

Директор \_\_\_\_\_ 1 сентября

Примерное

Директор АУ "Комбинат питания"

Директор АУ "Комби  
1 сентябр  
школьного питания

2025 г.

| № рецептуры             | Присм пищи,<br>наименование       | Вес<br>блюда /<br>Суммарны<br>й объем<br>блюд | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетиче<br>ская<br>ценность | Вес<br>блюда /<br>Суммар<br>ный<br>объем<br>блюд | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетиче<br>ская<br>ценность |
|-------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                         |                                   |                                               |                      |       |        | (ккал)                         |                                                  |                      |       |        | (ккал)                         |
|                         |                                   |                                               | блюда                | Б     | Ж      | У                              |                                                  |                      | Б     | Ж      | У                              |
| От 7 до 11 лет          |                                   |                                               |                      |       |        | От 12 лет и старше             |                                                  |                      |       |        |                                |
| ЗАВТРАК                 |                                   |                                               |                      |       |        |                                |                                                  |                      |       |        |                                |
| 171                     | Каша гречневая рассыпчатая        | 150                                           | 8,6                  | 6,09  | 38,64  | 243,75                         | 180                                              | 10,32                | 7,31  | 46,37  | 292,5                          |
| 260                     | Гуляш из филе птицы               | 80                                            | 14                   | 16,14 | 13,45  | 258,54                         | 100                                              | 17,5                 | 20,18 | 16,81  | 323                            |
| 376                     | Чай с сахаром                     | 200                                           | 0,1                  | 0,02  | 15     | 60                             | 200                                              | 0,1                  | 0,02  | 15     | 60                             |
|                         | Хлеб пшеничный                    | 30                                            | 3,20                 | 0,50  | 16,80  | 84,80                          | 60                                               | 6,40                 | 1,00  | 33,60  | 169,60                         |
|                         | Печенье                           | 40                                            | 2,8                  | 7,2   | 26,8   | 184                            | 40                                               | 2,8                  | 7,2   | 26,8   | 184                            |
|                         | ИТОГО:                            | 500,00                                        | 28,70                | 29,95 | 110,69 | 831,09                         | 580,00                                           | 37,12                | 35,71 | 138,58 | 1029,10                        |
| ОБЕД                    |                                   |                                               |                      |       |        |                                |                                                  |                      |       |        |                                |
| 45                      | Салат из белокочанной капусты     | 60                                            | 0,74                 | 2,3   | 6,98   | 49,02                          | 100                                              | 1,4                  | 4,6   | 10,3   | 88                             |
| 101                     | Суп с пшеном и рыбными консервами | 280                                           | 7,40                 | 3,40  | 20,60  | 143,00                         | 280                                              | 7,40                 | 3,40  | 20,60  | 143,00                         |
| 269 / 331               | Биточки с соусом                  | 150                                           | 14,75                | 15,3  | 22,15  | 284,5                          | 150                                              | 14,75                | 15,3  | 22,15  | 284,5                          |
| 309                     | Макаронные изделия отварные       | 150                                           | 5,46                 | 5,49  | 30,46  | 195,71                         | 180                                              | 6,55                 | 6,59  | 36,55  | 234,85                         |
| 349                     | Компот из смеси сухофруктов       | 200                                           | 0,08                 | 0     | 21,82  | 87,6                           | 200                                              | 0,08                 | 0     | 21,82  | 87,6                           |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный              | 60                                            | 4,08                 | 0,72  | 29,52  | 129,00                         | 60                                               | 4,08                 | 0,72  | 29,52  | 129,00                         |
