

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ СОШ № 8

Генеральный директор
ООО «Общепит»



Рекина Е.С.



Павлюк М.Г.

2-х разовое меню на организацию горячего
питания детей-инвалидов 1 – 4 классов
с 5-ти дневным учебным днем
на 2020 год осенне-зимний период

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|--|--|-------------------------------|------|------------------|-------|------------|--------------------------|---------------|------|-------|-------|----------------------|-------------|--------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| ПЕРВЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах. | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 398 | Колбаса молочная | 1/90 | | 7,6 | 15,6 | 0 | 176,2 | 0 | 0 | 0 | 2,0 | 40,0 | 63,6 | 8 | 0 |
| 210 | Капуста тушеная | 1/150 | | 4,0 | 4,0 | 31 | 156,0 | 0,02 | 0,14 | 0 | 0,86 | 51,0 | 34,7 | 12,39 | 0,2 |
| 630 | Чай с молоком сахаром | 1/200 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 62,0 | 0,007 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/30 | | 2,43 | 0,36 | 20,10 | 64,9 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты (бананы) | 1/100 | | 0,9 | 0 | 12,6 | 58,0 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34,0 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| | Бутерброд с сыром | 30/30 | | 10,38 | 7,49 | 14,88 | 135,95 | 0,03 | 0 | 39,98 | 0,067 | 8,4 | 22,4 | 4,2 | 0,5 |
| | ИТОГО: | | | 25,61 | 27,75 | 98,58 | 653,09 | 0,17 | 13,2 | 39,98 | 3,31 | 185,4 | 204,9 | 51,9 | 2,4 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | 5 | | |
| 139 | Суп вермишелевый с , курицей, и зеленью | 12,5/250/1 ,0 | | 3,0 | 2,5 | 21,0 | 121,65 | 0,08 | 12,0 | 0 | 0,8 | 35 | 205 | 13 | 1,3 |
| 61 | Винегрет овощной с сельдью | 50/25 | | 1,5 | 10,0 | 7,4 | 128,0 | 0,13 | 5,6 | 0 | 0,3 | 26 | 21 | 7 | 0,2 |
| 462 | Котлета из филе куриного | 1/100 | | 23,6 | 6,6 | 0,4 | 148,0 | 0,007 | 0 | 0,007 | 1,0 | 20 | 248 | 22 | 0,85 |
| 255 | Каша гречневая с маслом | 1/150 | | 4,95 | 13,65 | 39,45 | 190,4 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100,9 | 0,3 | 0,5 |
| | Сок фруктовый | 1/200 | | 0,5 | 0 | 11,7 | 47,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Печенье | 1/25 | | 1,88 | 2,95 | 5,90 | 90,25 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,0 |
| | ИТОГО: | | | 38,79 | 36,36 | 115,4 9 | 843,34 | 0,7 | 27,6 | 0,057 | 3,65 | 370 | 831,5 | 119,3 | 7,43 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 64,4 | 64,11 | 214,0 7 | 1496,43 | 0,87 | 40,8 | 40,03 | 6,96 | 555,4 0 | 1036, 45 | 171,20 | 9,83 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---------------------------------------|-------------------------------|------|------------------|-------|------------|--------------------------|---------------|-------|------|------|----------------------|------------|--------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| ВТОРОЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 324 | Котлета рыбная | 1/100 | | 14,0 | 9,4 | 10,2 | 186,4 | 0,07 | 0,32 | 0,03 | 2,2 | 51 | 137,6 | 15,6 | 0,96 |
| 472 | Картофельное пюре | 1/150 | | 3,47 | 7,4 | 25,47 | 187,93 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 26 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 642 | Какао с молоком | 1/200 | | 3,28 | 3 | 20,64 | 122,6 | 0,52 | 12 | 0,04 | 0 | 7,38 | 0 | 1,62 | 0 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14,0 | 1,20 |
| | Фрукты (яблоки) | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 26,47 | 20,52 | 103,2 4 | 653,51 | 0,89 | 41,32 | 0,07 | 3,59 | 173,3 8 | 297,6 | 53,22 | 3,06 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Огурец свежий порц. | 1/60 | | 0,7 | 0 | 1,8 | 15,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0 | 23,0 | 42 | 14,0 | 0,9 |
| 135 | Суп с мясными фрикадельками с зеленью | 18/250/1,0 | | 2,4 | 2,4 | 18,9 | 109,65 | 0,10 | 3,0 | 0,02 | 0,8 | 169 | 213,0 | 12,0 | 0,48 |
| 403 | Плов из говядины | 50/200 | | 15,05 | 7,35 | 37,38 | 389,30 | 0,07 | 0,9 | 0,4 | 2,3 | 137,0 | 183,5 | 25 | 0,30 |
| 588 | Компот из кураги | 1/200 | | 0,8 | 0 | 51,6 | 132,8 | 0,01 | 4 | 0 | 0 | 40,0 | 27 | 4 | 0,4 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,32 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 26,83 | 20,77 | 180,6 8 | 932,85 | 0,47 | 17,9 | 0,42 | 3,1 | 470 | 719 | 114 | 6,16 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 53,3 | 41,29 | 283,9 2 | 1586,36 | 1,36 | 59,22 | 0,49 | 6,69 | 643,3 8 | 1016, 6 | 167,22 | 9,22 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------|---|-------------------------------|------|------------------|-------|------------|--------------------------|---------------|-------|-------|-------|----------------------|-------------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| | ТРЕТИЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| | Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 297 | Запеканка творожная со сметаной | 150/30 | | 28,05 | 21,70 | 21,07 | 395,04 | 0,03 | 1,12 | 0,10 | 0,2 | 176 | 224 | 24,0 | 0,4 |
| 629 | Чай с сахаром, лимоном | 200/15/7 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,007 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Бутерброд с с/колбасой | 20/30 | | 10,38 | 7,49 | 14,88 | 130,93 | 0,03 | 0 | 39,98 | 0,067 | 8,4 | 22,49 | 4,2 | 0,5 |
| | Фрукты (апельсин) | 1/100 | | 0,1 | 0 | 19,4 | 84,0 | 0,02 | 8,0 | 0 | 0 | 18,0 | 13,0 | 0 | 0,3 |
| | Хлеб | 1/30 | | 2,43 | 0,36 | 20,1 | 64,9 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,2 |
| | ИТОГО: | | | 41,26 | 29,55 | 99,45 | 738,37 | 0,81 | 9,22 | 40,08 | 0,267 | 254,4 | 332,7 4 | 46,6 | 2,7 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 110 | Борщ с курицей со сметаной, зеленью | 12,5/250/1 ,0/10 | | 1,5 | 4,0 | 12,0 | 110,0 | 0,06 | 2,5 | 0,05 | 0,90 | 93,0 | 82,0 | 16,0 | 0,57 |
| 387 | Печень тушеная по-строгановски | 75/75 | | 10,59 | 12,34 | 1,95 | 136,20 | 0,20 | 5,48 | 0,22 | 1,92 | 35 | 289,0 | 9,0 | 0,3 |
