	10	153
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157
		Чай с молоком	135/15/50	2	1	17	83
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Йогурт	120	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>		<b>25</b>	<b>18</b>	<b>74</b>	<b>568</b>
	Обед	Салат "Мозаика" со сметаной	100	1	3	4	50
		Суп картофельный с рыбой	250/25	8	6	20	165
		Шашлычок	60	19	4	2	114
		Пюре картофельное	150	3	5	22	149
		Сок	200	1	0	20	92
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Хлеб ржаной	40	2	0	18	88
<b>Обед всего</b>		<b>36</b>	<b>18</b>	<b>96</b>	<b>711</b>		
<b>2р пит.06-10 всего</b>				<b>61</b>	<b>36</b>	<b>170</b>	<b>1280</b>
2р пит.11-18	Завтрак	Горошек консервир	50	3	0	6	37
		Шницели (говядина)	90	14	13	14	230
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157
		Чай с молоком	135/5015/	2	1	17	83
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Йогурт	120	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>		<b>30</b>	<b>22</b>	<b>81</b>	<b>660</b>
	Обед	Салат "Мозаика" со сметаной	100	1	3	4	50
		Суп картофельный с рыбой	250/25	8	6	20	165
		Шашлычок	100	31	6	3	190
		Пюре картофельное	180	4	6	26	179
		Сок	200	1	0	20	92
		Хлеб пшеничный	30	2	1	15	79
		Хлеб ржаной	30	1	0	14	66
<b>Обед всего</b>		<b>49</b>	<b>22</b>	<b>102</b>	<b>822</b>		
<b>2р пит.11-18 всего</b>				<b>80</b>	<b>44</b>	<b>183</b>	<b>1481</b>
3р пит.06-10	Завтрак	Горошек консервир.	30	2	0	4	22
		Шницели (говядина)	60	9	8	10	153
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157
		Чай с молоком	135/15/50	2	1	17	83
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53
		Йогурт	120	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>		<b>25</b>	<b>18</b>	<b>74</b>	<b>568</b>
	Обед	Салат "Мозаика" со сметаной	100	1	3	4	50
		Суп картофельный с рыбой	250/25	8	6	20	165
		Шашлычок	60	19	4	2	114
	Пюре картофельное	150	3	5	22	149	



		<b>Сок</b>	<b>200</b>	1	0	20	92
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	2	0	18	88
	<b>Обед всего</b>			<b>36</b>	<b>18</b>	<b>96</b>	<b>711</b>
	Полдник	<b>Гренки с повидлом</b>	<b>60</b>	3	5	32	181
		<b>Кефир</b>	<b>200</b>	6	5	8	106
		<b>Фрукты</b>	<b>120</b>	0	0	12	54
	<b>Полдник всего</b>			<b>9</b>	<b>10</b>	<b>52</b>	<b>341</b>
<b>Зр пит.06-10 всего</b>				<b>70</b>	<b>46</b>	<b>222</b>	<b>1621</b>
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Горошек консервир.</b>	<b>50</b>	3	0	6	37
		<b>Шницели (говядина)</b>	<b>90</b>	14	13	14	230
		<b>Каша вязкая гречневая</b>	<b>150</b>	5	5	23	157
		<b>Чай с молоком</b>	<b>135/15/50</b>	2	1	17	83
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53
		<b>Йогурт</b>	<b>120</b>	6	2	10	101
		<b>Завтрак всего</b>			<b>30</b>	<b>22</b>	<b>81</b>
	Обед	<b>Салат "Мозаика" со сметаной</b>	<b>100</b>	1	3	4	50
		<b>Суп картофельный с рыбой</b>	<b>250/25</b>	8	6	20	165
		<b>Шашлычок</b>	<b>100</b>	31	6	3	190
		<b>Пюре картофельное</b>	<b>180</b>	4	6	26	179
		<b>Сок</b>	<b>200</b>	1	0	20	92
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	2	1	15	79
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	1	0	14	66
	<b>Обед всего</b>			<b>49</b>	<b>22</b>	<b>102</b>	<b>822</b>
	Полдник	<b>Гренки с повидлом</b>	<b>60</b>	3	5	32	181
		<b>Кефир</b>	<b>200</b>	6	5	8	106
<b>Фрукты</b>		<b>160</b>	1	1	16	72	
<b>Полдник всего</b>			<b>9</b>	<b>10</b>	<b>56</b>	<b>359</b>	
<b>Зр пит.11-18 всего</b>				<b>89</b>	<b>54</b>	<b>239</b>	<b>1840</b>