|                         | ИТОГО:                            | 900,00                                        | 32,51                | 27,21 | 131,53 | 888,83                         | 970,00                                           | 34,26                | 30,61 | 140,94 | 966,95                         |
| ОБЕД 2 ВАРИАНТ          |                                   |                                               |                      |       |        |                                |                                                  |                      |       |        |                                |
| 45                      | Салат из белокочанной капусты     |                                               |                      |       |        |                                | 100                                              | 1,4                  | 4,6   | 10,3   | 88                             |
| 101                     | Суп с пшеном и рыбными консервами |                                               |                      |       |        |                                | 280                                              | 7,40                 | 3,40  | 20,60  | 143,00                         |
| 269 / 331               | Биточки с соусом                  |                                               |                      |       |        |                                | 150                                              | 14,75                | 15,3  | 22,15  | 284,5                          |
| 304                     | Рис отварной                      |                                               |                      |       |        |                                | 180                                              | 4,52                 | 7,33  | 49,68  | 282,78                         |
| 349                     | Компот из смеси сухофруктов       |                                               |                      |       |        |                                | 200                                              | 0,08                 | 0     | 21,82  | 87,6                           |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный              |                                               |                      |       |        |                                | 60                                               | 4,08                 | 0,72  | 29,52  | 129,00                         |
|                         | ИТОГО:                            |                                               |                      |       |        |                                | 970,00                                           | 32,23                | 31,35 | 154,07 | 1014,88                        |
| ПОЛДНИК                 |                                   |                                               |                      |       |        |                                |                                                  |                      |       |        |                                |
| 389                     | Сок фруктовый                     | 200                                           | 1                    | 0     | 24,4   | 101,6                          |                                                  |                      |       |        |                                |
|                         | Пряники                           | 100                                           | 5,6                  | 5     | 76,3   | 362                            |                                                  |                      |       |        |                                |
|                         | ИТОГО:                            | 300                                           | 6,6                  | 5     | 100,7  | 463,6                          |                                                  |                      |       |        |                                |
| День второй (вторник 1) |                                   |                                               |                      |       |        |                                |                                                  |                      |       |        |                                |
| ЗАВТРАК                 |                                   |                                               |                      |       |        |                                |                                                  |                      |       |        |                                |
|                         | Бутерброд с сыром и маслом        | 35/15/5                                       |                      |       |        |                                | 35/20/5                                          |                      |       |        |                                |
|                         | Батон Нарезной                    | 35                                            | 2,60                 | 1,01  | 17,80  | 92,40                          | 35                                               | 2,60                 | 1,01  | 17,80  | 92,40                          |
|                         | Сыр                               | 15                                            | 6,02                 | 7,40  | 0,07   | 90,80                          | 20                                               | 7,52                 | 9,25  | 0,09   | 113,50                         |
|                         | Масло сливочное                   | 5                                             | 0,05                 | 4,10  | 0,05   | 37,50                          | 5                                                | 0,05                 | 4,10  | 0,05   | 37,50                          |