| 255 | Каша пшеничная | 1/150 | | 3,15 | 6,75 | 38,10 | 170,40 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 26 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| 51 | Салат «Столичный» с растит. маслом | 1/60 | | 5,33 | 19,4 | 8,13 | 152,23 | 0,06 | 7,2 | 0,07 | 2,0 | 146,0 | 78,0 | 12,0 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,13 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| 591 | Кисель п/я | 1/200 | | 0 | 0 | 28,1 | 115,2 | 0 | 1,5 | 0 | 0,39 | 19,0 | 9,0 | 10 | 0,8 |
| | ИТОГО: | | | 25,13 | 50,65 | 129,0 5 | 909,97 | 0,668 | 26,68 | 0,34 | 6,21 | 397 | 742 | 104,0 | 6,52 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 66,39 | 80,2 | 228,9 5 | 1643,37 | 0,86 | 26,68 | 40,42 | 6,48 | 633,9 | 1074, 74 | 150,6 | 9,22 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|-----------------------------------|------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|-----------|------------|----------------------|-------------|-------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 257 | Каша молочная рисовая с маслом | 200/10 | | 4,8 | 7,6 | 51,0 | 299,46 | 0,13 | 2,0 | 0 | 227 | 188, 0 | 107 | 0 | 0 |
| конт | Бутерброд с колбасой, сыром | 30/20/20 | | 6,7 | 7,3 | 11,3 | 182,0 | 0,00 8 | 0,14 | 52 | 0,1 | 100 | 108 | 7 | 0,2 |
| 637 | Кофейный напиток на молоке | 1/200 | | 2,96 | 1,99 | 20,9 2 | 113,4 | 0 | 0,38 | 0,04 | 0 | 128, 78 | 0 | 12,88 | 0,08 |
| | Фрукты (яблоки) | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 14,72 | 16,8 9 | 90,7 5 | 624,17 | 0,22 | 16,5 2 | 52,0 4 | 227,4 9 | 450, 78 | 228 | 28,88 | 0,48 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 138 | Суп гороховый с курицей | 12,5/250 | | 4,8 | 8,1 | 17,3 | 165,93 | 0,05 | 1 | 0 | 1 | 82 | 228 | 18,0 | 0,65 |
| 24 | Помидоры, огурцы дольками | 30/30 | | 0,42 | 5,91 | 1,38 | 62,62 | 0,03 | 17,0 | 0 | 0,2 | 70,0 | 19 | 10,0 | 0,15 |
| 310 | Рыба жареная | 1/100 | | 17,0 | 7,0 | 0 | 145,0 | 0,14 | 4,3 | 0,12 | 1,0 | 12,0 | 207 | 25 | 0,8 |
| 273 | Макаронны отварные | 1/150 | | 6,0 | 4,0 | 33,0 | 207,0 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 18 | 87 | 16 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Печенье | 1/25 | | 1,88 | 2,95 | 25,90 | 90,25 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,0 |
| | Ряженка | 1/200 | | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 102,0 | 0,06 | 0,6 | 40 | 0 | 248 | 0,2 | 28 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 39,26 | 33,62 | 115,6 2 | 910,74 | 0,65 | 22,94 | 0,12 | 2,2 | 519 | 888,2 | 190 | 9,93 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 53,98 | 50,51 | 206,3 7 | 1534,91 | 0,87 | 38,42 | 92,16 | 229,69 | 969,7 8 | 1058, 02 | 218,8 | 10,41 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|--------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|------|-----------|------|----------------------|------------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| ПЯТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 394 | Жаркое по домашнему с мясом | 50/250 | | 9,6 | 11,6 | 25,8 | 259,02 | 0,08 | 2,3 | 0 | 2,62 | 114 | 93,0 | 15,0 | 0,5 |
| 630 | Чай с сахаром, молоком | 200/15 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,00 7 | 0,11 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,10 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты (мандарин) | 1/100 | | 0,4 | 0 | 4,3 | 19,0 | 0,03 | 38,0 | 0 | 0 | 35 | 17,0 | 11,0 | 0,10 |
| | ИТОГО: | | | 15,76 | 12,3 2 | 89,5 | 468,79 | 0,28 | 46,4 | 0 | 2,62 | 224 | 209, 25 | 44,1 | 2,3 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 61 | Винегрет с сельдью | 50/25 | | 0,90 | 6,0 | 4,4 | 77,0 | 0,13 | 5,6 | 0 | 0,3 | 26 | 21 | 7 | 0,2 |
| 120 | Щи со сметаной, с курицей | 12,5/250/ 10/1,0 | | 1,3 | 4,2 | 4,8 | 64,07 | 0,06 | 10,8 | 0 | 0,9 | 111, 0 | 173 | 12 | 0,13 |
| 462 | Котлета куриная | 1/100 | | 23,6 | 6,6 | 0,4 | 148,0 | 0,00 7 | 0 | 0,00 7 | 1,0 | 20 | 248 | 22 | 0,85 |
| 255 | Каша гречневая | 1/150 | | 4,95 | 13,6 5 | 39,4 5 | 190,4 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100, 9 | 0,3 | 0,5 |
| | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Сок | 1/200 | | 0,5 | 0 | 11,7 | 47,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 37,01 | 41,2 1 | 107, 29 | 779,81 | 0,54 | 28,4 | 0,05 7 | 375 | 421 | 679, 5 | 84,3 | 4,78 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 52,77 | 53,5 3 | 196, 79 | 1248,4 | 0,82 | 74,8 | 0,05 7 | 6,37 | 645 | 884, 75 | 128,4 | 7,08 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------|---|------------------------------|------|------------------|-------|------------|--------------------------|---------------|------|------|-------|----------------------|-------------|-------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ШЕСТОЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| | Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 284 | Омлет натуральный с маслом | 165/10 | | 11,1 | 18,4 | 2,1 | 218,0 | 0,08 | 0 | 0,47 | 0 | 68 | 219 | 0 | 4,0 |
| 643 | Какао на сгущенном молоке | 1/200 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,007 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/15 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14,0 | 1,20 |
| | Фрукты (бананы) | 1/100 | | 0,9 | 0 | 12,6 | 58,0 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34,0 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| | Сыр порцией | 1/30 | | 7,0 | 9,0 | 0 | 111,0 | 0,04 | 1,6 | 0,26 | 0 | 100,0 | 544 | 47,0 | 0,6 |
| | Масло сливочное | 1/25 | | 0,1 | 12,4 | 0,1 | 112,0 | 0,01 | 0 | 0,40 | 0 | 24 | 20 | 3 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 24,86 | 40,52 | 14,2 | 689,77 | 0,31 | 20,7 | 1,13 | 0,39 | 301,0 | 893,2 5 | 77,4 | 8,7 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| | Огурцы свежие дольками | 1/60 | | 0,7 | 0 | 1,8 | 15,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0 | 23,0 | 42 | 14,0 | 0,9 |
| 140 | Суп рыбный с зеленью | 18/250/1,0 | | 0,3 | 2,7 | 18,6 | 102,0 | 0,02 | 7,0 | 0,03 | 2,41 | 34,8 | 264,1 | 11,2 | 0,40 |
| 422 | Тефтели мясные с соусом | 115/75 | | 10,1 | 13,2 | 11,0 | 212,0 | 0,05 | 2,0 | 0,30 | 4,0 | 17,6 | 85,6 | 15,2 | 0,52 |
