**Администрация Комсомольского муниципального района**
**Хабаровского края**
**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

# ПРИКАЗ

07.04.2021 № 295
г.Комсомольск-на-Амуре

О направлении меню

В соответствии с п. 8.1.3 постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Руководителям общеобразовательных учреждений:

1.1 Утвердить меню на 2021 год в соответствии с приложением №1.

1.2 Разместить на сайте образовательных учреждений утвержденное меню.

1.2. Использовать в работе ежедневное меню в соответствии с приложением №2.

2. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на главного специалиста сектора по правовому и ресурсному обеспечению Болдыреву О.С.

Начальник
управления образования Е.Б. Порвина

005073 ПН

Приложение №1
к приказу управления образования
от 07.04.2021 № 295

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ №

ФИО

# ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Меню составлено с учетом возрастных групп (с 7лет до 11 лет и с 12 лет и старше), вес и объем порций готовых блюд соответствует норме. Соблюдается 2-х кратный прием пищи (завтрак, обед).

В целях организации полноценного питания детей планируется включение в рацион продуктов: обогащенных йодом – (хлеб йодированный), фруктов, соков, обогащенных комплексами минеральных веществ и витаминов, проводиться «С» витаминизация третьих блюд.

**Используемые нормативные документы:**

- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий (Пермь,2013 год, А.Я.Перевалов);
- сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий под общей редакцией В.А.Тутельяна и Могильного М.П 2011 г.

Двенадцатидневное меню

1 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | Наименование продукта | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 331 | Вареники ленивые с маслом | 200/5 | 250/5 | творог | 159 | 156 | 29,7 | 22,6 | 28,7 | 437 | 198 | 195 | 31,7 | 28,2 | 35,8 | 546 |
| | | | | мука пшеничная | 22 | 22 | | | | | 28 | 28 | | | | |
| | | | | яйцо 48,0 | 16 | 13 | | | | | 20 | 16,3 | | | | |
| | | | | сахар | 6 | 6 | | | | | 8 | 8 | | | | |
| | | | | масса варен. варенников | | **200** | | | | | | **250** | | | | |
| | | | | сливочное масло | 5 | 5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| 495 | Чай с молоком | 200 | 200 | чай- заварка | 1 | 50 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | 1 | 50 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 |
| | | | | молоко | 80 | 80 | | | | | 80 | 80 | | | | |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| | | | | вода | 180 | 180 | | | | | 180 | 180 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60 | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 157,2 |
| 101 | Сыр твердый | 13,5 | 21 | сыр твердый | 13,7 | 13,5 | 2,6 | 2,6 | 0,0 | 35,6 | 21,30 | 21,0 | 4,0 | 4,0 | 0,0 | 55,3 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | **36,8** | **27,7** | **65,1** | **658,4** | | | **41,7** | **35,3** | **82,4** | **839,5** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Салат из помидоров и огурцов | 60 | 100 | помидоры свежие | 34,2 | 28,8 | 0,5 | 3,1 | 2,1 | 38,4 | 57 | 48 | 0,9 | 5,1 | 3,6 | 64,0 |
| | | | | огурцы свежие | 26,4 | 21,0 | | | | | 44 | 35 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 8,5 | 7,2 | | | | | 14 | 12 | | | | |
| | | | | масло растительное | 5,5 | 5,5 | | | | | 6,5 | 6,5 | | | | |
| 142, 479, 404 | Щи со свежей капустой и картофелем, курицей | 200/15 | 250/25 | капуста свежая | 50 | 40 | 4,9 | 6,4 | 14,5 | 122,4 | 62,5 | 50 | 7,6 | 9,0 | 18,2 | 188,0 |
| | | | | картофель | 32 | 24 | | | | | 40 | 30 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | морковь | 14 | 10 | | | | | 15,8 | 12,5 | | | | |
| | | | | томатное пюре | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | масло растительное | 4,5 | 4,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| 367 | Печень.тушенная | 90/50 | 100/50 | говядина | 154,8 | 127,8 | 19,4 | 16,0 | 9,3 | 259,2 | 172 | 170 | 27,3 | 20,5 | 12,6 | 345,6 |
| | в соусе | | | мука | 5,4 | 5,4 | | | | | 6 | 6 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 7,0 | 7,0 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| | | | | масса тушеной печени | | **90** | | | | | | **100** | | | | |
| | | | | ***СМЕТАННЫЙСОУС:*** | | ***50*** | | | | | | ***50*** | | | | |
| | | | | мука | 1,3 | 1,3 | | | | | 1,3 | 1,3 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 1,2 | 1,2 | | | | | 1,2 | 1,2 | | | | |
| | | | | сметана | 13 | 13 | | | | | 13 | 13,0 | | | | |
| 418 | Макаронные изделия | 150 | 180 | макаронные изд. | 50 | 50 | 9,1 | 3,0 | 27,0 | 203,2 | 60 | 60 | 10,9 | 3,6 | 32,4 | 251,0 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 418 | отварные | | | масло сливочное | 4,5 | 4,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| 505 | Кисель из свежих ягод | 200 | 200 | ягоды свежие | 25 | 24 | *0,2* | *0,1* | *21,5* | *87* | 25 | 24 | *0,2* | *0,1* | *21,5* | *87* |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| | | | | крахмал картофельный | 6 | 6 | | | | | 6 | 6 | | | | |
| | | | | вода | 180 | 180 | | | | | 180 | 180 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,60* | *0,50* | *29,50* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 75 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 75 | 75 | *4,90* | *0,85* | *25,00* | *130,7* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***41,2*** | ***29,6*** | ***115,7*** | ***914,7*** | | | ***56,4*** | ***39,7*** | ***142,8*** | ***1207,3*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***78,0*** | ***57,3*** | ***180,8*** | ***1573,1*** | | | ***98,1*** | ***75,0*** | ***225,2*** | ***2046,8*** |
| | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты | 100 | | капуста белокочанная | 156,1 | 125,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 11,6 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | лим. кислота | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 76 | Винегрет овощной | 100 | | картофель | 29,4 | 22 | | | | | | | | | | |
| | | | | свекла | 19 | 15 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 13 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | огурцы соленые | 38 | 30 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 18 | 15 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 381 | Котлета мясная | 100 | | мясо свинина | 86 | 86 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 19 | 19 | | | | | | | | | | |
| | | | | сухари | 11 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | | | | | |
| 386 | Рулет мясной | 100 | | мясо свинина | 62 | 62 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 13 | 13 | | | | | | | | | | |
| | | | | яйца | 28 | 28 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 4 | 4 | | | | | | | | | | |
| 237 | Каша гречневая рассыпчат | 180 | | крупа гречневая | 82,8 | 82,8 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,1 | 8,1 | | | | | | | | | | |

Двенадцатидневное МЕНЮ
2 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 307 | Омлет натуральный | 60 | 80 | яйцо 48,0 | 48 | 40 | 5,6 | 8,7 | 1,5 | 106,0 | 64 | 53,3 | 7,4 | 11,6 | 2 | 141,3 |
| | | | | молоко | 25 | 25 | | | | | 33 | 33 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 2,5 | 2,5 | | | | | 3,5 | 3,5 | | | | |
| **260** | Каша "Дружба" | 150 | 200 | крупа рисовая | 11 | 11 | 3,9 | 8,7 | 18,7 | 169,5 | 15 | 15 | 5,3 | 11,7 | 25,0 | 226,0 |
| | | | | крупа пшенная | 8 | 8 | | | | | 11 | 11 | | | | |
| | | | | молоко | 105 | 105 | | | | | 130 | 130 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 4,5 | 4,5 | | | | | 5,8 | 5,8 | | | | |
| 496 | Какао с молоком | 200 | 200 | какао порошок | 3 | 3 | 3,60 | 3,30 | 25,00 | 144,00 | 3 | 3 | 3,6 | 3,3 | 25,0 | 144,0 |
| | | | | молоко | 100 | 100 | | | | | 100 | 100 | | | | |
| | | | | сахар | 15 | 15 | | | | | 15 | 15 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60 | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 118,0 |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | ***11,0*** | ***13,7*** | ***77,9*** | ***484,5*** | | | ***13,9*** | ***17,3*** | ***94,4*** | ***554,2*** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 51 | Салат из свеклы и моркови | 60 | 100 | свекла | 45,6 | 36,6 | 0,7 | 6,1 | 4,2 | 76,2 | 76 | 61 | 1,3 | 10,3 | 7,1 | 127 |
| | | | | морковь | 22,8 | 18 | | | | | 38 | 30 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| 149, 169 | Суп картофельный с фрикадельками | 200/20 | 250/20 | картофель | 106,6 | 80 | 5,7 | 5,2 | 11,9 | 128,1 | 133,2 | 100 | 6,4 | 5,8 | 14,9 | 147,9 |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 12,5 | 10 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 2 | 2 | | | | |
| | | | | **ФРИКАДЕЛЬКИ** | | **20** | | | | | | **20** | | | | |
| | | | | мясо | 31,0 | 23,0 | | | | | 31 | 23 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 3,0 | 2,0 | | | | | 3 | 2 | | | | |
| | | | | яйцо | 1,9 | 1,6 | | | | | 1,9 | 1,6 | | | | |
| 381, 435 | Биточек из говядины с молочным соусом | 70/50 | 80/50 | говядина | 81 | 60 | 14,1 | 15,6 | 14,4 | 255,8 | 92,8 | 68,8 | 15,9 | 17,4 | 15,8 | 184,6 |
| | | | | хлеб | 13 | 13 | | | | | 14 | 14 | | | | |
| | | | | молоко | 16 | 16 | | | | | 18 | 18 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 5 | 5 | | | | | 5,5 | 5,5 | | | | |
| | | | | СОУС | | **50** | | | | | | **50** | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | молоко | 50 | 50 | | | | | 50 | 50 | | | | |
| | | | | мука | 2,5 | 2,5 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 2,5 | 2,5 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | сахар | 0,5 | 0,5 | | | | | 0,5 | 0,5 | | | | |
| 423 | Капуста тушеная | 160 | 160 | капуста белокочанная | 210 | 168 | *6,7* | *6,5* | *7,0* | *154,0* | 210 | 168 | *6,7* | *6,5* | *7,0* | *154,0* |
| | | | | масло сливочное | 7 | 7 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | морковь | 9 | 7,2 | | | | | 9 | 7,2 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 15 | 13 | | | | | 15 | 13 | | | | |
| | | | | томатное пюре | 15 | 15 | | | | | 15 | 15 | | | | |
| | | | | специи | 0,3 | 0,3 | | | | | 0,3 | 0,3 | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 2,6 | 2,6 | | | | | 2,6 | 2,6 | | | | |
| | | | | сахар | 1,1 | 1,1 | | | | | 1,1 | 1,1 | | | | |
| 512 | Компот из сухих фруктов | 200 | 200 | изюм | 20,0 | 37,0 | *0,3* | *0,0* | *20,1* | *81,0* | 20 | 37 | *0,3* | *0,0* | *20,1* | *81,0* |
| | | | | сахар | 13,0 | 13,0 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | хлеб пшеничный | 40,0 | 40,0 | *3,3* | *0,3* | *19,6* | *94,0* | 60 | 60 | *4,6* | *0,5* | *29,5* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50,0 | 50,0 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 70 | 70 | *4,6* | *0,8* | *23,4* | *122,0* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***34,1*** | ***34,3*** | ***93,9*** | ***876,1*** | | | ***39,8*** | ***41,3*** | ***117,82*** | ***957,5*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***45,1*** | ***48,0*** | ***171,8*** | ***1360,6*** | | | ***53,7*** | ***58,6*** | ***212,2*** | ***1511,7*** |
| | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 55 | салат из свеклы с сыром | 100 | | свекла | 115 | 84 | | | | | | | | | | |
| | | | | сыр твердый | 8 | 7 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 17 | салат из свежих огурцов | 100 | | огурцы свежие | 114 | 91 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 390 | тефтели мясные с рисом Ежики | 70 | | мясо свинина | 44 | 44 | | | | | | | | | | |
| | | | | крупа рис | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 25 | 21 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 5 | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 412 | котлеты из кур припущенные | 70 | | филе кур | 52 | 52 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 13 | 13 | | | | | | | | | | |
| 415 | рис припущенный | 180 | | крупа рисовая | 62 | 62 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,10 | 8,10 | | | | | | | | | | |