Неделя 2 День 4

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории
2р пит.06-10	Завтрак	Огурец свежий	50	0	0	1	6
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	75	16	8	3	156
		Каша вязкая пшеничная	100	3	3	16	108
		Сок	200	1	0	20	92
		Фрукты	160	1	1	16	72
		Печенье	30	2	4	22	125
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44
	Завтрак всего			<b>25</b>	<b>16</b>	<b>88</b>	<b>602</b>
	Обед	Помидор свежий	80	1	0	2	9
		Суп картофельный с бобовыми	250	6	5	22	157
		Плов со свининой	60/144	17	34	37	524
		Компот из свежих яблок	200	0	0	24	94
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44
	Обед всего			<b>24</b>	<b>39</b>	<b>93</b>	<b>828</b>
2р пит.06-10 всего				<b>49</b>	<b>56</b>	<b>181</b>	<b>1430</b>
2р пит.11-18	Завтрак	Огурец свежий	50	0	0	1	6
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	90	20	10	4	188
		Каша вязкая пшеничная	100	3	3	16	108
		Сок	200	1	0	20	92
		Фрукты	160	1	1	16	72
		Печенье	30	2	4	22	125
		Хлеб ржаной	30	1	0	14	66
	Завтрак всего			<b>28</b>	<b>18</b>	<b>93</b>	<b>656</b>
	Обед	Помидор свежий	80	1	0	2	9
		Суп картофельный с бобовыми	250	6	5	22	157
		Плов со свининой	75/180	21	42	46	655
		Компот из свежих яблок	200	0	0	24	94
		Хлеб ржаной	30	1	0	14	66
	Обед всего			<b>29</b>	<b>48</b>	<b>107</b>	<b>981</b>
2р пит.11-18 всего				<b>57</b>	<b>66</b>	<b>201</b>	<b>1636</b>
3р пит.06-10	Завтрак	Огурец свежий	50	0	0	1	6
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	75	16	8	3	156
		Каша вязкая пшеничная	100	3	3	16	108
		Сок	200	1	0	20	92
		Фрукты	160	1	1	16	72
		Печенье	30	2	4	22	125
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44
	Завтрак всего			<b>25</b>	<b>16</b>	<b>88</b>	<b>602</b>
	Обед	Помидор свежий	80	1	0	2	9
		Суп картофельный с бобовыми	250	6	5	22	157
		Плов со свининой	60/144	17	34	37	524
		Компот из свежих яблок	200	0	0	24	94
		Хлеб ржаной	20	1	0	9	44

	Обед всего		<b>24</b>	<b>39</b>	<b>93</b>	<b>828</b>
	Полдник	Запеканка из творога "Зебра" со сметаной	110/17	23	12	28
		Чай с сахаром	185/15	0	0	15
	Полдник всего		<b>24</b>	<b>12</b>	<b>43</b>	<b>378</b>
Зр пит.06-10	всего		<b>74</b>	<b>69</b>	<b>234</b>	<b>1858</b>
Зр пит.11-18	Завтрак	Огурец свежий	50	0	0	1
		Рыба жареная "Золотая рыбка"	90	20	10	4
		Каша вязкая пшеничная	100	3	3	16
		Сок	200	1	0	20
		Фрукты	160	1	1	16
		Печенье	30	2	4	22
		Хлеб ржаной	30	1	0	14
	Завтрак всего		<b>28</b>	<b>18</b>	<b>93</b>	<b>656</b>
	Обед	Помидор свежий	80	1	0	2
		Суп картофельный с бобовыми	250	6	5	22
		Плов со свининой	75/180	21	42	46
		Компот из свежих яблок	200	0	0	24
		Хлеб ржаной	30	1	0	14
	Обед всего		<b>29</b>	<b>48</b>	<b>107</b>	<b>981</b>
Полдник	Запеканка из творога "Зебра" со сметаной	110/17	23	12	28	
	Чай с сахаром	185/15	0	0	15	
	Полдник всего		<b>24</b>	<b>12</b>	<b>43</b>	<b>378</b>
Зр пит.11-18	всего		<b>81</b>	<b>78</b>	<b>243</b>	<b>2015</b>