| 465 | Рис отварной | 1/150 | | 6,0 | 4,0 | 33,0 | 207,0 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 18 | 87 | 16 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,13 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| 585 | Компот из вишни | 1/200 | | 0,6 | 0 | 26,0 | 111,7 | 0,03 | 6,40 | 0,36 | 5,5 | 73,0 | 2,6 | 9,0 | 0,61 |
| | ИТОГО: | | | 22,26 | 28,06 | 131,1 7 | 869,64 | 0,5 | 25,4 | 0,69 | 11,91 | 244,4 | 707,3 | 110,4 | 6,86 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 47,12 | 68,58 | 205,3 7 | 1559,41 | 0,70 | 46,1 | 1,82 | 12,3 | 508,4 | 1600, 55 | 187,8 | 15,56 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------|--|-------------------------------|------|------------------|-------|------------|--------------------------|---------------|------|-----|------|----------------------|-------------|-------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| | СЕДЬМОЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| | Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 376 | Поджарка мясная | 75/25 | | 21,3 | 16,4 | 0 | 203,02 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 3,9 | 146 | 10 | 0,4 |
| 472 | Картофельное пюре | 1/150 | | 3,47 | 7,4 | 25,4 | 187,9 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 26 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 129,93 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 63 | 14,0 | 1,20 |
| | Фрукты (яблоки) | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| 628 | Чай с сахаром | 200/15 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 62,0 | 0,007 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | ИТОГО: | | | 30,79 | 24,52 | 92,3 | 611,0 | 0,32 | 29,1 | 0 | 1,39 | 138,9 | 312,2 | 50,4 | 2,8 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 129 | Рассольник «Ленинградский» с курицей со сметаной, зеленью | 12,5/250/1 0/1,0 | | 2,5 | 4,5 | 17,6 | 124,6 | 0,03 | 4,0 | 0 | 0,8 | 58 | 75 | 10,0 | 0,37 |
| | Огурец свежий | 1/60 | | 0,25 | 0 | 1,5 | 36,0 | 0,07 | 10 | 0 | 0 | 23 | 42,0 | 14 | 0,9 |
| 398 | Сарделька отварная | 1/90 | | 9,7 | 17,4 | 2,0 | 209,0 | 0 | 0 | 0,3 | 2,8 | 47,5 | 108,9 | 7,0 | 0,9 |
| 253 | Каша пшенная | 1/150 | | 7,2 | 5,9 | 40,1 | 207,0 | 0,28 | 0 | 0 | 0 | 27 | 201 | 13,0 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| 591 | Кисель п/я | 1/200 | | 0 | 0 | 28,1 | 115,2 | 0,01 | 4 | 0 | 0 | 40,0 | 27 | 4 | 0,4 |
| | Печенье | 1/25 | | 1,88 | 2,95 | 5,90 | 90,25 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,0 |
| | ИТОГО: | | | 24,89 | 31,41 | 124,8 4 | 902,99 | 0,69 | 18,0 | 0,3 | 2,8 | 284,5 | 707,9 | 108 | 7,35 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 55,68 | 55,93 | 217,1 7 | 1513,99 | 1,01 | 47,1 | 0,3 | 4,19 | 423,4 | 1020, 15 | 158,4 | 10,15 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------|---|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|-----------|-----|----------------------|------------|--------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ВОСЬМОЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| | Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 257 | Каша овсяная молочная | 200/10 | | 3,0 | 11,7 | 27,8 | 247,3 | 0,28 | 0 | 0 | 0 | 64 | 331 | 26 | 1,0 |
| конт | Бутерброд с колбасой, сыром | 30/20/20 | | 6,7 | 7,3 | 11,3 | 182,0 | 0,00 8 | 0,14 | 52 | 0,1 | 100 | 108 | 7 | 0,2 |
| 642 | Какао на молоке | 1/200 | | 3,28 | 3 | 20,6 4 | 122,6 | 0,52 | 12 | 0,04 | 0 | 7,38 | 0 | 1,62 | 0 |
| 424 | Яйцо отварное | 1/40 | | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,03 | 0 | 0,35 | 0,2 | 22 | 72 | 3 | 1 |
| | Фрукты (апельсин) | 1/100 | | 0,1 | 0 | 19,4 | 84,0 | 0,02 | 8,0 | 0 | 0 | 18,0 | 13,0 | 0 | 0,3 |
| | ИТОГО: | | | 18,18 | 26,6 | 79,4 4 | 698,9 | 0,86 | 20,1 4 | 52,3 9 | 0,3 | 211, 38 | 524 | 37,62 | 2,5 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| | Огурец свежий | 1/60 | | 0,7 | 0 | 1,8 | 15,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0 | 23,0 | 42 | 14 | 0,9 |
| конт | Суп «Сахалинский» с курицей ,со сметаной, зеленью | 12,5/250/ 10/1,0 | | 6,5 | 6,1 | 14,1 | 135,0 | 0 | 0,5 | 0 | 0,8 | 100 | 185 | 15,0 | 0,8 |
| 401 | Гуляш из говядины | 75/100 | | 18,2 | 14,4 | 5,6 | 203,1 | 0,02 | 0 | 0,36 | 0 | 49 | 178 | 19,0 | 0,26 |
| 273 | Вермишель отварная | 1/150 | | 4,95 | 13,6 5 | 39,4 5 | 190,4 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100, 9 | 0,3 | 0,5 |
| Пр | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 49,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| Пр | Ряженка | 1/200 | | 5,8 | 5 | 8,4 | 102,0 | 0,06 | 0,6 | 40 | 0 | 248 | 0,2 | 28 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 41,91 | 49,91 | 135,8 9 | 898,64 | 0,96 | 11,1 | 40,86 | 3,5 | 641 | 759,2 | 1393 | 9,54 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ: | | | 60,09 | 76,51 | 215,3 5 | 1597,54 | 1,82 | 31,24 | 93,25 | 3,8 | 852,3 8 | 1279, 2 | 172,92 | 8,04 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------|---|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|------|------|--------|----------------------|------------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| | Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 402 | Азу по-Татарски | 50/250 | | 9,6 | 11,6 | 25,8 | 210,45 | 0,08 | 2,3 | 0 | 262 | 114 | 93,0 | 15,0 | 0,5 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| 630 | Чай с сахаром, молоком | 1/200 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Фрукты (мандарины) | 1/100 | | 0,4 | 0 | 4,3 | 19,0 | 0,03 | 38,0 | 0 | 0 | 35 | 17,0 | 11,0 | 0,10 |
| | ИТОГО: | | | 15,76 | 12,3 2 | 89,5 | 420,22 | 0,28 7 | 46,4 | 0 | 262,0 | 224 | 209, 5 | 44,4 | 2,3 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 151 | Суп лапша домашняя с курицей, с зеленью | 12,5/250/ 1,0 | | 2,3 | 4,3 | 15,3 | 112,15 | 0,03 | 5,7 | 0,36 | 0,8 | 176, 0 | 205 | 8,0 | 0,4 |
| 23 | Свекла отварная с растит. маслом | 1/60 | | 3,18 | 7,56 | 4,4 | 101,74 | 0,02 | 1,0 | 0 | 0 | 137 | 63,0 | 12,0 | 0,3 |