|          |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|----------|--------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| 174      | Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом   | 160    | 6,00  | 11,20 | 45,00  | 305,00  | 180    | 7,10  | 13,30 | 69,20  | 362,00  |
|          | Сок фруктовый в потребительской упаковке         | 200    | 1,00  | 0,00  | 24,40  | 102,00  | 200    | 1,00  | 0,00  | 24,40  | 102,00  |
| 376      | Чай с сахаром                                    | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|          | Йогурт молочный в потребительской упаковке       | 100    | 2,70  | 0,10  | 16,00  | 75,00   | 100    | 2,70  | 0,10  | 16,00  | 75,00   |
|          | ИТОГО:                                           | 715,00 | 18,47 | 23,83 | 118,32 | 762,70  | 740,00 | 21,07 | 27,78 | 142,54 | 842,40  |
|          | ОБЕД                                             |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 23       | Салат из свежих овощей                           | 60     | 0,6   | 3,7   | 4,2    | 52      | 100    | 1,00  | 6,10  | 6,90   | 87,00   |
| 88       | Щи из свежей капусты со сметаной и говядиной     | 270    | 8,35  | 11,1  | 13,2   | 182     | 280    | 12,2  | 13,6  | 13,2   | 216     |
| 294      | Котлета из птицы с маслом                        | 105    | 16,2  | 20    | 7,8    | 271     | 105    | 16,2  | 20    | 7,8    | 271     |
| 128      | Картофельное пюре                                | 150    | 3,06  | 4,80  | 20,44  | 137,30  | 180    | 3,67  | 5,76  | 24,53  | 164,76  |
| 360      | Кисель                                           | 200    | 0,1   | 0     | 32     | 128,3   | 200    | 0,1   | 0     | 32     | 128,3   |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                             | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|          | ИТОГО:                                           | 845    | 32,39 | 40,32 | 107,16 | 899,6   | 925    | 37,25 | 46,18 | 113,95 | 996,06  |
|          | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                   |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 23       | Салат из свежих овощей                           |        |       |       |        |         | 100    | 1,00  | 6,10  | 6,90   | 87,00   |
| 88       | Щи из свежей капусты со сметаной                 |        |       |       |        |         | 280    | 12,2  | 13,6  | 13,2   | 216     |
| 294      | Котлета из птицы с маслом                        |        |       |       |        |         | 105    | 16,2  | 20    | 7,8    | 271     |
| 309      | Макаронные изделия отварные                      |        |       |       |        |         | 180    | 6,43  | 5,90  | 26,48  | 173,52  |
| 360      | Кисель                                           |        |       |       |        |         | 200    | 0,1   | 0     | 32     | 128,3   |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                             |        |       |       |        |         | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|          | ИТОГО:                                           |        |       |       |        |         | 925    | 40,01 | 46,32 | 115,9  | 1004,82 |
|          | ПОЛДНИК                                          |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|          | Вафли                                            | 100    | 5,5   | 6,5   | 34,9   | 211     |        |       |       |        |         |
| 382      | Какао с молоком                                  | 200    | 4,9   | 5     | 32,5   | 190     |        |       |       |        |         |
|          | ИТОГО:                                           | 300    | 10,4  | 11,5  | 67,4   | 401     |        |       |       |        |         |
|          | День третий (среда 1)                            |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|          | ЗАВТРАК                                          |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 173      | Каша пшеничная молочная вязкая с маслом          | 160    | 6,5   | 9,3   | 34,5   | 248     | 180    | 7,3   | 10,5  | 38,8   | 279     |
| 223      | Запеканка из творога с стуженным молоком         | 140    | 21    | 22,3  | 33     | 423     | 140    | 21    | 22,3  | 33     | 423     |
| 379      | Кофейный напиток с молоком                       | 200    | 3,58  | 2,68  | 28,34  | 151,8   | 200    | 3,58  | 2,68  | 28,34  | 151,8   |
|          | Хлеб пшеничный                                   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    |
|          | Пряники                                          | 60     | 3,4   | 3     | 45,8   | 217     | 60     | 3,4   | 3     | 45,8   | 217     |
|          | ИТОГО:                                           | 590,00 | 37,68 | 37,78 | 158,44 | 1124,60 | 610,00 | 38,48 | 38,98 | 162,74 | 1155,60 |
|          | ОБЕД                                             |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 67       | Винегрет овощной                                 | 60     | 0,84  | 1,56  | 5,16   | 37,80   | 100    | 1,40  | 2,60  | 8,60   | 63,00   |
| 101 /105 | Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками | 285    | 9,28  | 6,67  | 27,9   | 182,7   | 285    | 9,28  | 6,67  | 27,9   | 182,7   |
| 234      | Котлета из трески с маслом                       | 105    | 13,15 | 14,5  | 11,55  | 228,5   | 105    | 13,15 | 14,5  | 11,55  | 228,5   |
| 131      | Гороховое пюре                                   | 150    | 12,99 | 6,53  | 33,36  | 242,86  | 180    | 15,58 | 7,83  | 40,03  | 291,43  |
| 376      | Чай с сахаром                                    | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                             | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|          | ИТОГО:                                           | 860,00 | 40,44 | 30,00 | 122,49 | 880,86  | 930,00 | 43,59 | 32,34 | 132,60 | 954,63  |
|          | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                   |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 67       | Винегрет овощной                                 |        |       |       |        |         | 100    | 1,40  | 2,60  | 8,60   | 63,00   |
| 101 /105 | Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками |        |       |       |        |         | 285    | 9,28  | 6,67  | 27,9   | 182,7   |
| 234      | Котлета из трески с маслом                       |        |       |       |        |         | 105    | 13,15 | 14,5  | 11,55  | 228,5   |