Двенадцатидневное МЕНЮ

3 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 106 | Овощи свежие порционн. | 50 | 50 | помидор свежий | 53,5 | 50 | 0,4 | 0,07 | 1,3 | 8,4 | 53,5 | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| 337 | Рыба запеченная в омлете | 100 | 120 | рыба | 108 | 88 | 15,9 | 7,8 | 3,2 | 147 | 129,6 | 105,6 | 19,1 | 9,3 | 3,8 | 176,4 |
| | | | | мука | 5 | 5 | | | | | 6 | 6 | | | | |
| | | | | растительное масло | 6,5 | 6,5 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | яйцо | 29,3 | 26,0 | | | | | 35,1 | 31,2 | | | | |
| | | | | молоко | 10 | 10 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| | | | | мука | 2,6 | 2,6 | | | | | 3,1 | 3,1 | | | | |
| | | | | **масса омлета** | | **34** | | | | | | **41** | | | | |
| 415 | Рис припущенный | 130 | 150 | крупа | 44 | 44 | 3,0 | 5,2 | 28,0 | 171,7 | 52,0 | 52,0 | 3,5 | 6 | 32,4 | 198,1 |
| | | | | вода | 94 | 94 | | | | | 108,0 | 108,0 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 5,5 | 5,5 | | | | | 6,3 | 6,3 | | | | |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 200 | чай | 1,0 | 1 | 0,1 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 1,0 | 1,0 | 0,10 | 0,00 | 15,00 | 60,00 |
| | | | | сахар | 13,0 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40,0 | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60 | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 157,2 |
| 101 | Сыр твердый | 13,5 | 20 | сыр твердый | 13,7 | 13,5 | 2,6 | 2,6 | 0,0 | 35,6 | 21 | 20 | 3,8 | 3,8 | 0,0 | 52,6 |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | **25,5** | **17,3** | **81,7** | **593,7** | | | **32,1** | **21,5** | **97,5** | **722,5** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 79 | Винергет | 60 | 100 | картофель | 17,6 | 13,2 | 0,8 | 6,4 | 4,0 | 78,0 | 29 | 22 | 1,3 | 10,8 | 6,8 | 130,0 |
| | | | | свекла | 11,4 | 9 | | | | | 19 | 15 | | | | |
| | | | | морковь | 7,8 | 6 | | | | | 13 | 10 | | | | |
| | | | | огурцы соленые | 22,8 | 18 | | | | | 38 | 30 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 10,8 | 9 | | | | | 18 | 15 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6,5 | 6,5 | | | | | 7,5 | 7,5 | | | | |
| 154, 44 | Суп крестьянский с курицей | 200/15 | 250/25 | капуста белокочан. | 41,6 | 24 | 5,1 | 6,5 | 11,7 | 135,2 | 52,1 | 30 | 2,1 | 5,1 | 14,5 | 112,5 |
| | | | | картофель | 26,4 | 20 | | | | | 33 | 25 | | | | |
| | | | | крупа | 8 | 8 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 12,5 | 10 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 9,6 | 8 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 3 | 3 | | | | | 3,5 | 3,5 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24,0 | 15,0 | | | | | 40,0 | 25,0 | 5,8 | 4,0 | 0,2 | 60,0 |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | | 45 | 36 | 7,6 | 11,9 | 4,8 | 166 | 56 | 40 | 9,3 | 13,6 | 5,6 | 180,6 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 442 | со сметанным соусом | | | крупа рисовая | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 6 | 5 | | | | | 7 | 6 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 3 | 3 | | | | | 4 | 4 | | | | |
| | | | | капуста | 60 | 48 | | | | | 75 | 60 | | | | |
| | | | | ***СМЕТАННЫЙСОУС:*** | | ***50*** | | | | | | ***50*** | | | | |
| | | | | мука | 1,3 | 1,3 | | | | | 1,3 | 1,3 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 1,2 | 1,2 | | | | | 1,2 | 1,2 | | | | |
| | | | | сметана | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 427 | Картофель отварной | 150 | 180 | картофель | 178,5 | 133,5 | *3,48* | *4,7* | *14* | *135* | 214,2 | 160,2 | 4,1 | 5,6 | 16,8 | 162 |
| | в молоке | | | молоко | 50 | 50 | | | | | 60 | 60 | | | | |
| | | | | растительное масло | 3,0 | 3,0 | | | | | 4 | 4 | | | | |
| | | | | мука | 4,5 | 4,5 | | | | | 5,4 | 5,4 | | | | |
| 518 | Сок фруктовый | 200 | 200 | сок яблочный | 200 | 200 | *1,0* | *0,2* | *0,2* | *92,0* | 200 | 200 | *1,0* | *0,2* | *0,2* | *92,0* |
| 111 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,5* | *1,8* | *30,7* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 40 | 70 | хлеб ржаной | 40 | 40 | *2,5* | *0,4* | *13,2* | *69,2* | 70 | 70 | *4,60* | *0,80* | *23,40* | *122,0* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***24,3*** | ***30,5*** | ***72,5*** | ***792,9*** | | | ***23,4*** | ***28,3*** | ***92,6*** | ***819,5*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***49,8*** | ***47,8*** | ***154,2*** | ***1386,6*** | | | ***55,5*** | ***49,8*** | ***190,1*** | ***1542,0*** |
| | | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Салат из моркови | 100 | | марковь | 110 | 88 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| 69 | Салат овощной с зеленым горошком | 100 | | картофель | 62 | 45 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 32 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | зеленый горошек | 26 | 17 | | | | | | | | | | |
| | | | | яйцо | 8 | 8 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| 406 | Плов из птицы | 210 | | филе кур | 89 | 89 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 11 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 22 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 14 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | крупа рисовая | 49 | 49 | | | | | | | | | | |
| 372 | Голубцы ленивые | 100 | | мясо свинина | 40 | 40 | | | | | | | | | | |
| | | | | крупа рисовая | 5 | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 7 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | капуста белокочанная | 75 | 60 | | | | | | | | | | |
| 242 | Каша перловая рассыпчатая | 180 | | крупа перловая | 60 | 60 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 9 | 9 | | | | | | | | | | |

Двенадцатидневное МЕНЮ

4 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 262 | Каша манная молочная жидкая | 150 | 200 | крупа манная | 23 | 23 | 4,6 | 6,0 | 23,1 | 161,2 | 30,8 | 30,8 | 6,2 | 8,0 | 30,8 | 215,0 |
| | | | | молоко | 80 | 80 | | | | | 106,0 | 106,0 | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| 321 | Сырник из творога | 50 | 85 | творог | 40 | 39,7 | 8,00 | 6,10 | 10,30 | 128,60 | 68,0 | 67,5 | 12,0 | 9,3 | 15,5 | 193,0 |
| | | | | крупа манная | 3,7 | 3,7 | | | | | 5,5 | 5,5 | | | | |
| | | | | яйца 48,0 | 2 | 1,5 | | | | | 2,8 | 2,5 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 5,0 | 5,0 | | | | |
| | | | | сметана | 1,7 | 1,7 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | ванилин | 0 | 0 | | | | | 0,01 | 0,01 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 2 | 2 | | | | | 3 | 3 | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | повидло | 10 | 10 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 200 | чай | 1 | 1 | 0,1 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 1 | 1 | 0,10 | 0,00 | 15,00 | 60,00 |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60 | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 118,00 |
| 105 | Сливочное масло | 5 | 5 | сливочное масло | 5 | 5 | 0,0 | 4,1 | 0,0 | 37,4 | 5 | 5 | 0,0 | 4,1 | 0,0 | 37,4 |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140,0 | 140,0 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 |
| | *ИТОГО ЗАВТРАК* | | | | | | *16,2* | *17,9* | *82,6* | *558,2* | | | *23,3* | *23,7* | *105,7* | *689,6* |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 49 | Салат из морской капусты | 60 | 100 | морковь | 6,6 | 6,0 | 1,5 | 1,8 | 2,8 | 37,8 | 11 | 6 | 2,6 | 3,1 | 4,8 | 63,0 |
| | | | | лук репчатый | 6,8 | 4,2 | | | | | 11 | 7 | | | | |
| | | | | морская капуста заморож. | 51 | 66,4 | | | | | 51 | 80 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| 128, 357 | Борщ с капустой и картофелем с курицей | 200/15 | 250/25 | капуста белокочанная | 20 | 16 | 4,9 | 6,4 | 8,6 | 148,0 | 25 | 20 | 7,6 | 9,0 | 10,9 | 200,0 |
| | | | | свекла | 40 | 32 | | | | | 50 | 40 | | | | |
| | | | | картофель | 21 | 16 | | | | | 26,8 | 20 | | | | |
| | | | | морковь | 12,6 | 10 | | | | | 15,8 | 12,5 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | томат пюре | 6 | 6 | | | | | 7,5 | 7,5 | | | | |
| | | | | масло растительное | 4,5 | 4,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| 379 | Азу | 230 | 250 | мясо | 108 | 79 | 19 | 20,3 | 24,2 | 285,2 | 121 | 88,5 | 20,7 | 22,1 | 26,4 | 310 |
| | | | | сливочное масло | 7 | 7 | | | | | 8 | 8 | | | | |
| | | | | томат пюре | 10 | 10 | | | | | 11 | 11 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 22,1 | 18,4 | | | | | 24 | 20 | | | | |
| | | | | мука | 3,6 | 3,6 | | | | | 4 | 4 | | | | |
| | | | | картофель | 193,0 | 144 | | | | | 209 | 157 | | | | |
| | | | | маса тушеного мяса | | **50** | | | | | | **60** | | | | |
| | | | | масса соуса и овощей | | **180** | | | | | | **200** | | | | |
| 508 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | сухофрукты | 25 | 30,5 | 0,5 | 0,0 | 27,0 | 110,0 | 25,0 | 30,5 | 0,5 | 0,0 | 27,0 | 110,0 |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,60* | *0,50* | *29,50* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 70 | 70 | *4,60* | *0,80* | *23,40* | *122,0* |
| | **ИТОГО ОБЕД** | | | | | | ***33,5*** | ***30,0*** | ***117,6*** | ***851,7*** | | | ***40,6*** | ***35,5*** | ***122,0*** | ***946,0*** |
| | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** | | | | | | ***49,7*** | ***47,9*** | ***200,2*** | ***1409,9*** | | | ***63,9*** | ***59,2*** | ***227,7*** | ***1635,6*** |
| | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | салат из свежих помидор | 100 | | помидоры свежие | 108,0 | 91,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | мосло растительное | 10,0 | 10,0 | | | | | | | | | | |
| 44 | салат из капусты и свеклы | 100 | | капуста белокочанная | 74,0 | 59,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | свекла | 48,0 | 35,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 7,0 | 7,0 | | | | | | | | | | |
| 386 | рулет мясной | 100 | | мясо свинина | 62,0 | 62,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 13,0 | 13,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | яйца | 28,0 | 28,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 4,0 | 4,0 | | | | | | | | | | |
| 333 | рыба жареная | 100 | | филе минтая | 120,0 | 120,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 7,0 | 7,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло раст | 7,0 | 7,0 | | | | | | | | | | |
| 429 | картофельное пюре | 180 | | картофель | 203,4 | 151,2 | | | | | | | | | | |
| | | | | молоко | 28,8 | 27,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,0 | 8,0 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное МЕНЮ