| 320 | Минтай припущен. В молочном соусе с сыром | 80/100/5 | | 0,35 | 0,28 | 44,9 2 | 201,50 | 0,06 | 1,2 | 0,04 | 2,0 | 14 | 207 | 15 | 0,5 |
| 255 | Гречка отварная | 1/150 | | 4,95 | 13,6 5 | 39,4 5 | 190,4 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 124 | 152 | 11 | 1,17 |
| Пр | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,1 3 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 49,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Сок фруктовый | 1/200 | | 0,5 | 0 | 11,7 | 47,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| | ИТОГО: | | | 15,84 | 33,9 5 | 176, 28 | 981,4 | 0,52 | 17,9 | 1,16 | 3,55 | 609 | 855, 6 | 89,8 | 6,55 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 31,6 | 41,25 | 265,7 8 | 1401,62 | 0,79 | 64,3 | 1,16 | 265,54 | 833 | 1065, 1 | 134,2 | 8,85 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|-----------|-------|----------------------|------------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 297 | Запеканка творожная со сметаной | 150/30 | | 28,05 | 21,7 0 | 21,0 7 | 393,04 | 0,03 | 1,12 | 0,10 | 0,2 | 176 | 224 | 24,0 | 0,4 |
| | Бутерброд с сыром | 20/30 | | 10,38 | 7,49 | 14,8 8 | 135,93 | 0,03 | 0 | 39,9 8 | 0,067 | 8,4 | 22,4 9 | 4,2 | 0,5 |
| 629 | Чай с лимоном, сахаром | 200/15/7 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 62,0 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 4,95 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/30 | | 1,68 | 0,39 | 24,8 | 68,97 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты (бананы) | 1/100 | | 0,9 | 0 | 12,6 | 58,0 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34,0 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 41,31 | 29,5 8 | 93,9 8 | 717,94 | 0,07 7 | 14,2 2 | 40,0 8 | 0,66 | 223, 35 | 269, 74 | 41,6 | 1,4 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 135 | Суп с мясными фрикадельками с зеленью | 18/250/1, 0 | | 2,4 | 2,4 | 18,9 | 109,65 | 0,10 | 3,0 | 0,02 | 0,8 | 169 | 213 | 12,0 | 0,48 |
| 416 | Шницель мясной | 1/100 | | 13,84 | 12,6 8 | 8,32 | 210,99 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 3,9 | 146 | 10 | 0,4 |
| | Огурец соленый, зеленый горошек | 1/30/30 | | 6,84 | 0 | 0,39 | 5,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 125 | 20 | 0 | 0,1 |
| 472 | Картофельное пюре | 1/150 | | 3,15 | 6,75 | 39,1 | 170,40 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 26 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 49,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| Пр | Печенье | 1/25 | | 1,88 | 2,95 | 5,90 | 90,25 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,0 |
| 585 | Компот из черной смородины | 1/200 | | 0,8 | 0 | 51,6 | 132,8 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| | ИТОГО: | | | 32,27 | 25,44 | 166,9 5 | 772,28 | 0,59 | 23 | 0,02 | 2,55 | 492,9 | 576,6 | 136,4 | 4,38 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 73,62 | 59,02 | 260,9 2 | 1490,22 | 0,66 | 37,22 | 40,10 | 3,21 | 726,2 5 | 846,3 4 | 178,0 | 5,78 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---------------------------------------|------------------------------|------|---------------------|-------|------------|--------------------------|---------------|-------|-----------|------|----------------------|-----------|--------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| | ДВЕНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Перец болгарский нарезной | 1/60 | | 0,47 | 0 | 5,4 | 108,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| конт | Отбивная из филе куриного | 1/100 | | 21,9 | 5,1 | 0,4 | 188,0 | 0,00 7 | 0 | 0,00 7 | 1,0 | 20 | 248 | 22 | 0,85 |
| 200 | Картофель отварной с зеленью | 1/150/1,0 | | 3,15 | 6,75 | 38,1 | 170,4 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100, 1 | 0,3 | 0,5 |
| 642 | Какао на молоке | 1/200 | | 4,6 | 4,6 | 27,0 | 72,34 | 0,06 | 2,0 | 0,08 | 0 | 242 | 182 | 18 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты(яблоки) | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 35,24 | 17,17 | 113,6 3 | 676,32 | 0,407 | 21 | 0,137 | 2,19 | 471 | 632,1 | 63,3 | 3,15 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 51 | Салат «Столичный» с маслом растит. | 1/60 | | 5,33 | 19,4 | 8,13 | 152,33 | 0,06 | 7,2 | 0,07 | 2,0 | 146,0 | 78,0 | 12,0 | 0,87 |
| 137 | Суп полевой с курицей, зеленью | 12,5/250/1 0 | | 2,0 | 4,3 | 15,0 | 104,99 | 0,17 | 2,2 | 0 | 0 | 100 | 200,0 | 30 | 0,39 |
| 418 | Зраза мясная рубленая с соусом | 105/50 | | 8,05 | 7,85 | 9,55 | 170,86 | 0,13 | 4,7 | 0,1 | 0,8 | 82,0 | 161 | 17,0 | 1,5 |
| 273 | Вермишель отварная | 1/150 | | 6,0 | 4,0 | 33,0 | 207,0 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100,1 | 0,3 | 0,5 |
| Пр | Ряженка | 1/200 | | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 102,0 | 0,06 | 0,6 | 40 | 0 | 248 | 0,2 | 28 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 49,64 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| Пр | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,13 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| | ИТОГО: | | | 31,74 | 48,71 | 134,8 5 | 959,12 | 0,848 | 14,84 | 40,22 | 3,6 | 774 | 765,9 | 132,3 | 8,94 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 66,98 | 65,88 | 248,4 8 | 1635,44 | 1,25 | 35,7 | 40,35 | 5,79 | 1245 | 1398 | 195,60 | 12,09 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|------------------------------|------|---------------------|-----------|-----------|--------------------------|---------------|------|------|------|----------------------|------------|-------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ТРИНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Зеленый горошек, огурец консервир. | 1/30/30 | | 1,50 | 0,10 | 3,20 | 10,0 | 0,11 | 10,0 | 0 | 0 | 16 | 53 | 21 | 97 |
| 422 | Тефтели мясные с соусом | 115/75 | | 10,1 | 13,2 | 11,0 | 212,0 | 0,05 | 2,0 | 0,30 | 4,0 | 17,6 | 85,6 | 15,2 | 0,52 |
| 465 | Рис отварной | 1/150 | | 5,75 | 0,30 | 47,1 7 | 201,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 124 | 152 | 11 | 1,17 |