|     |                                                 |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|-----|-------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 139 | Капуста тушеная                                 |        |       |       |        |        | 180    | 3,60  | 6,48  | 19,08  | 149,40 |
| 376 | Чай с сахаром                                   |        |       |       |        |        | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |
|     | Хлеб ржано-пшеничный                            |        |       |       |        |        | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 |
|     | ИТОГО:                                          |        |       |       |        |        | 930,00 | 31,61 | 30,99 | 111,65 | 812,60 |
|     | ПОЛДНИК                                         |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|     | Печенье                                         | 50     | 3,5   | 9     | 33,5   | 230    |        |       |       |        |        |
|     | Йогурт молочный в потребительской упаковке      | 100    | 2,70  | 0,10  | 16,00  | 75,00  |        |       |       |        |        |
| 376 | Чай с сахаром                                   | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |        |       |       |        |        |
|     | ИТОГО:                                          | 350,00 | 6,3   | 9,12  | 64,5   | 365    |        |       |       |        |        |
|     | День четвертый (четверг 1)                      |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|     | ЗАВТРАК                                         |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 309 | Макаронные изделия отварные                     | 150    | 5,46  | 5,49  | 30,46  | 195,71 | 180    | 6,55  | 6,59  | 36,55  | 234,85 |
| 278 | Тефтели из говядины с соусом                    | 150    | 9,49  | 21,97 | 15,83  | 304,09 | 150    | 9,49  | 21,97 | 15,83  | 304,09 |
| 377 | Чай с сахаром и лимоном                         | 207    | 0,2   | 0     | 16     | 65     | 207    | 0,2   | 0     | 16     | 65     |
|     | Кондитерское изделие в потребительской упаковке | 35     | 4,00  | 4,90  | 27,20  | 208,00 | 35     | 4,00  | 4,90  | 27,20  | 208,00 |
|     | Хлеб пшеничный                                  | 30     | 3,20  | 0,50  | 16,80  | 84,80  | 30     | 3,20  | 0,50  | 16,80  | 84,80  |
|     | ИТОГО:                                          | 572    | 22,35 | 32,86 | 106,29 | 857,60 | 602    | 23,44 | 33,96 | 112,38 | 896,74 |
|     | ОБЕД                                            |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 47  | Салат из квашеной капусты                       | 60     | 0,96  | 3     | 6,6    | 57     | 100    | 1,6   | 5     | 110    | 95     |
| 82  | Борщ со сметаной и птицей                       | 270    | 8,9   | 12    | 16,4   | 201    | 295    | 13,4  | 15,4  | 16,4   | 255    |
| 304 | Рис отварной                                    | 150    | 3,77  | 6,11  | 7,45   | 235,65 | 180    | 4,52  | 7,33  | 8,94   | 282,78 |
| 260 | Гуляш из говядины                               | 90     | 13,86 | 5,76  | 3,33   | 120,60 | 100    | 15,40 | 6,40  | 3,70   | 134,00 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов                     | 200    | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6   | 200    | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6   |
|     | Хлеб ржано-пшеничный                            | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 |
|     | ИТОГО:                                          | 830    | 31,65 | 27,59 | 85,12  | 830,85 | 935    | 39,08 | 34,85 | 190,38 | 983,38 |
|     | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                  |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 47  | Салат из квашеной капусты                       |        |       |       |        |        | 100    | 1,6   | 5     | 110    | 95     |
| 82  | Борщ со сметаной и птицей                       |        |       |       |        |        | 295    | 13,4  | 15,4  | 16,4   | 255    |
| 171 | Каша гречневая рассыпчатая                      |        |       |       |        |        | 180    | 10,32 | 7,31  | 46,37  | 292,50 |
| 260 | Гуляш из говядины                               |        |       |       |        |        | 100    | 15,40 | 6,40  | 3,70   | 134,00 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов                     |        |       |       |        |        | 200    | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6   |
|     | Хлеб ржано-пшеничный                            |        |       |       |        |        | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 |
|     | ИТОГО:                                          |        |       |       |        |        | 935    | 44,88 | 34,83 | 227,81 | 993,1  |
|     | ПОЛДНИК                                         |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|     | Сок фруктовый                                   | 200    | 0     | 0     | 24,4   | 101    |        |       |       |        |        |
|     | Печенье                                         | 100    | 7     | 18    | 67     | 460    |        |       |       |        |        |
|     | ИТОГО:                                          | 300    | 7     | 18    | 91,4   | 561    |        |       |       |        |        |
|     | День пятый (пятница 1)                          |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|     | ЗАВТРАК                                         |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 181 | Каша вязкая молочная манная с маслом            | 160    | 4,5   | 8,5   | 25     | 195    | 180    | 5,06  | 9,56  | 28,12  | 219    |
| 209 | Яйцо вареное                                    | 40     | 5,1   | 5,1   | 4,6    | 63     | 40     | 5,1   | 5,1   | 4,6    | 63     |
| 382 | Какао с молоком                                 | 200    | 4,9   | 5     | 32,5   | 190    | 200    | 4,9   | 5     | 32,5   | 190    |
|     | Хлеб пшеничный                                  | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   |
|     | Фрукт                                           | 200    | 0,8   | 0,6   | 10,3   | 94     | 200    | 0,8   | 0,6   | 10,3   | 94     |

