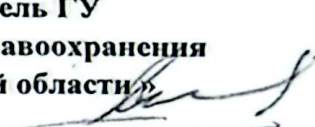


Сезон: лето-осень

Утверждаю  
Руководитель ГУ  
«Управления здравоохранения  
Павлодарской области»  
Шаметеков И.М. 

1 неделя 1 день

| № ТК | Наименование блюда                 | Возраст 7-10 лет |       | Возраст 11-15 лет |        | Возраст 16-18 лет |        |
|------|------------------------------------|------------------|-------|-------------------|--------|-------------------|--------|
|      |                                    | Выход, г         | ккал  | Выход, г          | ккал   | Выход, г          | ккал   |
| 1    | 2                                  | 3                | 7     | 8                 | 12     | 13                | 17     |
|      | Салат морковь с сыром              | 60               | 80,0  | 80                | 107,8  | 100               | 145,3  |
|      | Плов из птицы                      | 200              | 322,2 | 220               | 354,1  | 250               | 397,8  |
|      | Чай каркаде                        | 200              | 12,0  | 200               | 12,0   | 200               | 12,0   |
|      | Яблоки                             | 120              | 56,0  | 120               | 56,0   | 120               | 56,0   |
|      | Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный | 30               | 67,5  | 50                | 90,0   | 50                | 90,0   |
|      | Всего                              | 610              | 537,7 | 670               | 619,85 | 720               | 701,13 |
|      | Всего, %                           |                  | 25,6% |                   | 25,8%  |                   | 25,0%  |

1 неделя 2 день

|   |                                    |    |       |    |       |     |       |
|---|------------------------------------|----|-------|----|-------|-----|-------|
| 1 | 2                                  | 3  | 7     | 8  | 12    | 13  | 17    |
|   | Салат витаминный                   | 60 | 39,3  | 80 | 43,6  | 100 | 66,3  |
|   | Котлеты из говядины                | 70 | 118,6 | 90 | 150,2 | 100 | 167,7 |
|   | Хлеб ржано-<br>пшеничный/пшеничный | 30 | 67,5  | 50 | 90,0  | 50  | 90,0  |
|   | Соус сметанный                     | 20 | 42,1  | 20 | 42,1  | 20  | 42,1  |

|  |                                 |            |               |            |               |            |               |
|--|---------------------------------|------------|---------------|------------|---------------|------------|---------------|
|  | Компот из сухофруктов с сахаром | 200        | 68,5          | 200        | 68,5          | 200        | 68,5          |
|  | макароны отварные               | 130        | 205,4         | 150        | 231,0         | 180        | 267,6         |
|  | <b>Всего</b>                    | <b>510</b> | <b>541,44</b> | <b>590</b> | <b>625,42</b> | <b>650</b> | <b>702,18</b> |
|  | <i>Всего, %</i>                 |            | 25,8%         |            | 26,1%         |            | 25,1%         |

**1 неделя 3 день**

| 1 | 2                                  | 3          | 7             | 8          | 12           | 13         | 17           |
|---|------------------------------------|------------|---------------|------------|--------------|------------|--------------|
|   | овощами                            | 70         | 102,3         | 90         | 106,3        | 100        | 108,8        |
|   | Гречка рассыпчатая                 | 130        | 140,1         | 150        | 182,5        | 180        | 221,4        |
|   | Какао с молоком                    | 200        | 240,3         | 200        | 240,3        | 200        | 240,3        |
|   | Яблоки                             | 120        | 56,0          | 120        | 56,0         | 120        | 56,0         |
|   | Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный | 30         | 67,5          | 50         | 90,0         | 50         | 90,0         |
|   | <b>Всего</b>                       | <b>550</b> | <b>606,22</b> | <b>610</b> | <b>675,1</b> | <b>650</b> | <b>716,5</b> |
|   | <i>Всего, %</i>                    |            | 28,9%         |            | 28,1%        |            | 25,6%        |

**1 неделя 4 день**

| 1 | 2                                  | 3   | 7     | 8   | 12    | 13  | 17    |
|---|------------------------------------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|
|   | Биточки рыбные                     | 70  | 210,9 | 90  | 240,2 | 100 | 299,4 |
|   | Соус молочно-томатный              | 20  | 50,7  | 20  | 50,7  | 20  | 50,7  |
|   | Картофельно-морковное пюре         | 130 | 161,8 | 150 | 200,8 | 180 | 261,8 |
|   | Поджаривание горошек зеленый       | 20  | 25,0  | 25  | 28,0  | 30  | 30,0  |
|   | Напиток лимонный                   | 200 | 35,2  | 200 | 35,2  | 200 | 35,2  |
|   | Хлеб ржано-пшеничный/<br>пшеничный | 30  | 67,5  | 50  | 90,0  | 50  | 90,0  |

|  |                 |            |               |            |               |            |               |
|--|-----------------|------------|---------------|------------|---------------|------------|---------------|
|  | <b>Всего</b>    | <b>470</b> | <b>551,12</b> | <b>535</b> | <b>644,92</b> | <b>580</b> | <b>767,12</b> |
|  | <b>Всего, %</b> |            | <b>26,2%</b>  |            | <b>26,9%</b>  |            | <b>27,4%</b>  |

**1 неделя 5 день**

| <b>1</b> | <b>2</b>                       | <b>3</b>   | <b>7</b>     | <b>8</b>   | <b>12</b>    | <b>13</b>  | <b>17</b>    |
|----------|--------------------------------|------------|--------------|------------|--------------|------------|--------------|
|          | Борщ с мясом                   | 200        | 109,0        | 250        | 121,0        | 300        | 178,0        |
|          | Булочка бутербродная с сыром   | 50         | 364,7        | 50         | 364,7        | 50         | 364,7        |
|          | Напиток Денсаулык              | 200        | 68,5         | 200        | 68,5         | 200        | 68,5         |
|          | Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный | 30         | 67,5         | 50         | 90,0         | 50         | 90,0         |
|          | <b>Всего</b>                   | <b>480</b> | <b>609,7</b> | <b>550</b> | <b>644,2</b> | <b>600</b> | <b>701,2</b> |
|          | <b>Всего, %</b>                |            | <b>29,0%</b> |            | <b>26,8%</b> |            | <b>25,0%</b> |

Примечание: Всего, % - энергоценность указана в процентах от суточной калорийности, содержание белков, жиров, углеводов - в процентах от калорийности приема пищи