| 629 | Чай с сахаром, лимоном | 200/15/7 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 22,77 | 14,3 2 | 106, 1 | 624,08 | 0,36 | 25,1 | 0,30 | 4,39 | 243, 6 | 374, 8 | 74,6 | 4,09 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 129 | Рассольник «Ленинградский» с курицей, со сметаной, зеленью | 12,5/250/1 0/1,0 | | 2,5 | 4,5 | 17,6 | 124,6 | 0,03 | 4,0 | 0 | 0,8 | 58 | 75 | 10,0 | 0,37 |
| 439 | Птица отварная | 1/100 | | 20,8 | 8,2 | 0,6 | 164,0 | 0,07 | 0 | 0,07 | 0 | 45 | 150 | 17 | 0,17 |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 255 | Каша пшеничная | 1/150 | | 3,47 | 7,4 | 25,4 | 187,9 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 26 | 58 | 13 | 0,5 |
| | Сок | 1/200 | | 0,5 | 0 | 11,7 | 47,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,3 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 1220 | 31 | 1,68 |
| | Шоколадный батончик | 1/25 | | 2,7 | 17 | 23,6 | 200 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 5,0 | 178 | 20 | 2,7 |
| | ИТОГО: | | | 36,05 | 38,02 | 137,2 | 913,40 | 0,57 | 30 | 0,07 | 2,55 | 328 | 743,6 | 133 | 8,52 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 58,82 | 52,34 | 243,3 | 1537,48 | 0,93 | 55,1 | 0,37 | 8,94 | 569,6 4 | 1118, 4 | 207,6 | 12,61 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|--|------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|------------|------|-------|----------------------|-------|--------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 257 | Каша манная молочная с маслом слив. | 200/10 | | 3,0 | 11,7 | 27,8 | 247,3 | 0,28 | 0 | 0 | 0 | 64 | 331 | 26 | 1,0 |
| | Сыр порц. | 1/30 | | 26,8 | 27,3 | 0 | 77,40 | 0,03 | 3,5 | 0,13 | 0 | 10,40 | 564 | 0 | 0 |
| 637 | Кофейный напиток на молоке | 1/200 | | 2,96 | 1,99 | 20,92 | 113,4 | 0,38 | 0,04 | 0 | 0 | 128,7 8 | 0 | 12,88 | 0,08 |
| | Фрукты | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 10,34 | 6,7 | 8,4 | 108,27 | 0,03 | 0 | 8,4 | 0,004 | 7 | 15 | 2,1 | 0,3 |
| | ИТОГО: | | | 37,88 | 41,7 1 | 91,4 5 | 575,68 | 0,81 | 16,5 4 | 0,13 | 0,39 | 269, 18 | 971 | 61,88 | 1,48 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 61 | Винегрет с сельдью | 50/25 | | 1,5 | 10,0 | 7,4 | 108,0 | 0,13 | 5,6 | 0 | 0,3 | 26 | 21 | 7 | 0,2 |
| 153 | Суп гречневый с курицей, с зеленью | 250/1,0 | | 2,8 | 2,5 | 22,8 | 124 | 0,17 | 2,2 | 0 | 0 | 100 | 200 | 30 | 0,39 |
| 416 | Шницель мясной | 1/100 | | 13,84 | 12,6 8 | 8,32 | 210,99 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 3,9 | 146 | 10 | 0,4 |
| 486 | Овощное рагу | 1/150 | | 3,47 | 7,4 | 25,4 | 187,9 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 18 | 87 | 16 | 0,95 |
| 585 | Компот из замороженной клюквы | 1/200 | | 0,4 | 0 | 51,6 | 112,8 | 0,04 | 200 | 0 | 0,75 | 36 | 35 | 34 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,3 2 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 3 | 1,68 |
| | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 29,89 | 38,6 | 186,5 4 | 1029,79 | 0,69 | 217,8 | 0 | 1,05 | 332,9 | 676,6 | 126 | 6,72 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 73,25 | 86,29 | 251,1 9 | 1605,47 | 1,50 | 234,3 4 | 0,13 | 2,49 | 602,0 8 | 1710 | 189,98 | 8,20 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|--|------------------------------|------|---------------------|------------|------------|--------------------------|---------------|------|-------|------|----------------------|------------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Md | Fe |
| | ПЯТНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 398 | Сарделька отварная | 1/90 | | 9,7 | 17,4 | 2,0 | 209,0 | 0 | 0 | 0,3 | 2,8 | 47,5 | 108, 9 | 7,0 | 0,9 |
| 255 | Каша гречневая отварная с маслом | 1/150 | | 4,95 | 13,6 5 | 39,4 | 190,4 | 016 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100, 9 | 0,3 | 0,5 |
| 642 | Какао на молоке | 1/200 | | 4,6 | 4,6 | 27,0 | 72,34 | 0,06 | 2,0 | 0,08 | 0 | 242 | 182 | 18 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14,0 | 1,20 |
| | Фрукты (бананы) | 1/100 | | 0,9 | 0 | 12,6 | 58,0 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 340 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 25,61 | 36,3 7 | 120, 4 | 657,01 | 0,04 | 21,0 | 0,43 | 3,99 | 804, 5 | 493, 8 | 48,3 | 3,2 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 139 | Суп вермишелевый с курицей, зеленью | 12,5/250/1 ,0 | | 3,0 | 2,5 | 21,0 | 121,65 | 0,08 | 12,0 | 0 | 0,8 | 35 | 205 | 13 | 1,3 |
| 23 | Свекла отварная | 1/60 | | 3,18 | 7,56 | 4,4 | 101,74 | 0,02 | 7,0 | 0,03 | 2,41 | 39,8 | 264,1 | 11,2 | 0,40 |
| 430 | Запеканка картофельн. с мясом | 243/5 | | 5,75 | 0,30 | 47,17 | 201,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 124 | 152 | 11 | 1,17 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 | 0,22 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| пр | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,13 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| 591 | Кисель п/я | 1/200 | | 0 | 0 | 28,1 | 115,2 | 0 | 1,5 | 0 | 0,39 | 19,0 | 9,0 | 10 | 0,8 |
| | ИТОГО: | | | 39,94 | 36,52 7 | 226,2 7 | 878,53 | 0,400 | 20,5 | 0,03 | 3,6 | 418,8 | 893,1 | 102,2 | 9,5 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 62,55 | 72,89 7 | 346,6 7 | 1535,54 | 0,817 | 41,5 | 0,727 | 5,59 | 814,3 | 1597, 9 | 147,5 | 11,2 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|------|-----------|-------|----------------------|------------|-------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ШЕСТНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| конт прор | Морковь тертая с растит. маслом | 1/60 | | 0 | 0,4 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 284 | Омлет натуральный | 1/165 | | 11,1 | 18,4 | 2,1 | 28,0 | 0,08 | 0 | 0,47 | 0 | 68 | 219 | 0 | 4,0 |
| 629 | Чай с сахаром, лимоном | 200/15/7 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 129,93 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14,0 | 1,20 |
| | Фрукты | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 16,52 | 19,5 2 | 69,0 3 | 248,08 | 0,26 7 | 19,1 | 0,47 | 0,39 | 177 | 329, 45 | 46,4 | 6,1 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Огурец свежий | 1/60 | | 0,7 | 0 | 1,8 | 15,0 | 0,03 | 10,1 | 0 | 0 | 23,0 | 42 | 14 | 0,9 |