### 5 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 106 | Овощи свежие порцион. | 50 | 50 | огурец свежий | 53,5 | 50,0 | *0,6* | *0,1* | *1,9* | *12,0* | 53,5 | 50 | *0,6* | *0,1* | *1,9* | *12,0* |
| 375 | Плов из отварной говядины | 150 | 200 | говядина | 66,0 | 48,5 | *11,3* | *11,1* | *29,5* | *294,9* | 88,0 | 64,8 | *15,1* | *14,8* | *39,6* | *393,2* |
| | | | | масло сливочное | 6 | 6 | | | | | 8 | 8 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 7,2 | 6 | | | | | 9,6 | 8 | | | | |
| | | | | морковь | 18,6 | 15 | | | | | 24,8 | 20 | | | | |
| | | | | крупа рисовая | 41 | 41 | | | | | 54 | 54 | | | | |
| 501 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 200 | кофейный напиток | 5 | 5,0 | *3,2* | *2,7* | *15,9* | *79,0* | 5 | 5 | *3,2* | *2,7* | *15,9* | *79,0* |
| | | | | сахар | 10 | 10 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| | | | | молоко | 100 | 100 | | | | | 100 | 100 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | *3,0* | *1,2* | *20,5* | *104,8* | 60 | 60 | *4,5* | *1,8* | *30,7* | *118,0* |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140 | 140 | *0,5* | *0,5* | *13,7* | *66,2* | 140 | 140 | *0,5* | *0,5* | *13,7* | *66,2* |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | ***18,6*** | ***15,6*** | ***81,5*** | ***556,9*** | | | ***23,9*** | ***19,9*** | ***101,8*** | ***668,4*** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 53 | Салат из свеклы с солеными огурцами | 60 | 100 | свекла | 55,8 | 44,4 | *0,7* | *6,2* | *3,9* | *74,4* | 93 | 74 | *1,2* | *10,4* | *6,5* | *124,0* |
| | | | | огурцы консервир. | 15 | 21 | | | | | 25 | 20 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| 146, 172, 404 | Суп картофельный с клецками с курицей | 200/20/15 | 25030/25 | картофель | 80 | 60 | *5,6* | *4,7* | *15,1* | *134,8* | 100 | 75 | *8,5* | *6,9* | *19,0* | *181,0* |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 13 | 10 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 9,6 | 8,0 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1,0 | 1,0 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| | | | | **КЛЕЦКИ** | | **20** | *1,2* | *1,1* | *4,7* | *33,8* | | **30** | *1,2* | *1,1* | *4,7* | *33,8* |
| | | | | вода | 15 | 15 | | | | | 23 | 23 | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 6,2 | 6,2 | | | | | 9,3 | 9,3 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 0,6 | 0,6 | | | | | 0,9 | 0,9 | | | | |
| | | | | яйцо 48,0 | 2,1 | 1,8 | | | | | 3,2 | 2,7 | | | | |
| 340, 451 | Рыба запеченная с картофелем по-русски | 240 | 300 | филе минтая | 94 | 85 | *16,9* | *12,1* | *28,0* | *303,5* | 117 | 106 | *21,1* | *151,1* | *35,0* | *354,3* |
| | | | | картофель | 161 | 117 | | | | | 201 | 146 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 6,5 | 6,5 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | сухари | 3 | 3 | | | | | 3,7 | 3,7 | | | | |
| | | | | **СОУС БЕЛЫЙ** | | **80** | | | | | | **100** | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | масло сливочное | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | бульон или вода | | 88 | | | | | | 110 | | | | |
| 518 | Сок фруктовый | 200 | 200 | сок яблочный | 200 | 200 | *1,0* | *0,0* | *0,0* | *110,0* | 200 | 200 | *0,0* | *0,0* | *0,2* | *110,0* |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,60* | *0,50* | *29,50* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 75 | 75 | *4,90* | *0,85* | *25,00* | *130,7* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***32,5*** | ***25,1*** | ***93,0*** | ***861,0*** | | | ***33,0*** | ***164,0*** | ***100,9*** | ***893,8*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***51,1*** | ***40,7*** | ***174,5*** | ***1417,9*** | | | ***56,9*** | ***183,9*** | ***202,7*** | ***1562,2*** |
| | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Салат из моркови | 100 | | марковь | 110 | 88 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты | | 100 | капуста белокочанная | 156,1 | 125 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 11,6 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | лим. Кислота | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 395 | Сосиски отварные | | 60 | сосиски | 61,8 | 60 | | | | | | | | | | |
| 381 | Котлета мясная | | 100 | мясо свинина | 86 | 86 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 19 | 19 | | | | | | | | | | |
| | | | | сухари | 11 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 7 | 7 | | | | | | | | | | |
| 415 | Рис припущенный | | 180 | крупа рисовая | 62,1 | 62,1 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,10 | 8,10 | | | | | | | | | | |
| 195 | Рагу из овощей | | 200 | картофель | 128 | 96 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 40 | 32 | | | | | | | | | | |
| | | | | капуста белокочанная | 50 | 40 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 19 | 16 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 8 | 8 | | | | | | | | | | |
| | | | | соус сметанный | 60 | 60 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное МЕНЮ

### 6 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 300 | Яйцо вареное | 1шт | 1шт | яйцо | 48 | 40 | 2,5 | 2,3 | 0,15 | 31,5 | 48 | 40 | 2,5 | 2,3 | 0,15 | 31,5 |
| 267 | Каша пшенная | 150 | 200 | крупа | 23 | 23 | 5,8 | 7,1 | 26,8 | 212,7 | 30 | 30 | 7,8 | 9,4 | 35,8 | 283,5 |
| | молочная жидкая | | | молоко | 85 | 85 | | | | | 115 | 115 | | | | |
| | | | | вода | 42 | 42 | | | | | 56 | 56 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 3,5 | 3,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| 495 | Чай с молоком | 200 | 200 | чай- заварка | 1 | 50 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | 1 | 50 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 |
| | | | | молоко | 50 | 50 | | | | | 50 | 50 | | | | |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| | | | | вода | 180 | 180 | | | | | 180 | 180 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40,0 | 40,0 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60,0 | 60,0 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 118,0 |
| 101 | Сыр твердый | 13,5 | 20 | сыр твердый | 13,7 | 13,5 | 2,6 | 2,6 | 0,0 | 35,6 | 21 | 20 | 3,8 | 3,8 | 0,0 | 52,6 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | **15,4** | **14,5** | **63,4** | **465,6** | | | **20,1** | **18,6** | **82,6** | **566,6** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 69 | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 100 | картофель | 37,2 | 27,0 | 1,6 | 4,2 | 5,4 | 66,6 | 62,0 | 45 | 2,8 | 7,1 | 9,1 | 111,0 |
| | | | | морковь | 19,2 | 15,0 | | | | | 32,0 | 25 | | | | |
| | | | | зеленый горошек | 15,6 | 10,2 | | | | | 26,0 | 17 | | | | |
| | | | | яйцо48,0 | 5,8 | 4,8 | | | | | 9,6 | 8,0 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6,0 | 6,0 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| 153 | Суп с рыбными консервами | 200 | 250 | консервы рыбные | 32 | 32 | 5,1 | 6,5 | 11,7 | 135,2 | 40 | 40 | 5,6 | 7,5 | 14,6 | 148,5 |
| | | | | картофель | 75 | 56 | | | | | 93,2 | 70 | | | | |
| | | | | крупа | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | морковь | 16 | 12,8 | | | | | 20 | 16 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 7,6 | 6,4 | | | | | 9,5 | 8 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | 3,5 | 3,5 | | | | |
| | | | | сметана | 5 | 5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24,0 | 15,0 | | | | | 24,0 | 15,0 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 2 | 2 | | | | |
| 281 | Шницель из говядины с | 70/50 | 100/50 | говядина | 81,0 | 60,0 | 14,1 | 15,6 | 14,4 | 255,8 | 116,0 | 86,0 | 19,5 | 20,9 | 18,7 | 341,8 |
| | | | | хлеб | 13,0 | 13,0 | | | | | 16,0 | 16,0 | | | | |
| | | | | молоко | 16,0 | 16,0 | | | | | 23,0 | 23,0 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 5 | 5 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | ***СОУС МОЛОЧНЫЙ*** | | **50** | | | | | | **50** | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | молочным соусом | | | молоко | 50 | 50 | | | | | 50 | 50 | | | | |
| | | | | мука | 2,5 | 2,5 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 2,5 | 2,5 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | сахар | 0,5 | 0,5 | | | | | 0,5 | 0,5 | | | | |
| 196, 442 | Рагу из овощей с кабачками | 150 | 180 | картофель | 64,5 | 48,0 | *2,7* | *8,0* | *12,6* | *133,5* | 77,4 | 57,6 | *3,3* | *9,6* | *15,1* | *160,2* |
| | | | | морковь | 30,0 | 24,0 | | | | | 36,0 | 28,8 | | | | |
| | | | | капуста белокачан. | 37,5 | 30,0 | | | | | 45,0 | 36,0 | | | | |
| | | | | кабачки | 36,0 | 24,0 | | | | | 43,2 | 28,8 | | | | |
| | | | | горошек консервир. | 11,3 | 7,5 | | | | | 13,5 | 9,0 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 6,0 | 6,0 | | | | | 7,0 | 7,0 | | | | |
| | | | | ***СМЕТАННЫЙСОУС:*** | | ***50*** | *0,8* | *5,3* | *1,6* | *57,6* | | ***50*** | *0,8* | *5,3* | *1,6* | *57,6* |
| | | | | мука | 1,3 | 1,3 | | | | | 1,3 | 1,3 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 1,2 | 1,2 | | | | | 1,2 | 1,2 | | | | |
| | | | | сметана | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| **511** | Компот из свежих ягод | 200 | 200 | смородина | 30 | 30 | *0,3* | *0,1* | *17,2* | *71,0* | 30 | 30 | *0,3* | *0,1* | *17,2* | *71,0* |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,60* | *0,50* | *29,50* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 70 | 70 | *4,60* | *0,80* | *23,40* | *122,0* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***31,7*** | ***40,7*** | ***104,2*** | ***924,2*** | | | ***41,5*** | ***51,8*** | ***129,2*** | ***1153,1*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***47,1*** | ***55,2*** | ***167,6*** | ***1389,8*** | | | ***61,6*** | ***70,4*** | ***211,8*** | ***1719,7*** |
| | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | Салат из сырых овощей | | 100 | морковь | 20 | 16 | | | | | | | | | | |
| | | | | помидоры свежие | 29 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | огурцы свежие | 37 | 35 | | | | | | | | | | |
| | | | | капуста белокочанная | 24 | 19 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| 7 | Салат из моркови | | 100 | марковь | 110 | 88 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| 349 | Тефтели рыбные | | 100 | филе минтая | 45 | 45 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 9 | 9 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 11 | 9 | | | | | | | | | | |
| | | | | яйца | 4 | 4 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 5 | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | соус белый | 30 | 30 | | | | | | | | | | |
| 22 | Салат из свежих помидоров | | 100 | помидоры свежие | 108 | 91 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | 200 | филе кур | 72 | 72 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 407 | Рагу из птицы | | | масло растительн | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | картофель | 128 | 96 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 25 | 20 | | | | | | | | | | |
| | | | | томатное пюре | 7 | 7 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 14 | 12 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 1 | 1 | | | | | | | | | | |
| 146 | Картофель, тушенный с луком | | 180 | картофель | 178 | 133 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло раст | 11 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 43 | 36 | | | | | | | | | | |