**Неделя 2 День 5**

				Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
2р пит.06-10	Завтрак	Колбасные изделия отварные	50	6	11	0	126	
		Омлет натуральный	115	12	16	2	204	
		Какао с молоком	200	4	3	26	144	
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Завтрак всего				<b>23</b>	<b>32</b>	<b>38</b>	<b>527</b>
	Обед	Салат "Вкусняша"	60	5	11	3	122	
		Суп-лапша на курином бульоне	250	2	5	16	115	
		Котлеты Особые	50	7	11	7	156	
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157	
		Сок	200	1	0	20	92	
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Хлеб ржаной	20	1	0	9	44		
	Обед всего				<b>23</b>	<b>32</b>	<b>88</b>	<b>738</b>
	2р пит.06-10 всего				<b>47</b>	<b>63</b>	<b>126</b>	<b>1265</b>
2р пит.11-18	Завтрак	Колбасные изделия отварные	75	9	17	0	189	
		Омлет натуральный	130	14	19	2	231	
		Какао с молоком	200	4	3	26	144	
		Хлеб пшеничный	30	2	1	15	79	
	Завтрак всего				<b>29</b>	<b>40</b>	<b>43</b>	<b>643</b>
	Обед	Салат "Вкусняша"	80	7	14	4	163	
		Каша вязкая гречневая	180	6	6	27	188	
		Котлеты Особые	75	11	16	11	234	
		Суп-лапша на курином бульоне	250	2	5	16	115	
		Сок	200	1	0	20	92	
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Хлеб ржаной	20	1	0	9	44		
	Обед всего				<b>30</b>	<b>42</b>	<b>97</b>	<b>889</b>
	2р пит.11-18 всего				<b>58</b>	<b>81</b>	<b>140</b>	<b>1532</b>
3р пит.06-10	Завтрак	Колбасные изделия отварные	50	6	11	0	126	
		Омлет натуральный	115	12	16	2	204	
		Какао с молоком	200	4	3	26	144	
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Завтрак всего				<b>23</b>	<b>32</b>	<b>38</b>	<b>527</b>
	Обед	Салат "Вкусняша"	60	5	11	3	122	
		Суп-лапша на курином бульоне	250	2	5	16	115	
		Котлеты Особые	50	7	11	7	156	
		Каша вязкая гречневая	150	5	5	23	157	
		Сок	200	1	0	20	92	
		Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Хлеб ржаной	20	1	0	9	44		
	Обед всего				<b>23</b>	<b>32</b>	<b>88</b>	<b>738</b>
	Полдник	Макароны с сыром	100/10	6	7	23	181	
Чай с сахаром		185/15	0	0	15	57		

		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44	
	Полдник всего			<b>7</b>	<b>7</b>	<b>48</b>	<b>282</b>	
Зр пит.06-10	всего			<b>54</b>	<b>70</b>	<b>174</b>	<b>1548</b>	
Зр пит.11-18	Завтрак	<b>Колбасные изделия отварные</b>	<b>75</b>	9	17	0	189	
		<b>Омлет натуральный</b>	<b>130</b>	14	19	2	231	
		<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>	4	3	26	144	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	2	1	15	79	
	Завтрак всего				<b>29</b>	<b>40</b>	<b>43</b>	<b>643</b>
	Обед	<b>Салат "Вкусняша"</b>	<b>80</b>	7	14	4	163	
		<b>Суп-лапша на курином бульоне</b>	<b>250</b>	2	5	16	115	
		<b>Котлеты Особые</b>	<b>75</b>	11	16	11	234	
		<b>Каша вязкая гречневая</b>	<b>180</b>	6	6	27	188	
		<b>Сок</b>	<b>200</b>	1	0	20	92	
		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>	2	1	10	53	
		<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	1	0	9	44	
	Обед всего				<b>30</b>	<b>42</b>	<b>97</b>	<b>889</b>
	Полдник	<b>Макароны с сыром</b>	<b>120/12</b>	7	8	28	218	
<b>Хлеб ржаной</b>		<b>30</b>	1	0	14	66		
<b>Чай с сахаром</b>		<b>185/15</b>	0	0	15	57		
Полдник всего				<b>9</b>	<b>9</b>	<b>57</b>	<b>340</b>	
Зр пит.11-18	всего			<b>67</b>	<b>90</b>	<b>197</b>	<b>1872</b>	