| 138 | Суп рыбный | 18/250/1, 0 | | 4,8 | 8,1 | 17,3 | 169,93 | 0,05 | 1 | 0 | 1 | 82 | 228 | 18,0 | 0,65 |
| 394 | Жаркое по- домашнему | 50/250 | | 9,6 | 11,6 | 25,8 | 279,02 | 0,08 | 2,3 | 0 | 2,62 | 114 | 93,0 | 15,0 | 0,5 |
| | Печенье | 1/25 | | 1,88 | 2,95 | 5,90 | 90,25 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,0 |
| пр | Ряженка | 1/200 | | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 102,0 | 0,06 | 0,6 | 40 | 0 | 248 | 0,2 | 28 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,3 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| | ИТОГО: | | | 28,26 | 28,5 7 | 113, 3 | 827,1 | 0,52 | 14 | 40 | 3,62 | 556 | 17,2 | 133 | 11,76 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 44,78 | 48,0 9 | 182, 33 | 1075,18 | 0,78 | 33,1 | 40,4 7 | 4,011 | 733 | 946, 65 | 179,4 | 17,86 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---------------------------|------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|------|------|-------|----------------------|-----------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| | СЕМНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 324 | Котлета рыбная | 1/100 | | 14,0 | 9,4 | 10,2 | 186,4 | 0,07 | 0,32 | 0,03 | 2,2 | 51,0 | 137, 6 | 15,6 | 0,96 |
| 472 | Картофельное пюре | 1/150 | | 3,47 | 7,4 | 25,4 7 | 187,93 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 2,6 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 630 | Чай с молоком | 1/200 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 63,5 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,25 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты (яблоки) | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 23,49 | 17,5 2 | 210, 26 | 554,41 | 0,37 | 29,4 | 0,03 | 3,59 | 162, 6 | 305, 8 | 56,0 | 3,36 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 157 | Солянка сборная мясная | 10/10/25 0/20 | | 2,4 | 2,4 | 18,9 | 138,65 | 0,10 | 3,0 | 0,02 | 0,8 | 169, 0 | 213, 0 | 12,0 | 0,48 |
| | Огурец свежий | 1/60 | | 0,7 | 0 | 1,8 | 15,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0 | 23,0 | 42 | 14 | 0,9 |
| 403 | Плов из говядины | 50/200 | | 15,05 | 7,35 | 37,3 8 | 389,30 | 0,07 | 0,9 | 0,4 | 2,3 | 137, 0 | 183, 5 | 25 | 0,30 |
| пр | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,32 | 65 | 14 | 1,20 |
| пр | Сок фруктовый | 1/200 | | 0,5 | 0 | 11,7 | 47,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 24,41 | 20,51 | 113,6 2 | 843,09 | 0,49 | 23,9 | 0,84 | 3,85 | 510 | 690,6 | 125 | 6,46 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 47,9 | 38,03 | 323,8 8 | 1437,5 | 0,86 | 53,3 | 0,87 | 17,44 | 672,6 | 996,4 | 181,0 | 9,82 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-------|-----------|------|----------------------|------------|-------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ВОСЕМНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 257 | Каша овсяная молочная | 200/10 | | 3,0 | 4,17 | 27,8 | 247,3 | 0,28 | 0 | 0 | 0 | 64 | 331 | 26 | 1,0 |
| | Бутерброд с колбасой, сыром | 30/20/20 | | 6,7 | 7,3 | 11,3 | 182,0 | 0,00 8 | 0,14 | 52 | 0,1 | 100 | 108 | 7 | 0,2 |
| 628 | Чай с сахаром | 1/200/15 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 62,0 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,28 | 4,40 | 0,3 |
| 424 | Яйцо отварное | 1/40 | | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,03 | 0 | 0,35 | 0,2 | 22 | 72 | 3 | 1 |
| | Фрукты | 1/100 | | 0,1 | 0 | 19,4 | 84,0 | 0,02 | 8,0 | 0 | 0 | 18,0 | 13,0 | 0 | 0,3 |
| | ИТОГО: | | | 15,20 | 16,0 7 | 78,8 0 | 638,30 | 0,34 | 8,24 | 52,3 5 | 0,30 | 224 | 532, 28 | 40,40 | 2,80 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 110 | Борщ с курицей, со сметаной, зеленью | 12,5/250/ 10/1,0 | | 1,5 | 4,0 | 12,0 | 110,0 | 0,06 | 2,5 | 0,55 | 0,90 | 95,0 | 82,0 | 16,0 | 0,57 |
| 387 | Печень тушенная по- строгановски | 75/75 | | 10,5 | 12,3 4 | 1,95 | 166,2 | 0,20 | 5,48 | 0,22 | 1,92 | 35 | 289 | 9,0 | 0,3 |
| 253 | Каша пшеничная | 1/150 | | 7,2 | 5,9 | 40,1 | 207,0 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100,9 | 0,3 | 0,5 |
| 51 | Салат «Столичный» с растит. маслом | 1/60 | | 3,33 | 8,2 | 4,6 | 102,23 | 0,06 | 7,2 | 0,07 | 2,0 | 146,0 | 78,0 | 12,0 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | | | 2,24 | 0,44 | 27,3 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| пр. | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,13 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| 685 | Компот из малины | 1/200 | | 0,3 | 0 | 18,5 | 72,0 | 0 | 1,5 | 0 | 0,39 | 19,0 | 9,0 | 10 | 0,8 |
| | ИТОГО: | | | 29,51 | 38,86 | 143,2 8 | 912,33 | 0,78 | 16,68 | 0,89 | 6,01 | 493 | 784 | 92,3 | 6,52 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 44,71 | 54,93 | 222,0 8 | 1550,63 | 2,12 | 24,92 | 53,24 | 6,31 | 740 | 1358, 2 | 146,7 | 10,22 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|-------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|------|------|----------------------|------|--------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| ДЕВЯТНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 416 | Шницель мясной | 1/100 | | 13,84 | 12,6 8 | 8,32 | 210,9 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 39, | 146 | 10 | 0,4 |
| | Помидор, огурец дольками | 30/30 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 275 | Вермишель отварная | 1/150 | | 6,0 | 4,0 | 33,0 | 207,0 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 18 | 87 | 16 | 0,95 |
| 637 | Кофейный напиток на молоке | 1/200 | | 2,96 | 1,99 | 20,9 2 | 113,4 | 0,38 | 0,04 | 0 | 0 | 128, 78 | 0 | 12,88 | 0,08 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Фрукты | 1/100 | | 0,26 | 0 | 7,53 | 29,31 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 28,52 | 19,3 9 | 109, 17 | 687,88 | 0,65 | 19,0 4 | 0 | 0,39 | 274, 78 | 335 | 61,88 | 2,83 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| пр. | Икра кабачковая | 1/60 | | 0,72 | 2,83 | 4,63 | 46,8 | 5,76 | 0 | 0,3 | 0 | 19,2 | 0 | 0 | 0,25 |