Двенадцатидневное МЕНЮ

7 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | Возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАТРАК | 7-11 лет | 12л. и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 268 | Каша рисовая молочная жидкая | 150 | 200 | крупа рисовая | 23 | 23 | 4,2 | 6,4 | 24,3 | 172 | 28 | 28 | 5,6 | 8,6 | 32,4 | 229,0 |
| | | | | молоко | 90 | 90 | | | | | 120 | 120 | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3,5 | 3,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| 321 | Запеканка из творога с повидлом | 60/30 | 80/50 | творог | 56,4 | 55,8 | 9,6 | 10,1 | 9,5 | 136,4 | 75,2 | 74,4 | 12,8 | 13,4 | 12,8 | 181,9 |
| | | | | крупа манная | 3,8 | 3,8 | | | | | 5,2 | 5,2 | | | | |
| | | | | молоко | 15 | 15 | | | | | 19 | 19 | | | | |
| | | | | яйца 48,0 | 1,9 | 1,6 | | | | | 2,5 | 2,1 | | | | |
| | | | | сахар | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | сметана | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | ванилин | 0,0015 | 0,0015 | | | | | 0,0 | 0,0 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | сухари | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | повидло | 30 | 30 | | | | | 50 | 50 | | | | |
| 501 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 200 | кофейный напиток | 5 | 5 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 79,0 | 5 | 5 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 79,0 |
| | | | | сахар | 10 | 10 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| | | | | молоко | 100 | 100 | | | | | 100 | 100 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60 | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 118,0 |
| 105 | Сливочное масло | 10 | 10 | сливочное масло | 10 | 10 | 0,01 | 8,2 | 0,0 | 74,8 | 10 | 10 | 0,01 | 8,2 | 0,0 | 74,8 |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 | 140,0 | 140,0 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | **20,51** | **29,06** | **83,9** | **633,2** | | | **26,6** | **35,2** | **105,5** | **748,9** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50 | Салат из свеклы отварной | 60 | 100 | свекла | 73 | 57 | 0,9 | 3,3 | 8,4 | 53,4 | 121 | 95 | 1,5 | 5,5 | 8,4 | 89,0 |
| | | | | масло растительное | 5 | 5 | | | | | 6,0 | 6,0 | | | | |
| 134, 357 | Рассольник ленинградский с курицей | 200/15 | 250/25 | картофель | 80 | 60 | 5,1 | 6,6 | 13,1 | 132,8 | 100 | 75 | 7,9 | 9,3 | 16,5 | 181,0 |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 12,5 | 10 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 5 | 3 | | | | | 6 | 5 | | | | |
| | | | | крупа перловая | 3 | 3 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | огурцы соленые | 24 | 12 | | | | | 30 | 15 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 3 | 3 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | куры Ікатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| | | 100/50 | 120/50 | филе минтая | 75 | 67 | 12,5 | 5,4 | 9,6 | 159,7 | 90 | 80,4 | 14,9 | 6,1 | 10,8 | 185,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 346, 453 | Котлеты рыбные любительские с томатным соусом | | | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | 12 | 9,6 | | | | |
| | | | | молоко или вода | 10 | 10 | | | | | 12 | 12 | | | | |
| | | | | яйца 48,0 | 16 | 13 | | | | | 19,2 | 15,6 | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 8 | 8 | | | | | 9,5 | 9,5 | | | | |
| | | | | морковь | 25,0 | 20,0 | | | | | 30 | 24 | | | | |
| | | | | растительное масло | 5,5 | 5,5 | | | | | 6,5 | 6,5 | | | | |
| | | | | ***СОУС ТОМАТНЫЙ*** | | **50** | | | | | | **50** | | | | |
| | | | | вода | 25 | 25 | | | | | 25 | 25 | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 2,5 | 2,5 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | томат паста | 7,5 | 7,5 | | | | | 7,5 | 7,5 | | | | |
| | | | | сахар | 0,5 | 0,5 | | | | | 0,5 | 0,5 | | | | |
| 429 | Картофельное пюре | 150 | 180 | картофель | 152,6 | 113,4 | *2,8* | *5,9* | *22,4* | *132* | 203,4 | 151,2 | *3,78* | *7,92* | *29,90* | *176,0* |
| | | | | молоко | 24 | 24 | | | | | 27 | 27 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 6 | 6 | | | | | 8 | 8 | | | | |
| 507 | Компот из свежих плодов | 200 | 200 | яблоки свежие | 45 | 40 | *0,50* | *0,20* | *23,10* | *96,0* | 45,4 | 40,0 | *0,50* | *0,20* | *23,10* | *96,0* |
| | | | | лимонная кислота | 0,2 | 0,2 | | | | | 0,2 | 0,2 | | | | |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,60* | *0,50* | *29,50* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 75 | 75 | *4,90* | *0,85* | *25,00* | *130,7* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***28,9*** | ***22,4*** | ***117,9*** | ***778,4*** | | | ***23,18*** | ***24,27*** | ***132,40*** | ***813,70*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***49,41*** | ***51,46*** | ***201,8*** | ***1411,6*** | | | ***49,79*** | ***59,47*** | ***237,90*** | ***1562,6*** |
| | **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 73 | Салат картофельный с кукурузой | | 100 | картофель | 34,7 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | кукуруза консервир. | 41,6 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 31,4 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | огурцы свежие | 25 | 20 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты | | 100 | капуста белокочанн. | 156 | 125 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 13 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | лимонная кислота | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 395 | Сосиски отварные | | 60 | сосиски | 62 | 60 | | | | | | | | | | |
| 242 | Каша перловая рассыпчатая | | 180 | крупа перловая | 60 | 60 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 9 | 9 | | | | | | | | | | |
| | | | 100 | мясо свинина | 40 | 40 | | | | | | | | | | |
| | | | | крупа рисовая | 5 | 5 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 372 | Голубцы ленивые | | | лук репчатый | 7 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | капуста белокочанная | 75 | 60 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное меню
## 8 ДЕНЬ

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11лет | 12л и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 106 | Овощи свежие порционн. | 50 | 50 | огурец свежий | 53,5 | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 | 53,5 | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| 406 | Плов из отварной птицы | 150 | 200 | куры Ікатегории | 151 | 95,7 | 16,0 | 16,0 | 38,0 | 359,0 | 151,0 | 119,6 | 16,0 | 16,0 | 38,0 | 359,0 |
| | | | | масло растительное | 7,5 | 7,5 | | | | | 9 | 9 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 16,5 | 8,3 | | | | | 22 | 11 | | | | |
| | | | | морковь | 11 | 8,3 | | | | | 14 | 11 | | | | |
| | | | | крупа рисовая | 35 | 35 | | | | | 46 | 46 | | | | |
| 494 | Чай с лимоном | 200 | 200 | чай | 1 | 1 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61,0 | 1 | 1 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61,0 |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| | | | | лимон | 8 | 7 | | | | | 8 | 7 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60 | 60 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 118,00 |
| 101 | Сыр твердый | 13,5 | 20 | сыр твердый | 13,7 | 13,5 | 2,6 | 2,6 | 0,0 | 35,6 | 21 | 20 | 3,8 | 3,8 | 0,0 | 52,6 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | **22,3** | **19,9** | **75,6** | **572,4** | | | **25,0** | **21,7** | **85,8** | **602,6** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 106 | Овощи свежие порционн. | 100 | 100 | помидор свежий | 107 | 100 | 1,2 | 0,2 | 3,8 | 24,0 | 107 | 100 | 1,2 | 0,2 | 3,8 | 24,0 |
| 131, 357 | Свекольник с курицей | 200/15 | 250/25 | свекла | 64 | 51,2 | 5,7 | 6,9 | 22,1 | 146,0 | 80 | 64 | 8,0 | 8,5 | 22,2 | 170,0 |
| | | | | картофель | 46 | 34,4 | | | | | 57,5 | 43 | | | | |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 12,5 | 10 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 10,8 | 9 | | | | | 13,5 | 11,3 | | | | |
| | | | | томат пюре | 2,5 | 2,5 | | | | | 3,3 | 3,3 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | куры Ікатегории | 24 | 15 | | | | | 40,0 | 25,0 | | | | |
| 401, 442 | Печень говяжья по-строгоновски | 100/50 | 120/50 | печень говяжья | 106,2 | 88,2 | 14,6 | 24,6 | 3,5 | 189,0 | 127,0 | 106,0 | 17,9 | 30,0 | 4,2 | 231,0 |
| | | | | масло растительное | 7 | 7 | | | | | 8,5 | 8,5 | | | | |
| | | | | ***СМЕТАННЫЙСОУС:*** | | **50** | | | | | | **50** | | | | |
| | | | | мука | 1,3 | 1,3 | | | | | 1,3 | 1,3 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 1,2 | 1,2 | | | | | 1,2 | 1,2 | | | | |
| | | | | сметана | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 | крупа гречневая | 59 | 59 | 7,0 | 6,7 | 42,5 | 250,0 | 70 | 70 | 8,4 | 8,0 | 51,0 | 300,0 |
| | | | | масло сливочное | 7 | 7 | | | | | 8 | 8 | | | | |
| 505 | Кисель из свежих ягод | 200 | 200 | ягоды свежие | 25 | 24 | 0,2 | 0,1 | 21,5 | 87 | 25 | 24 | 0,2 | 0,1 | 21,5 | 87 |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 505 | Киселв из свежих ягод | | | крахмал картофельн. | 6 | 6 | | | | | 6 | 6 | | | | |
| | | | | вода | 180 | 180 | | | | | 180 | 180 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *3,8* | *24,5* | *117,5* | 60 | 60 | *4,60* | *0,50* | *29,50* | *141,00* |
| 109 | Хлеб ржаной | 40 | 70 | хлеб ржаной | 40 | 40 | *2,5* | *0,4* | *13,2* | *69,2* | 70 | 70 | *4,60* | *0,80* | *23,40* | *122,00* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***35,0*** | ***42,7*** | ***131,1*** | ***882,7*** | | | ***44,9*** | ***48,1*** | ***155,6*** | ***1075,0*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***57,3*** | ***62,6*** | ***206,7*** | ***1455,1*** | | | ***69,9*** | ***69,8*** | ***241,4*** | ***1677,6*** |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 69 | Салат овощной с зеленым горошком | 100 | 100 | картофель | 62,0 | 45,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 32,0 | 25,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | зеленый горошек | 26,0 | 17,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | яйцо | 8,0 | 8,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 6,0 | 6,0 | | | | | | | | | | |
| 17 | Салат из свежих огурцов | 100 | 100 | огурцы свежие | 114,0 | 91,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10,0 | 10,0 | | | | | | | | | | |
| 405 | Курица в соусе с томатом | 100 | 100 | филе куриное | 79,0 | 79,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 5,4 | 5,4 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 5,6 | 4,5 | | | | | | | | | | |
| | | | | томат | 1,7 | 1,7 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 1,1 | 1,1 | | | | | | | | | | |
| | | | | сметана | 3,0 | 3,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 5,6 | 4,5 | | | | | | | | | | |
| 381 | Котлета мясная | 100 | 100 | мясо свинина | 86,0 | 86,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 19,0 | 19,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | сухари | 11,0 | 11,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 7,0 | 7,0 | | | | | | | | | | |
| 291 | Макаронные изделия отварные | 180 | 180 | макаронные изделия | 61,2 | 61,2 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,10 | 8,10 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное меню