Міністэрства аховы здароўя  
Рэспублікі Беларусь  
**Дзяржаўная ўстанова  
«Дзяржынскі раённы цэнтр  
гігіены і эпідэміялогіі»**

вул. Маладзёжная, д. 38, 222720 г. Дзяржынск,  
Мінская вобласць

тэл/факс 8 (01716) 6 54 47, E-mail: priemnaya@dzrcge.by  
р/рах ВУ74АКВВ36040606001126000000 (бюджэтны)  
ВУ98АКВВ36320606000126000000 (унебюджэтны)  
ААТ «Ашчадны банк «Беларусбанк»  
Філіял № 500 Мінскае ўпраўленне цэнтра банкаўскіх паслуг №  
606 БИК АКВВВУ21500  
УНП 600113061 АКПА 14789741

Министерство здравоохранения  
Республики Беларусь  
**Государственное учреждение  
«Дзержинский районный центр  
гиgiene и эпидемиологии»**

ул. Молодежная д. 38, 222720 г. Дзержинск  
Минская область

тел/факс 8 (01716) 6 54 47, E-mail: priemnaya@dzrcge.by  
р/счет ВУ74АКВВ36040606001126000000 (бюджетный)  
ВУ98АКВВ36320606000126000000 (внебюджетный)  
ОАО «Сбергательный банк «Беларусбанк»  
Филиал №500 Минское управление центра банковских услуг  
№ 606 БИК АКВВВУ21500  
УНП 600113061 ОКПО 14789741

**САНИТАРНО - ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ  
(положительное)**

04.09.2023

(дата)

№ 218

В соответствии с пунктом 9.6.6. Единого перечня административных процедур, осуществляемых в отношении юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, «Получение санитарно-гигиенического заключения на работы, услуги, представляющие потенциальную опасность для жизни и здоровья населения».

**Объект государственной санитарно – гигиенической экспертизы:**

примерные двухнедельные рационы питания на летне-осенний период для обучающихся в учреждениях общего среднего образования с длительностью пребывания 6-8 и 9-10,5 часов.

(наименование объекта, информация, характеризующая объект государственной санитарно – гигиенической экспертизы)

**Заявитель государственной санитарно – гигиенической экспертизы:**

управление по образованию, спорту и туризму Дзержинского райисполкома, Минская обл., г. Дзержинск, ул. Кирова, 6.

(наименование и место нахождения юридического лица, фамилия, собственное имя, отчество индивидуального предпринимателя)

**Документы, рассмотренные при проведении государственной санитарно – гигиенической экспертизы:** заявление №1-21/1592 от 21.08.2023г.

**Нормативные правовые акты, в том числе технические нормативные правовые акты, на соответствие которым проведена государственная санитарно – гигиеническая экспертиза:**

- Закон Республики Беларусь «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» № 340-3 от 07.01.2012г.;

- «Специфические санитарно-эпидемиологические требования к содержанию и эксплуатации учреждений образования», утвержденные постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019г. №525;

- Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений общего среднего образования», утвержденные постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 27.12.2012 г. №206 с изменениями и дополнениями;

**Заключение по результатам государственной санитарно – гигиенической экспертизы:** примерные двухнедельные рационы питания на летне-осенний период для обучающихся в учреждениях общего среднего образования с длительностью пребывания 6-8 и 9-10,5 часов.

**соответствуют требованиям санитарно-эпидемиологического законодательства**

(соответствует (не соответствует) требованиям законодательства республики Беларусь в области санитарно – эпидемиологического благополучия населения)

Срок действия настоящего заключения 1 год

(указывается при выдаче положительного заключения)

Главный врач



(подпись)

Л.П.Шука  
(инициалы, фамилия)