| 138 | Суп гороховый с курицей | 12,5/250/ 1,0 | | 4,8 | 8,1 | 17,3 | 165,9 | 0,05 | 1 | 0 | 1 | 82 | 228 | 18,0 | 0,65 |
| 310 | Рыба жареная | 1/100 | | 17,0 | 7,0 | 0 | 145 | 0,14 | 4,3 | 0,12 | 1,0 | 12,0 | 207 | 25 | 0,8 |
| 465 | Рис отварной | 1/150 | | 5,75 | 0,3 | 47,1 7 | 201 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 124 | 152 | 11 | 1,17 |
| 591 | Кисель п/я | 1/200 | | 0 | 0 | 28,1 | 115,2 | 0,01 | 4 | 0 | 0 | 40,0 | 27 | 4 | 0,4 |
| | Печенье | 1/25 | | 1,88 | 2,95 | 5,90 | 90,25 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,0 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,3 2 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| | ИТОГО: | | | 33,51 | 21,8 4 | 132, 74 | 902,09 | 6,23 | 9,3 | 0,42 | 2,0 | 247, 28 | 748 | 85 | 5,47 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 62,03 | 41,2 3 | 241, 91 | 1589,97 | 6,88 | 28,3 4 | 0,42 | 2,39 | 522, 06 | 1083 | 146,88 | 8,30 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|------------|------------|--------------------------|---------------|------|-------|------|----------------------|-------------|--------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| | ДВАДЦАТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| 401 | Гуляш из говядины в томатном соусе | 75/100 | | 18,2 | 17,4 | 0 | 203,1 | 0,02 | 0 | 0,36 | 0 | 49 | 178 | 19,0 | 0,26 |
| 210 | Капуста тушеная | 1/150 | | 4,0 | 4,0 | 31 | 156,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 124 | 152 | 11 | 1,17 |
| 629 | Чай с сахаром, лимоном | 200/15/7 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 62,0 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,28 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 129,93 | 0,11 | 0,0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 27,96 | 22,1 2 | 90,4 | 570,03 | 0,27 7 | 6,1 | 0,36 | 0 | 248, 0 | 292, 4 | 27,4 | 3,13 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 61 | Винегрет с сельдью | 50/25 | | 0,90 | 6,0 | 4,4 | 77,0 | 0,13 | 5,6 | 0 | 0,3 | 26 | 21 | 7 | 0,2 |
| 120 | Щи с курицей со сметаной зеленью | 12,5/250/1 0/1,0 | | 1,3 | 4,2 | 4,8 | 64,07 | 0,06 | 10,8 | 0 | 0,9 | 111,0 | 173 | 12 | 0,13 |
| 672 | Оладьи из печени | 1/80 | | 3,27 | 8,03 | 3,85 | 236,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 163,1 7 | 8,85 | 12,34 |
| 257 | Каша гречневая с маслом | 1/150/10 | | 0,45 | 6,15 | 31,95 | 208 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,86 | 37,2 | 158,9 | 0,3 | 2,02 |
| пр. | Ряженка | 1/200 | | 5,8 | 5 | 8,4 | 102,0 | 0,06 | 0,6 | 40 | 0 | 2,48 | 0,2 | 28 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,32 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 19,6 | 40,4 | 124,4 | 973,17 | 0,670 | 17,0 | 40,05 | 2,06 | 454,2 7 | 766,2 | 115,15 | 20,20 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 47,56 | 62,52 2 | 214,8 2 | 1543,2 | 0,947 | 23,1 | 40,41 | 2,06 | 702,2 2 | 1058, 67 | 142,55 | 23,33 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|--|------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|------|------|----------------------|-------|------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Md | Fe |
| | ДВАДЦАТЬ ПЕРВЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 29 | Свекла отварная, тертая с растит.маслом | 1/60 | | 0,53 | 4,53 | 2,64 | 62,62 | 0,2 | 1,0 | 0 | 0 | 137 | 63,0 | 12,0 | 0,3 |
| 426 | Биточки мясные по- селянски | 100/75 | | 13,84 | 12,68 | 8,32 | 147,0 | 0,14 | 0 | 0,06 | 1,0 | 20 | 128 | 12,0 | 0,57 |
| 200 | Картофель отварной с зеленью | 1/150 | | 3,15 | 6,75 | 38,1 | 170,40 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 26 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| 642 | Какао на молоке | 1/200 | | 4,6 | 4,6 | 27,0 | 72,34 | 0,06 | 2,0 | 0,05 | 0 | 242 | 182 | 18 | 0,2 |
| | Фрукты | 1/100 | | 0,9 | 0 | 12,6 | 58,0 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34 | 11 | 9 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/30 | | 2,43 | 0,36 | 20,1 | 64,9 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,2 |
| | ИТОГО: | | | 25,45 | 28,9 2 | 113, 16 | 575,26 | 0,97 | 18,7 3 | 0,27 | 4,88 | 517 | 528 | 85 | 3,0 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| | Огурцы, помидоры | 30/30 | | 0,42 | 5,91 | 1,38 | 62,62 | 0,03 | 17,0 | 0 | 0,2 | 70,0 | 19 | 10 | 0,15 |
| 129 | Рассольник «Ленинградский» со сметаной с курицей | 12,5/250/ /10/1,0 | | 2,4 | 4,5 | 17,6 | 124,6 | 0,03 | 4,0 | 0 | 0,8 | 58 | 75 | 10 | 0,37 |
| 439 | Птица отварная | 1/100 | | 20,8 | 8,2 | 0,6 | 164 | 0,07 | 0 | 0,07 | 0 | 45 | 150 | 17 | 0,17 |
| 486 | Рагу овощное | 1/150 | | 3,47 | 7,4 | 25,4 | 187,9 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 2,6 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| | Сок фруктовый | 1/200 | | 0,5 | 0 | 11,7 | 47,0 | 0,03 | 10,0 | 0 | 0,75 | 80 | 2,6 | 15 | 0,7 |
| пр | Пряник | 1/30 | | 1,20 | 7,5 | 11,1 3 | 84,0 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 9,0 | 41,0 | 0 | 0,6 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 32,15 | 34,17 | 97,45 | 808,06 | 0,47 | 41,0 | 0,07 | 2,75 | 296,6 0 | 410,6 | 79 | 3,69 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 57,6 | 63,0 | 210,6 1 | 1383,32 | 1,44 | 59,73 | 0,30 | 7,63 | 813,6 | 938,6 | 164 | 6,69 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|------|------|----------------------|------|--------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ДВАДЦАТЬ ВТОРОЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| пр. | Джем | 1/30 | | 0,6 | 0 | 73,4 | 84 | 0 | 40,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 297 | Запеканка творожная со сметаной | 150/30 | | 28,05 | 21,7 0 | 21,0 7 | 393,04 | 0,03 | 1,12 | 0,10 | 0,2 | 176 | 224 | 24,0 | 0,4 |
| 591 | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 35,2 | 129,93 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| 637 | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | | 2,96 | 1,99 | 20,9 2 | 113,4 | 0,38 | 0,04 | 0 | 0 | 128, 78 | 0 | 12,88 | 0,08 |