### 9 день

| № тк | наименование блюда | возраст | | наименование продуктов | Возрастная категория 7-11 лет | | | | | | Возрастная категория 12 лет и старше | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗАВТРАК | 7-11 лет | 12 и стар. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 106 | Овощи свежие порцион. | 50 | 50 | помидор свежий | 54 | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 | 53,5 | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 |
| 296 | Макаронные изделия запеченные с сыром | 150 | 200 | макаронные изделия | 50 | 50 | 6,7 | 5,4 | 29,3 | 193,5 | 66 | 66 | 9,2 | 7,2 | 39,0 | 258,0 |
| | | | | сыр | 5,0 | 4,5 | | | | | 6,6 | 6 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 22,5 | 2,5 | | | | | 3 | 3 | | | | |
| | | | | масса полуфабрикатов | | **167** | | | | | | **222** | | | | |
| | | | | масло сливочное | 5 | 5 | | | | | 5,0 | 5,0 | | | | |
| 495 | Чай с молоком | 200 | 200 | чай- заварка | 1 | 50 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | 1 | 50 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 |
| | | | | молоко | 50 | 50 | | | | | 50 | 50 | | | | |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40,0 | 40,0 | 3,0 | 1,2 | 20,5 | 104,8 | 60,0 | 60,0 | 4,5 | 1,8 | 30,7 | 71,0 |
| 105 | Сливочное масло | 10 | 10 | сливочное масло | 10 | 10 | 0,01 | 8,2 | 0,0 | 74,8 | 10 | 10 | 0,01 | 8,2 | 0,0 | 74,8 |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 | 140 | 140 | 0,5 | 0,5 | 13,7 | 66,2 |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | ***12,3*** | ***16,7*** | ***81,3*** | ***532,3*** | | | ***16,3*** | ***19,1*** | ***101,2*** | ***563,0*** |
| | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 73 | Салат картофельный с кукурузой и морковью | 60 | 100 | картофель | 20,8 | 15 | 1,8 | 4,1 | 13,2 | 97,2 | 34,7 | 25 | 3,1 | 6,9 | 22,0 | 162,0 |
| | | | | кукуруза консервированная | 25 | 15 | | | | | 41,6 | 25 | | | | |
| | | | | морковь | 18,8 | 15 | | | | | 31,4 | 25 | | | | |
| | | | | огурцы свежие | 15 | 12 | | | | | 25 | 20 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6,5 | 6,5 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| 144, 404 | Суп картофельный с бобовыми с курицей | 200/15 | 250/25 | горох | 16,2 | 16 | 5,3 | 5,8 | 12,2 | 152,0 | 20,3 | 20 | 8,0 | 8,3 | 15,3 | 205,0 |
| | | | | картофель | 66,6 | 50 | | | | | 83,3 | 62,5 | | | | |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 12,5 | 10 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 12,2 | 10 | | | | | 15,3 | 12,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| 369 | Жаркое по-домашнему | 230 | 230 | мясо | 151 | 111 | 23,9 | 21,3 | 15,2 | 333,6 | 151 | 111 | 23,9 | 21,3 | 15,2 | 333,6 |
| | | | | картофель | 168 | 125 | | | | | 168 | 125 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 21 | 18 | | | | | 21,0 | 18 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,5 | 8,5 | | | | | 8,5 | 8,5 | | | | |
| | | | | томатное пюре | 8,4 | 8,4 | | | | | 8,4 | 8,4 | | | | |
| 508 | Компот из смеси | 200 | 200 | сухофрукты | 25 | 30,5 | 0,5 | 0,0 | 27,0 | 110,0 | 25 | 30,5 | 0,5 | 0,0 | 27,0 | 110,0 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 508 | сухофруктов | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,6* | *0,5* | *29,5* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 75 | 75 | *4,90* | *0,85* | *25,00* | *130,7* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***38,6*** | ***32,2*** | ***108,9*** | ***897,3*** | | | ***45,0*** | ***37,9*** | ***134,0*** | ***1082,3*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***50,9*** | ***48,9*** | ***190,2*** | ***1429,6*** | | | ***61,3*** | ***57,0*** | ***235,2*** | ***1645,3*** |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 76 | Винегрет овощной | 100 | | картофель | 29,4 | 22 | | | | | | | | | | |
| | | | | свекла | 19 | 15 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 13 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | огурцы соленые | 38 | 30 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 18 | 15 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 7 | Салат из моркови | 100 | | марковь | 110 | 88 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| 412 | Котлеты из кур припущенные | 70 | | филе кур | 52 | 52 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 13 | 13 | | | | | | | | | | |
| 349 | Тефтели рыбные | 100 | | филе минтая | 45 | 45 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 9,3 | 9,3 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 11 | 9,3 | | | | | | | | | | |
| | | | | яйца | 4 | 4,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 5,6 | 5,6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 5 | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | соус белый | 30 | 30 | | | | | | | | | | |
| 423 | Капуста тушеная | 180 | | капуста белокочанная | 236,34 | 189 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,1 | 8 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 13,86 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 12,78 | 11 | | | | | | | | | | |
| | | | | томатное пюре | 14,4 | 14 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 2,2 | 2,2 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 5,4 | 5,4 | | | | | | | | | | |
| 150/т | Зразы картофельные | 100 | | картофель | 124 | 93 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 24 | 20 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 19 | 15 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | сухари | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | соль | 1,24 | 1,24 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное меню

### 10 ДЕНЬ

| № тк | Наименование блюда | Возраст | | Наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12-18 лет | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **ЗАВТРАК** | 7-11 лет | 12л.-18л. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 266 | Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" молочная жидкая | 150 | 200 | крупа "Геркулес" | 23 | 23 | *4,5* | *6,7* | *47,7* | *172,5* | 31 | 31 | *6,0* | *9,0* | *53,0* | *230,0* |
| | | | | молоко | 90 | 90 | | | | | 120 | 120 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| 321 | Сырник из творога | 50 | 85 | творог | 40,0 | 39,7 | *8,0* | *6,1* | *10,3* | *128,6* | 68,0 | 67,5 | *12,0* | *9,3* | *15,5* | *193,0* |
| | | | | крупа манная | 3,7 | 3,7 | | | | | 5,5 | 5,5 | | | | |
| | | | | яйца 48,0 | 2 | 1,5 | | | | | 2,8 | 2,5 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | сметана | 1,7 | 1,7 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | ванилин | 0 | 0 | | | | | 0 | 0 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 2 | 2 | | | | | 3 | 3 | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 4 | 4 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | повидло | 10 | 10 | | | | | 10 | 10 | | | | |
| 496 | Какао с молоком | 200 | 200 | какао порошок | 3 | 3 | *3,6* | *3,3* | *25,0* | *144,0* | 3 | 3 | *3,6* | *3,3* | *25,0* | *144,0* |
| | | | | молоко | 100 | 100 | | | | | 100 | 100 | | | | |
| | | | | сахар | 15 | 15 | | | | | 15 | 15 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | *3,0* | *1,2* | *20,5* | *104,8* | 60 | 60 | *4,5* | *1,8* | *30,7* | *118,0* |
| 112 | Фрукт свежий | 140 | 140 | яблоко свежее | 140 | 140 | *0,5* | *0,5* | *13,7* | *66,2* | 140 | 140 | *0,5* | *0,5* | *13,7* | *66,2* |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | ***19,60*** | ***17,76*** | ***117,20*** | ***616,10*** | | | ***26,6*** | ***23,9*** | ***137,9*** | ***751,2*** |
| | | | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | |
| 75 | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60 | 100 | картофель | 41 | 29,4 | *1,1* | *3,7* | *5,3* | *59,4* | 68,1 | 49 | *1,8* | *6,2* | *8,9* | *99,0* |
| | | | | горошек консервиров. | 15,7 | 10,2 | | | | | 26,2 | 17 | | | | |
| | | | | огурцы консервиров. | 18 | 14,4 | | | | | 30 | 24 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 3,6 | 3 | | | | | 6 | 5 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | 6,5 | 6,5 | | | | |
| 156, 404 | Суп лапша домашяя с курицей | 250/15 | 250/25 | лапша | | **24** | *6,1* | *8,3* | *14* | *152* | | **24** | *8,4* | *9,9* | *14,1* | *176* |
| | | | | мука | 21,5 | 21,5 | | | | | 21,5 | 21,5 | | | | |
| | | | | яйцо | 5,75 | 5 | | | | | 5,75 | 5 | | | | |
| | | | | вода | 3,5 | 3,5 | | | | | 3,5 | 3,5 | | | | |
| | | | | лук | 12 | 10 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 5 | 5 | | | | | 5 | 5 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| 341 | Рыба, запеченная с яйцом | 100 | 120 | филе минтая | 92 | 87 | *14,4* | *9,1* | *9,1* | *175,0* | 110,4 | 104,4 | *17,2* | *10,9* | *10,9* | *210,0* |
| | | | | мука пшеничная | 5 | 5 | | | | | 6,0 | 6,0 | | | | |
| | | | | масло растительное | 6,5 | 6,5 | | | | | 7,5 | 7,5 | | | | |
| | | | | яйца 48,0 | 12 | 10 | | | | | 14,4 | 12,0 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 10,5 | 8,8 | | | | | 12,6 | 10,6 | | | | |
| 440 | Сложный гарнир | 150 | 180 | картофель | 85 | 63 | *3,1* | *5,7* | *31,8* | *131* | 102 | 75,6 | *3,70* | *6,80* | *38,10* | *157,2* |
| | | | | молоко | 12,0 | 12,0 | | | | | 14 | 14 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3,3 | 3,3 | | | | | 3,6 | 3,6 | | | | |
| | | | | **картофельное пюре** | | **75,0** | | | | | | **90,0** | | | | |
| | | | | капуста белокоч. | 85,0 | 63,0 | | | | | 102,0 | 75,6 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 3,3 | 3,3 | | | | | 3,6 | 3,6 | | | | |
| | | | | морковь | 4,0 | 3,0 | | | | | 4,8 | 3,6 | | | | |
| | | | | лук | 5,0 | 4,5 | | | | | 6,0 | 5,4 | | | | |
| | | | | томат пюре | 6 | 6 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | мука | 0,9 | 0,9 | | | | | 1,1 | 1,1 | | | | |
| | | | | **капуста тушеная** | | **75,0** | | | | | | **90,0** | | | | |
| 518 | Сок фруктовый | 200 | 200 | Сок яблочный | 200 | 200 | *1,0* | *0,0* | *0,0* | *110,0* | 200 | 200 | *1,0* | *0,0* | *0,0* | *110,0* |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,6* | *0,5* | *29,5* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 70 | 70 | *4,6* | *0,8* | *23,4* | *122,0* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***32,80*** | ***24,10*** | ***96,20*** | ***772,50*** | | | ***41,3*** | ***28,9*** | ***116,0*** | ***916,2*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***52,40*** | ***41,86*** | ***213,40*** | ***1388,60*** | | | ***67,9*** | ***52,8*** | ***253,9*** | ***1667,4*** |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | Салат из свежих помидор | 100 | 100 | помидоры свежие | 108,0 | 91,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10,0 | 10,0 | | | | | | | | | | |
| 44 | Салат из капусты и свеклы | 100 | 100 | капуста белокочанная | 74,0 | 59,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | свекла | 48,0 | 35,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 7,0 | 7,0 | | | | | | | | | | |
| 381 | Котлета мясная | 100 | 100 | мясо свинина | 86,0 | 86,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 19,0 | 19,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | сухари | 11,0 | 11,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 7,0 | 7,0 | | | | | | | | | | |
| | | 70 | 70 | мясо свинина | 44,0 | 44,0 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 390 | Тефтели мясные с рисом "Ежики" | | | крупа рис | 6,0 | 6,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 24,5 | 21,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 5,0 | 5,0 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 10,0 | 10,0 | | | | | | | | | | |
| 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 180 | крупа гречневая | 82,8 | 82,8 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8,1 | 8,1 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное меню

### 11 ДЕНЬ

| № тк | Наименование блюда | Возраст | | Наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12-18 лет | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **ЗАВТРАК** | 7-11 лет | 12л.-18л. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 307 | Омлет натуральный | 60 | 80 | яйцо 48,0 | 48 | 40 | *5,6* | *8,7* | *1,5* | *106,0* | 64 | 53,3 | *7,4* | *11,6* | *2* | *141,3* |
| | | | | молоко | 25 | 25 | | | | | 33 | 33 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 2,5 | 2,5 | | | | | 3,5 | 3,5 | | | | |
| 264 | Каша пшеничная молочная | 150 | 200 | крупа пшеничная | 23 | 23 | *5,5* | *5,6* | *23,4* | *187,7* | 30 | 30 | *7,4* | *7,4* | *36,5* | *250,0* |
| | | | | молоко | 100 | 100 | | | | | 130 | 130 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 200 | чай | 1 | 1 | *0,1* | *0,0* | *15,0* | *60,0* | 1 | 1 | *0,10* | *0,00* | *15,00* | *60,00* |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | *3,0* | *1,2* | *20,5* | *104,8* | 60 | 60 | *4,5* | *1,8* | *30,7* | *118,0* |
| 112 | Фрукт свежий | 80 | 80 | яблоко свежее | 140 | 140 | *0,5* | *0,5* | *13,7* | *66,2* | 140 | 140 | *0,5* | *0,5* | *13,7* | *66,2* |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | ***14,70*** | ***15,96*** | ***74,10*** | ***524,70*** | | | ***19,90*** | ***21,30*** | ***97,90*** | ***635,50*** |
| | | | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Салат из помидоров и огурцов | 60 | 100 | помидоры свежие | 34,2 | 28,8 | *0,5* | *3,1* | *2,1* | *38,4* | 57 | 48 | *0,9* | *5,1* | *3,6* | *64,0* |
| | | | | огурцы свежие | 26,4 | 21,0 | | | | | 44 | 35 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 8,5 | 7,2 | | | | | 14 | 12 | | | | |
| | | | | масло растительное | 5,5 | 5,5 | | | | | 6 | 6 | | | | |
| 144, 404 | Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей | 200/15 | 250/25 | макаронные изделия | 10,0 | 10,0 | *8,8* | *8,2* | *12,3* | *188,0* | 13 | 13 | *13,9* | *12,3* | *15,4* | *265,0* |
| | | | | картофель | 80,0 | 50,0 | | | | | 100 | 75 | | | | |
| | | | | морковь | 10 | 8 | | | | | 12,5 | 10 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | лук репчатый | 12 | 10 | | | | | 15,3 | 12,5 | | | | |
| | | | | масло сливочное | 2 | 2 | | | | | 2,5 | 2,5 | | | | |
| | | | | куры Ікатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| 381 | Котлета мясная | 100 | 100 | говядина | 116 | 86 | *17,8* | *17,5* | *14,3* | *286,0* | 116 | 86 | *17,8* | *17,5* | *14,3* | *286,0* |
| | | | | хлеб | 16 | 16 | | | | | 16 | 16 | | | | |
| | | | | молоко | 23 | 23 | | | | | 23 | 23 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 7 | 7 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | 150 | 180 | картофель | 64,5 | 48 | *3,0* | *13,0* | *14,0* | *191,0* | 77,4 | 57,6 | *4,1* | *14,9* | *16,7* | *217,8* |
| | | | | морковь | 30 | 24 | | | | | 36 | 28,8 | | | | |
| | | | | капуста белокачан. | 37,5 | 30 | | | | | 45 | 36 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 196, 442 | Рагу из овощей с кабачками | | | кабачки | 36 | 24 | | | | | 43,2 | 28,8 | | | | |
| | | | | горошек консервир. | 11,3 | 7,5 | | | | | 13,5 | 9,0 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 6 | 6 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | ***СМЕТАННЫЙСОУС:*** | | ***50*** | | | | | | ***50*** | | | | |
| | | | | мука | 1,3 | 1,3 | | | | | 1,3 | 1,3 | | | | |
| | | | | сливочное масло | 1,2 | 1,2 | | | | | 1,2 | 1,2 | | | | |
| | | | | сметана | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 505 | Кисель из свежих ягод | 200 | 200 | ягоды свежие | 25 | 24 | *0,2* | *0,1* | *21,5* | *87,0* | 25 | 24 | *0,2* | *0,1* | *21,5* | *87* |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| | | | | крахмал картофельн. | 6 | 6 | | | | | 6 | 6 | | | | |
| | | | | вода | 180 | 180 | | | | | 180 | 180 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 50 | хлеб пшеничный | 40 | 40 | *3,0* | *0,3* | *19,6* | *94,0* | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 70 | 70 | *4,6* | *0,8* | *23,4* | *122,0* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***36,60*** | ***42,80*** | ***100,50*** | ***971,40*** | | | ***45,30*** | ***51,10*** | ***119,52*** | ***1159,3*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | *51,30* | *58,76* | *174,60* | *1496,10* | | | *65,2* | *72,4* | *217,4* | *1794,8* |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | Салат из капусты и свеклы | 100 | 100 | капуста белокочанная | 74 | 59 | | | | | | | | | | |
| | | | | свекла | 48 | 35 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 7 | 7 | | | | | | | | | | |
| 390 | Тефтели мясные с рисом "Ежики" | 70 | 70 | мясо свинина | 44 | 44 | | | | | | | | | | |
| | | | | крупа рис | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 25 | 21 | | | | | | | | | | |
| | | | | мука пшеничная | 5 | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 180 | крупа гречневая | 83 | 83 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8 | 8 | | | | | | | | | | |
| 55 | салат из свеклы с сыром | 100 | | свекла | 115 | 84 | | | | | | | | | | |
| | | | | сыр твердый | 8 | 7 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 17 | салат из свежих огурцов | 100 | | огурцы свежие | 114 | 91 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 412 | котлеты из кур припущенные | 70 | | филе кур | 52 | 52 | | | | | | | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный | 13 | 13 | | | | | | | | | | |
| 415 | рис припущенный | 180 | | крупа рисовая | 62 | 62 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 419 | рис пропущенный | | | масло сливочное | 8,10 | 8,10 | | | | | | | | | | |

## Двенадцатидневное меню

### 12 ДЕНЬ

| № тк | Наименование блюда | Возраст | | Наименование продуктов | возрастная категория 7-11 лет | | | | | | возрастная категория 12-18 лет | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **ЗАВТРАК** | 7-11 лет | 12л.-18л. | | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал | брутто | нетто | б | ж | у | Ккал |
| 300 | Яйцо вареное | 1шт | 1шт | яйцо | 48 | 40 | *2,5* | *2,3* | *0,15* | *31,5* | 48 | 40 | *2,5* | *2,3* | *0,15* | *31,5* |
| | | 150 | 200 | крупа | 30 | 30 | *4,6* | *5,5* | *27,7* | *180* | 30 | 30 | *6,2* | *7,4* | *37* | *240* |
| | | | | молоко | 100 | 100 | | | | | 130 | 130 | | | | |
| | | | | сахар | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| 265 | Каша кукурузная молочная | | | сливочное масло | 3,5 | 3,5 | | | | | 4,5 | 4,5 | | | | |
| | | 200 | 200 | чай- заварка | 1 | 50 | *1,5* | *1,3* | *15,9* | *81* | 1 | 50 | *1,5* | *1,3* | *15,9* | *81* |
| | | | | молоко | 50 | 50 | | | | | 50 | 50 | | | | |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 495 | Чай с молоком | | | вода | 180 | 180 | | | | | 180 | 180 | | | | |
| 111 | Батон нарезной | 40 | 60 | батон нарезной | 40 | 40 | *3,0* | *1,2* | *20,5* | *104,8* | 60 | 60 | *4,5* | *1,8* | *30,7* | *118,0* |
| 101 | Сыр твердый | 13,5 | 20 | сыр твердый | 13,7 | 13,5 | *2,6* | *2,6* | *0,0* | *35,6* | 21 | 20 | *3,8* | *3,8* | *0,0* | *52,6* |
| 112 | Фрукт свежий | 115 | 115 | яблоко свежее | 115 | 115 | *0,4* | *0,4* | *11,2* | *54,3* | 115 | 115 | *0,4* | *0,4* | *11,2* | *54,3* |
| | ***ИТОГО ЗАВТРАК*** | | | | | | ***14,60*** | ***13,26*** | ***75,45*** | ***487,20*** | | | ***18,90*** | ***17,00*** | ***94,95*** | ***577,40*** |
| | | | **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | |
| 106 | Овощи свежие порционн. | 100 | 100 | помидор свежий | 107 | 100 | *1,2* | *0,2* | *3,8* | *24,0* | 107 | 100 | *1,2* | *0,2* | *3,8* | *24,0* |
| | | 200/15 | 250/25 | капуста белокочанная | 20 | 16 | *4,9* | *6,4* | *8,6* | *148,0* | 25 | 20 | *7,6* | *9,0* | *10,9* | *200,0* |
| | | | | свекла | 40 | 32 | | | | | 50 | 40 | | | | |
| | | | | картофель | 21 | 16 | | | | | 26,8 | 20 | | | | |
| | | | | морковь | 13 | 10 | | | | | 15,8 | 12,5 | | | | |
| 128, 357 | Борщ с капустой и картофелем с курицей | | | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | 12 | 10 | | | | |
| | | | | томат пюре | 6 | 6 | | | | | 7,5 | 7,5 | | | | |
| | | | | масло растительное | 4,5 | 4,5 | | | | | 5 | 5 | | | | |
| | | | | специи | 1 | 1 | | | | | 1 | 1 | | | | |
| | | | | куры Iкатегории | 24 | 15 | | | | | 40 | 25 | | | | |
| | | 120 | 160 | рыба | 126 | 115 | *11,40* | *6,10* | *5,70* | *142,20* | 126 | 115 | *15,20* | *8,20* | *7,60* | *163,00* |
| | | | | морковь | 32 | 25 | | | | | 32 | 25 | | | | |
| 343 | Рыба тушеная с овощами в томате | | | лук репчатый | 17 | 14 | | | | | 17 | 14 | | | | |
| | | | | томат пюре | 9 | 9 | | | | | 9 | 9 | | | | |
| | | | | масло растительное | 7 | 7 | | | | | 7 | 7 | | | | |
| | | | | масса тушеной рыбы | | **50** | | | | | | **90** | | | | |
| 426 | Картофель отварной | 150 | 180 | картофель | 198 | 148 | *2,8* | *7,3* | *19* | *183* | 237 | 178,2 | *3,40* | *8,80* | *22,80* | *220,0* |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 420 | Картофель отварной | | | масло сливочное | 6 | 6 | | | | | 7,5 | 7,5 | | | | |
| 508 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | сухофрукты | 25 | 30,5 | *0,5* | *0,0* | *27,0* | *110,0* | 25 | 30,5 | *0,5* | *0,0* | *27,0* | *110,0* |
| | | | | сахар | 13 | 13 | | | | | 13 | 13 | | | | |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 60 | хлеб пшеничный | 50 | 50 | *3,8* | *0,4* | *24,6* | *117,5* | 60 | 60 | *4,6* | *0,5* | *29,5* | *141,0* |
| 109 | Хлеб ржаной | 50 | 70 | хлеб ржаной | 50 | 50 | *3,3* | *0,6* | *16,7* | *87,0* | 70 | 70 | *4,6* | *0,8* | *23,4* | *122,0* |
| | ***ИТОГО ОБЕД*** | | | | | | ***27,90*** | ***21,00*** | ***105,40*** | ***811,70*** | | | ***37,10*** | ***27,50*** | ***124,96*** | ***980,00*** |
| | ***ВСЕГО ЗА ДЕНЬ*** | | | | | | ***42,50*** | ***34,26*** | ***180,85*** | ***1298,90*** | | | ***56,0*** | ***44,5*** | ***219,9*** | ***1557,4*** |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 180 | крупа гречневая | 83 | 83 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 8 | 8 | | | | | | | | | | |
| 73 | Салат картофельный с кукурузой | | 100 | картофель | 34,7 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | кукуруза консервир. | 41,6 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 31,4 | 25 | | | | | | | | | | |
| | | | | огурцы свежие | 25 | 20 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежей капусты | | 100 | капуста белокочанн. | 156 | 125 | | | | | | | | | | |
| | | | | морковь | 13 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | | | | | |
| | | | | сахар | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | лимонная кислота | 6 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | |
| 395 | Сосиски отварные | | 60 | сосиски | 62 | 60 | | | | | | | | | | |
| 242 | Каша перловая рассыпчатая | | 180 | крупа перловая | 60 | 60 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 9 | 9 | | | | | | | | | | |
| 372 | Голубцы ленивые | | 100 | мясо свинина | 40 | 40 | | | | | | | | | | |
| | | | | крупа рисовая | 5 | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | лук репчатый | 7 | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | масло сливочное | 3 | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | капуста белокочанная | 75 | 60 | | | | | | | | | | |