| | Фрукты (бананы) | 1/100 | | 0,9 | 0 | 12,6 | 58,0 | 0,01 | 13,0 | 0 | 0,39 | 34,0 | 11,0 | 9 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 37,37 | 24,4 1 | 163, 19 | 756,71 | 0,53 | 54,1 6 | 0,1 | 0,59 | 370 | 300 | 47 | 1,88 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 135 | Суп с мясными фрикадельками | 18/250/1, 0 | | 2,4 | 2,4 | 18,9 | 109,65 | 0,10 | 3,0 | 0,02 | 0,8 | 169 | 213 | 12,0 | 0,48 |
| 416 | Шницель мясной | 1/100 | | 13,84 | 12,6 8 | 8,32 | 210,99 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 3,9 | 146 | 10 | 0,4 |
| | Огурец соленый, зеленый горошек | 1/30/30 | | 6,84 | 0 | 0,39 | 5,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 125 | 20 | 0 | 0,1 |
| 273 | Вермишель отварная | 1/150 | | 6,0 | 4,0 | 33,0 | 207,0 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 18 | 87 | 16 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный, ржаной | 2/30 | | 3,36 | 0,66 | 29,6 4 | 137,94 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| 588 | Компот из с/фруктов | 1/200 | | 0,6 | 0 | 26,0 | 111,7 | 0 | 6,40 | 0 | 0,36 | 5,5 | 73,0 | 2,6 | 9,0 |
| | Печенье | 1,25 | | 1,88 | 2,95 | 5,90 | 90,25 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 20 | 69 | 13 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 34,92 | 22,6 9 | 122, 15 | 872,53 | 0,38 | 9,4 | 0,02 | 1,16 | 373, 4 | 673 | 67,6 | 13,13 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 72,79 | 47,1 0 | 285, 34 | 1629,24 | 0,91 | 63,5 6 | 0,12 | 1,75 | 744, 18 | 973 | 127,48 | 15,01 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюда 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|--------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|------------|-----------|------|----------------------|------------|--------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Са | Р | Md | Fe |
| | ДВАДЦАТЬ ТРЕТИЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| конт | Отбивная из филе куриного | 1/100 | | 21,9 | 5,1 | 0,4 | 188,0 | 0,00 7 | 0 | 0,00 7 | 1,0 | 20 | 248 | 22 | 0,85 |
| 472 | Картофельное пюре | 1/100 | | 3,47 | 7,4 | 25,4 | 187,9 | 0,12 | 10,0 | 0 | 1,0 | 2,6 | 58 | 13,0 | 0,5 |
| 210 | Капуста тушеная | 1/50 | | 2,0 | 2,0 | 15,5 | 78,0 | 0,02 | 0,14 | 0 | 0,86 | 51,0 | 34,7 | 12,39 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 36,2 | 108,27 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| 630 | Чай с молоком | 1/200 | | 0,4 | 0 | 20,8 | 62,0 | 0,04 | 200 | 0 | 0 | 36 | 33 | 35 | 1,3 |
| | ИТОГО: | | | 32,23 | 15,2 2 | 102, 5 | 643,17 | 0,35 | 216, 1 | 0,00 7 | 2,86 | 164, 3 | 464, 7 | 96,39 | 4,25 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 167 | Суп с клецками с курицей, зеленью | 250/12,5/ 1,0 | | 2,3 | 4,3 | 15,3 | 112,1 | 0,03 | 5,7 | 0,36 | 0,8 | 176, 0 | 205 | 8,0 | 0,4 |
| 298 | Голубцы ленивые с соусом | 1/150/50 | | 10,97 | 10,0 | 14,0 1 | 199,81 | 0,08 | 34,7 1 | 0 | 0 | 32,3 2 | 0 | 0 | 1,83 |
| | Огурцы дольками | 1/60 | | 0,6 | 0 | 74,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 31 | 1,68 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,3 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 9,0 | 0,61 |
| | Вафли | 1/25 | | 2,4 | 10,1 | 16,9 | 115,2 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| 591 | Кисель п/я | 1/200 | | 0 | 0 | 28,1 | 115,2 | 0 | 1,5 | 0 | 0,39 | 19,0 | 9,0 | 10 | 0,8 |
| | ИТОГО: | | | 21,75 | 25,3 2 | 202, 61 | 732,21 | 0,49 | 49,1 1 | 0,4 | 3,19 | 365, 32 | 697 | 87 | 7,22 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 54,98 | 40,5 4 | 305, 11 | 1375,38 | 0,84 | 265, 21 | 0,40 7 | 6,05 | 529, 62 | 1161 ,7 | 183,39 | 11,47 |

| № Рец. | Наименование блюд | Выход Блюд 7-11 лет | Цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценн. Ккал. | Витамины (Мг) | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|------------------------------|------|---------------------|-----------|------------|--------------------------|---------------|-----------|-----------|------|----------------------|------------|------|-------|
| | | | | Б | Ж | У | | В | С | А | Е | Ca | P | Md | Fe |
| | ДВАДЦАТЬ ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко промышленного производства в тетра-пакетах | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| пр. | Икра кабачковая консервир. | 1/60 | | 0,72 | 2,83 | 4,63 | 46,8 | 0,03 | 5,76 | 0 | 0 | 19,2 | 0 | 0 | 0,25 |
| 418 | Зраза мясная с соусом | 105/150 | | 8,05 | 7,85 | 9,5 | 182,76 | 0,13 | 4,7 | 0,1 | 0,8 | 82,0 | 161 | 7,0 | 1,5 |
| 255 | Гречка отварная | 1/150 | | 4,95 | 13,6 5 | 39,4 5 | 190,4 | 0,16 | 0 | 0,05 | 0,8 | 120 | 100, 9 | 0,3 | 0,5 |
| 629 | Чай с сахаром, лимоном | 200/15/7 | | 0,3 | 0 | 20,0 | 62,0 | 0,00 7 | 0,1 | 0 | 0 | 20 | 8,28 | 4,40 | 0,3 |
| | Хлеб пшеничный | 1/50 | | 4,86 | 0,72 | 36,2 | 124,43 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | ИТОГО: | | | 18,88 | 25,0 5 | 109, 78 | 606,39 | 0,43 | 10,5 6 | 0,15 | 1,6 | 198, 9 | 362, 1 | 427 | 3,6 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| конт | Суп «Сахалинский» с курицей, с зеленью | 18/250/1, 0 | | 6,5 | 6,1 | 14,1 | 135,0 | 0 | 0,5 | 0 | 0,8 | 100 | 185 | 15,0 | 0,8 |
| 402 | Азу по-Татарски | 50/250 | | 9,6 | 11,6 | 25,8 | 210,1 | 0,08 | 2,3 | 0 | 2,62 | 114 | 93 | 15 | 0,5 |
| 24 | Помидор свежий | 1/60 | | 0,6 | 0 | 4,2 | 19,0 | 0,06 | 6,0 | 0 | 0 | 23 | 26 | 0 | 0,2 |
| | Хлеб пшеничный | 1/40 | | 3,24 | 0,48 | 26,8 | 86,62 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 32 | 65 | 14 | 1,20 |
| | Хлеб ржаной | 1/48 | | 2,24 | 0,44 | 27,3 | 84,28 | 0,11 | 0 | 0 | 0 | 37 | 120 | 31 | 1,68 |
| | Шоколадный батончик | 1/25 | | 2,7 | 17,0 | 23,6 | 200 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 5,0 | 178 | 20 | 2,7 |
| пр. | Ряженка | 1/200 | | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 102,0 | 0,06 | 0,6 | 40 | 0 | 248 | 0,2 | 28 | 0,2 |
| | ИТОГО: | | | 30,68 | 40,6 2 | 130, 2 | 837,0 | 0,49 | 19,4 0 | 40,0 | 4,17 | 639 | 669, 8 | 138 | 7,98 |
| | ВСЕГО В ДЕНЬ | | | 49,56 | 65,6 6 | 239, 98 | 1443,39 | 0,92 | 29,9 6 | 40,1 5 | 5,77 | 837, 9 | 1031 ,9 | 565 | 11,58 |