## Расчет пищевых веществ и энергии за 12 дней

| день | возраст | завтрак | | | | обед | | | | итого в день | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | б | ж | у | Ккаал | б | ж | у | Ккаал | б | ж | у | Ккал |
| 1 | 7-11л | 36,80 | 27,66 | 65,10 | 658,40 | 41,17 | 29,60 | 115,70 | 914,70 | 77,97 | 57,26 | 180,80 | 1573,10 |
| | 12-18л | 39,70 | 29,70 | 75,30 | 730,50 | 49,80 | 30,35 | 141,00 | 1089,70 | 89,50 | 60,05 | 216,30 | 1820,20 |
| 2 | 7-11л | 11,00 | 13,66 | 77,90 | 484,50 | 34,10 | 34,30 | 93,92 | 876,10 | 45,10 | 47,96 | 171,82 | 1360,60 |
| | 12-18л | 13,90 | 17,30 | 94,40 | 554,20 | 39,80 | 41,30 | 117,82 | 957,50 | 53,70 | 58,60 | 212,22 | 1511,70 |
| 3 | 7-11л | 25,50 | 17,33 | 81,70 | 593,70 | 24,23 | 30,54 | 72,5 | 792,9 | 49,73 | 47,87 | 154,20 | 1386,60 |
| | 12-18л | 32,25 | 21,70 | 97,50 | 725,20 | 23,40 | 28,30 | 92,56 | 819,50 | 55,65 | 50,00 | 190,06 | 1544,70 |
| 4 | 7-11л | 16,20 | 17,86 | 82,60 | 558,20 | 33,50 | 30,00 | 117,60 | 851,70 | 49,70 | 47,86 | 200,20 | 1409,90 |
| | 12-18л | 23,30 | 23,70 | 105,70 | 689,60 | 40,60 | 35,50 | 121,96 | 946,00 | 63,90 | 59,20 | 227,66 | 1635,60 |
| 5 | 7-11л | 18,55 | 15,56 | 81,50 | 526,00 | 32,50 | 25,10 | 93,00 | 861,00 | 51,05 | 40,66 | 174,50 | 1417,90 |
| | 12-18л | 23,90 | 19,90 | 101,80 | 627,20 | 38,80 | 31,95 | 101,06 | 953,80 | 62,70 | 51,85 | 202,86 | 1622,20 |
| 6 | 7-11л | 15,40 | 14,46 | 63,35 | 465,60 | 31,67 | 40,70 | 104,20 | 924,20 | 47,07 | 55,16 | 167,55 | 1389,80 |
| | 12-18л | 20,30 | 18,80 | 82,55 | 569,30 | 41,47 | 51,80 | 129,20 | 1153,10 | 61,77 | 70,60 | 211,75 | 1722,40 |
| 7 | 7-11л | 20,51 | 24,96 | 83,90 | 595,80 | 28,90 | 22,40 | 117,90 | 778,40 | 49,41 | 47,36 | 201,80 | 1374,20 |
| | 12-18л | 26,65 | 35,20 | 105,58 | 748,90 | 23,63 | 26,07 | 135,76 | 846,40 | 50,28 | 61,27 | 241,34 | 1595,30 |
| 8 | 7-11л | 22,30 | 19,86 | 75,60 | 572,40 | 35,00 | 42,70 | 131,10 | 882,70 | 57,30 | 62,56 | 206,70 | 1455,10 |
| | 12-18л | 25,20 | 21,90 | 85,80 | 605,30 | 44,90 | 48,11 | 155,56 | 1075,00 | 70,10 | 70,01 | 241,36 | 1680,30 |
| 9 | 7-11л | 12,25 | 12,56 | 81,30 | 494,90 | 38,60 | 32,20 | 108,90 | 897,30 | 50,85 | 44,76 | 190,20 | 1392,20 |
| | 12-18л | 16,25 | 15,00 | 101,20 | 525,60 | 45,10 | 37,85 | 133,96 | 1082,30 | 61,35 | 52,85 | 235,16 | 1607,90 |
| 10 | 7-11л | 19,60 | 17,76 | 117,20 | 616,10 | 32,75 | 24,05 | 96,20 | 772,50 | 52,35 | 41,81 | 213,40 | 1388,60 |
| | 12-18л | 26,60 | 23,90 | 137,90 | 751,20 | 41,25 | 28,85 | 115,96 | 916,20 | 67,85 | 52,75 | 253,86 | 1667,40 |
| 11 | 7-11л | 14,70 | 15,96 | 74,10 | 524,70 | 33,60 | 40,70 | 100,60 | 935,50 | 48,30 | 56,70 | 174,70 | 1460,20 |
| | 12-18л | 19,90 | 21,30 | 97,90 | 635,50 | 39,50 | 47,10 | 119,40 | 1099,30 | 59,40 | 68,40 | 217,30 | 1734,80 |
| 12 | 7-11л | 14,60 | 13,26 | 75,45 | 487,20 | 27,90 | 21,00 | 105,40 | 811,70 | 42,50 | 34,26 | 180,85 | 1298,90 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 12 | 12-18л | 18,90 | 17,00 | 94,95 | 577,40 | 37,10 | 27,50 | 124,96 | 980,00 | 56,00 | 44,50 | 219,91 | 1557,40 |
| **средний показатель** | **7-11л** | | | | | | | | | ***44,14*** | ***45,66*** | ***198,27*** | ***1401,33*** |
| | **12-18л** | | | | | | | | | ***53,07*** | ***52,69*** | ***206,03*** | ***1607,17*** |
| **норма** | **7-11л** | | | | | | | | | ***46,2*** | ***47,4*** | ***201*** | ***1410*** |
| | **12-18л** | | | | | | | | | ***54,00*** | ***55,20*** | ***230,00*** | ***1632,00*** |

# Ведомость контроля за рационом питания 7лет-11 лет

| № п/п | наименование группы продуктов | возраст | норма продуктов в граммах (нетто) 60% | | фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного человека | | | | | | | | | | | | итого за 12 дней | среднее за 1 день |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | в день | за 12дней | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | | |
| 1 | хлеб пшеничный | 7-11л | 90,00 | 1080,00 | 90,0 | 93,0 | 90,0 | 90,0 | 90,0 | 76,5 | 98,0 | 90,0 | 90,0 | 90,0 | 96,0 | 90,0 | 1083,50 | 90,29 |
| 2 | хлеб ржаной | 7-11л | 48,00 | 576,00 | 50,0 | 50,0 | 40,0 | 50,0 | 50,0 | 50,0 | 50,0 | 40,0 | 50,0 | 50,0 | 50,0 | 50,0 | 580,00 | 48,33 |
| 3 | мука | 7-11л | 9,00 | 108,00 | 28,7 | 5,1 | 10,8 | 7,6 | 10,2 | 3,8 | 2,5 | 1,3 | 0,0 | 31,4 | 1,3 | 0,0 | 102,70 | 8,56 |
| 4 | крупа | 7-11л | 27,00 | 324,00 | 0,0 | 19,0 | 48,0 | 26,7 | 41,0 | 27,0 | 29,8 | 94,0 | 16,0 | 26,7 | 23,0 | 23,0 | 374,20 | 31,18 |
| 5 | макароны | 7-11л | 9,00 | 108,00 | 50,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 50,0 | 0,0 | 10,0 | | 110,00 | 9,17 |
| 6 | картофель | 7-11л | 112,00 | 1344,00 | 24,0 | 80,0 | 166,7 | 160,0 | 177,0 | 131,0 | 173,4 | 34,4 | 190,0 | 92,4 | 60,0 | 164,0 | 1452,90 | 121,08 |
| 7 | овощи | 7-11л | 168,00 | 2016,00 | 117,0 | 275,8 | 185,0 | 177,0 | 131,4 | 129,9 | 115,5 | 237,3 | 136,4 | 122,9 | 160,5 | 220,0 | 2008,70 | 167,39 |
| 8 | фрукты | 7-11л | 111,00 | 1332,00 | 24,0 | 140,0 | 140,0 | 140,0 | 140,0 | 30,0 | 180,0 | 31,0 | 140,0 | 140,0 | 100,0 | 115,0 | 1320,00 | 110,00 |
| 9 | сухофрукты | 7-11л | 9,00 | 108,00 | 0,0 | 20,0 | 0,0 | 25,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 25,0 | 0,0 | | 25,0 | 95,00 | 7,92 |
| 10 | мясо | 7-11л | 42,00 | 504,00 | | 83,0 | 36,0 | 79,0 | 48,5 | 60,0 | | | 111,0 | 0,0 | | 86,0 | 503,50 | 41,96 |
| 11 | птица | 7-11л | 21,00 | 252,00 | 15,0 | | 15,0 | 15,0 | 15,0 | | 15,0 | 110,0 | 15,0 | 15,0 | 15,0 | 15,0 | 245,00 | 20,42 |
| 12 | рыба | 7-11л | 34,80 | 417,60 | | | 88,0 | | 85,0 | 32,0 | 67,0 | | | 87,0 | | 62,0 | 421,00 | 35,08 |
| 13 | субпродукты (печень) | 7-11л | 18,00 | 216,00 | 127,8 | | | | | | | 88,2 | | | | | 216,00 | 18,00 |
| 14 | молоко | 7-11л | 180,00 | 1800,00 | 80,0 | 295,0 | 60,0 | 80,0 | 100,0 | 201,0 | 139,0 | 0,0 | 50,0 | 202,0 | 148,0 | 150,0 | 1505,00 | 125,42 |
| 15 | творог | 7-11л | 30,00 | 360,00 | 156,0 | | | 39,7 | | | 55,8 | | | 39,7 | | | 291,20 | 24,27 |
| 16 | сыр | 7-11л | 6,00 | 72,00 | 13,5 | | 13,5 | 0,0 | 0,0 | 13,5 | 0,0 | 13,5 | 4,5 | 0,0 | | 13,5 | 72,00 | 6,00 |
| 17 | сметана | 7-11л | 6,00 | 72,00 | 13,0 | 0,0 | 13,0 | 0,0 | 0,0 | 18,0 | 2,0 | 13,0 | 0,0 | 1,7 | | 13,0 | 73,70 | 6,14 |
| 18 | масло сливочное | 7-11л | 18,00 | 216,00 | 17,7 | 23,5 | 12,7 | 17,0 | 19,1 | 21,2 | 27,0 | 11,2 | 24,0 | 12,1 | 22,2 | 9,5 | 217,20 | 18,10 |
| 19 | масло растительн. | 7-11л | 9,00 | 108,00 | 10,0 | 6,0 | 16,0 | 10,5 | 6,0 | 6,0 | 10,5 | 7,0 | 6,5 | 12,5 | 5,5 | 11,5 | 108,00 | 9,00 |
| 20 | яйцо | 7-11л | 24,00 | 288,00 | 40,0 | 41,6 | 26,0 | 1,5 | 0,0 | 4,8 | 13,3 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 40,0 | 40,0 | 223,70 | 18,64 |
| 21 | сахар | 7-11л | 18,00 | 216,00 | 32,0 | 33,1 | 13,0 | 10,0 | 10,0 | 30,0 | 30,5 | 26,0 | 26,0 | 22,0 | 29,5 | 29,5 | 291,60 | 24,30 |
| 22 | чай | 7-11л | 0,60 | 7,20 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 1,0 | 0,0 | 1,0 | 0,0 | 1,0 | 1,0 | 0,0 | 1,0 | 1,0 | 7,00 | 0,58 |
| 23 | какао | 7-11л | 0,60 | 7,20 | | 3,0 | | | | | | | | 3,0 | | | 6,00 | 0,50 |
| 24 | коф. напиток | 7-11л | 1,20 | 14,40 | | | 5,0 | | 5,0 | | 5,0 | | | | | | 15,00 | 1,25 |
| 25 | крахмал | 7-11л | 1,80 | 21,60 | 6,0 | | | | | | | 6,0 | | | 6,0 | | 18,00 | 1,50 |
| 26 | соль | 7-11л | 1,80 | 21,60 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 1,8 | 21,60 | 1,80 |
| 27 | специи | 7-11л | 1,20 | 14,40 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 2,0 | 13,00 | 1,08 |
| 28 | сок фруктовый | 7-11л | 60,00 | 720,00 | | | 200 | | 200 | | | 0 | 0 | 200 | | | 600,00 | 50,00 |

# Ведомость контроля за рационом питания 12лет и старше 2021г.

| № п/п | наименование группы продуктов | возраст | норма продуктов в граммах (нетто) 60% | | фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного человека | | | | | | | | | | | | итого за 12 дней | среднее за 1 день |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | в день | за 12 дней | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | | |
| 1 | хлеб пшеничный | 12 и ст. | **120,00** | **1440,00** | 120,00 | 134,00 | 120,00 | 120,00 | 120,00 | 96,00 | 129,50 | 120,00 | 120,00 | 120,00 | 126,00 | 120,00 | **1445,50** | **120,46** |
| 2 | хлеб ржаной | 12 и ст. | **72,00** | **864,00** | 75,00 | 70,00 | 70,00 | 70,00 | 75,00 | 70,00 | 75,00 | 70,00 | 75,00 | 70,00 | 70,00 | 70,00 | **860,00** | **71,67** |
| 3 | мука | 12 и ст. | **12,00** | **144,00** | 35,30 | 5,10 | 12,70 | 9,00 | 14,30 | 3,80 | 2,50 | 1,30 | 0,00 | 33,60 | 1,30 | 0,00 | **118,90** | **9,91** |
| 4 | крупа | 12 и ст. | **30,00** | **360,00** | 0,00 | 26,00 | 57,00 | 36,30 | 54,00 | 35,00 | 38,20 | 116,00 | 20,00 | 36,50 | 30,00 | 30,00 | **479,00** | **39,92** |
| 5 | макароны | 12 и ст. | **12,00** | **144,00** | 60,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 66,00 | 0,00 | 13,00 | | **139,00** | **11,58** |
| 6 | картофель | 12 и ст. | **112,00** | **1344,00** | 30,00 | 100,00 | 207,20 | 177,00 | 221,00 | 172,60 | 226,20 | 43,00 | 212,50 | 124,60 | 75,00 | 198,20 | **1787,30** | **148,94** |
| 7 | овощи | 12 и ст. | **192,00** | **2304,00** | 170,00 | 316,20 | 236,00 | 214,00 | 164,00 | 168,60 | 166,10 | 260,50 | 168,90 | 158,20 | 220,10 | 238,00 | **2480,60** | **206,72** |
| 8 | фрукты | 12 и ст. | **111,00** | **1332,00** | 24,00 | 140,00 | 140,00 | 140,00 | 140,00 | 30,00 | 180,00 | 31,00 | 140,00 | 140,00 | 110,00 | 115,00 | **1330,00** | **110,83** |
| 9 | сухофрукты | 12 и ст. | **12,00** | **144,00** | 0,00 | 20,00 | 0,00 | 25,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 25,00 | 0,00 | | 25,00 | **95,00** | **7,92** |
| 10 | мясо | 12 и ст. | **47,00** | **564,00** | | 91,80 | 40,00 | 88,50 | 64,80 | 86,00 | | | 111,00 | | | 86,00 | **568,10** | **47,34** |
| 11 | птица | 12 и ст. | **32,00** | **384,00** | 25,00 | | 25,00 | 25,00 | 25,00 | | 25,00 | 144,60 | 25,00 | 25,00 | 25,00 | 25,00 | **369,60** | **30,80** |
| 12 | рыба | 12 и ст. | **46,00** | **552,00** | | | 105,60 | | 106,00 | 40,00 | 80,40 | | | 104,70 | | 115,00 | **551,70** | **45,98** |
| 13 | субпродукты (печень) | 12 и ст. | **24,00** | **288,00** | 170,40 | | | | | | | 106,00 | | | | | **276,40** | **23,03** |
| 14 | молоко | 12 и ст. | **210,00** | **2100,00** | 80,00 | 331,00 | 70,00 | 106,00 | 100,00 | 238,00 | 266,00 | 0,00 | 50,00 | 234,00 | 186,00 | 180,00 | **1841,00** | **153,42** |
| 15 | творог | 12 и ст. | **36,00** | **432,00** | 195,00 | | | 67,50 | | | 74,40 | | | 67,50 | | | **404,40** | **33,70** |
| 16 | сыр | 12 и ст. | **9,00** | **108,00** | 21,00 | 0,00 | 20,00 | 0,00 | 0,00 | 20,00 | 0,00 | 20,00 | 6,00 | 0,00 | | 20,00 | **107,00** | **8,92** |
| 17 | сметана | 12 и ст. | **6,00** | **72,00** | 13,00 | 0,00 | 13,00 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 2,50 | 13,00 | 0,00 | 2,50 | | 13,00 | **75,00** | **6,25** |
| 18 | масло сливочное | 12 и ст. | **21,00** | **252,00** | 21,20 | 26,80 | 12,70 | 21,00 | 21,70 | 26,20 | 33,00 | 14,20 | 26,50 | 11,10 | 25,70 | 12,00 | **252,10** | **21,01** |
| 19 | масло растительное | 12 и ст. | **11,00** | **132,00** | 11,50 | 10,00 | 18,50 | 15,00 | 10,00 | 7,00 | 12,50 | 8,50 | 7,00 | 14,00 | 6,00 | 12,00 | **132,00** | **11,00** |
| 20 | яйцо | 12 и ст. | **24,00** | **288,00** | 35,30 | 54,60 | 31,20 | 2,50 | 0,00 | 8,00 | 15,10 | 0,00 | 0,00 | 19,50 | 4,00 | 40,00 | **210,20** | **17,52** |
| 21 | сахар | 12 и ст. | **21,00** | **252,00** | 34,00 | 29,60 | 13,00 | 35,50 | 10,00 | 31,00 | 33,50 | 26,00 | 26,00 | 24,50 | 29,50 | 29,50 | **322,10** | **26,84** |
| 22 | чай | 12 и ст. | **1,20** | **14,40** | | 0,00 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 1,00 | 1,00 | **7,00** | **0,58** |
| 23 | какао | 12 и ст. | **0,72** | **8,64** | | 3,00 | | | | | | | | 3,00 | | | **6,00** | **0,50** |
| 24 | коф. напиток | 12 и ст. | **1,20** | **14,40** | | | 5,00 | | 5,00 | | 5,00 | | | | | | **15,00** | **1,25** |
| 25 | крахмал | 12 и ст. | **2,40** | **28,80** | 6,00 | | | | | | | 6,00 | | | 6,00 | | **18,00** | **1,50** |
| 26 | соль | 12 л и ст. | **7,00** | **84,00** | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | 7,00 | **84,00** | **7,00** |
| 27 | специи | 12л. и ст. | **1,20** | **14,40** | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | **14,00** | **1,17** |
| 28 | сок фруктовый | 12 л и ст. | **60,00** | **720,00** | | | 200 | | 200 | | | | | 200 | | | **600,00** | **50,00** |

Приложение №2
к приказу управления
образования
от «07» 04 2021 г.
№ 295

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
сельского поселения
*«Село _____»*
_____/*Иванова М.И.*/
подпись ФИО
«__» _____ 2021 г.
М.П.

Меню на «*12*» *апреля* 2021 г.

| наименование блюда | возраст | | калорийность (Ккал) |
|---|---|---|---|
| | **7-11 лет** | **12 лет и старше** | |
| **Завтрак** | грамм | грамм | |
| *Вареники ленивые с маслом* | 200/5 | 250/5 | 437 |
| *Чай с молоком* | 200 | 200 | 81 |
| *Батон нарезной* | 40 | 60 | 104,8 |
| *Сыр твердый* | 13,5 | 21 | 35,6 |
| **Итого завтрак** | - | - | **658,4** |
| **Обед** | | | |
| *Салат из помидоров и огурцов* | 60 | 100 | 38,4 |
| *Щи со свежей капустой, картофелем, курицей* | 200/15 | 250/25 | 122,4 |
| *Печень тушеная в соусе* | 90/50 | 100/50 | 259,2 |
| *Макаронные изделия отварные* | 150 | 180 | 203,2 |
| *Кисель из свежих ягод* | 200 | 200 | 87,0 |
| *Хлеб ржаной* | 50 | 75 | 87,0 |
| *Хлеб пшеничный* | 50 | 60 | 117,5 |
| **Итого обед** | - | - | **914,7** |
| **Всего за день** | - | - | **1 573,1** |

Составил: _____ _____ _____
должность подпись ФИО