|           |                                            |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|-----------|--------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|
|           | ИТОГО:                                     | 630,00 | 18,50 | 19,70 | 89,20  | 626,80 | 650,00 | 19,06 | 20,76 | 92,32  | 650,80  |
|           | ОБЕД                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 75        | Икра свекольная                            | 60     | 1,38  | 4,08  | 9,24   | 79,2   | 100    | 2,30  | 6,80  | 15,40  | 132,00  |
| 102       | Суп с горохом с птицей и гречками          | 290    | 14    | 11,3  | 23,4   | 253    | 315    | 15,5  | 12,46 | 25,8   | 280     |
| 259       | Жаркое по -домашнему                       | 160    | 16,20 | 7,60  | 19,80  | 210,00 | 200    | 19,60 | 9,20  | 24,00  | 238,00  |
|           | Сок фруктовый                              | 200    | 0     | 0     | 24,4   | 101    | 200    | 0     | 0     | 24,4   | 101     |
|           | Хлеб ржано-пшеничный                       | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|           | ИТОГО:                                     | 770,00 | 35,66 | 23,70 | 106,36 | 772,20 | 875,00 | 41,48 | 29,18 | 119,12 | 880,00  |
|           | ПОЛДНИК                                    |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|           | Бутерброд с сыром                          | 35 /25 |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|           | Батон Нарезной                             | 35     | 2,60  | 1,01  | 17,80  | 92,40  |        |       |       |        |         |
|           | Сыр                                        | 25     | 5,8   | 7,4   | 0      | 91     |        |       |       |        |         |
|           | вафли                                      | 50     | 2,8   | 3,3   | 17,5   | 105,5  |        |       |       |        |         |
| 376       | Чай с сахаром                              | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |        |       |       |        |         |
|           | ИТОГО:                                     | 310    | 11,30 | 11,73 | 50,30  | 348,90 |        |       |       |        |         |
|           | День шестой (суббота 1)                    |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|           | ЗАВТРАК                                    |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 143       | Рагу из овощей с птицей                    | 200    | 14,3  | 14,8  | 15,8   | 254    | 250    | 17,8  | 18,5  | 19,8   | 317     |
|           | Сок фруктовый в потребительской упаковке   | 200    | 0     | 0     | 24,4   | 101    | 200    | 0     | 0     | 24,4   | 101     |
| 376       | Чай с сахаром                              | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|           | Хлеб пшеничный                             | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    |
|           | Печенье                                    | 50     | 3,5   | 9     | 33,5   | 230    | 50     | 3,5   | 9     | 33,5   | 230     |
|           | ИТОГО:                                     | 680,00 | 21,10 | 24,32 | 105,50 | 729,80 | 730,00 | 24,60 | 28,02 | 109,50 | 792,80  |
|           | ОБЕД                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 111       | Суп с макаронными изделиями и птицей       | 275    | 14,6  | 9,2   | 22,7   | 235    | 300    | 20,2  | 13,5  | 22,7   | 296     |
| 269 / 331 | Биточки с соусом                           | 130    | 14,75 | 15,3  | 22,15  | 284,5  | 130    | 14,75 | 15,3  | 22,15  | 284,5   |
| 171       | Каша гречневая рассыпчатая                 | 150    | 6,60  | 2,40  | 49,70  | 235,00 | 180    | 10,32 | 7,31  | 46,37  | 292,50  |
|           | Сок фруктовый                              | 200    | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,80  | 200    | 1,00  | 0,00  | 20,20  | 84,80   |
|           | Хлеб ржано-пшеничный                       | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|           | ИТОГО:                                     | 815,00 | 41,03 | 27,62 | 144,27 | 968,30 | 870,00 | 50,35 | 36,83 | 140,94 | 1086,80 |
|           |                                            |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|           | День седьмой (понедельник 2)               |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|           | ЗАВТРАК                                    |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 291       | Плов из птицы                              | 200    | 15,40 | 9,00  | 33,13  | 275,00 | 220    | 16,89 | 9,87  | 36,45  | 302,67  |
|           | Йогурт молочный в потребительской упаковке | 100    | 2,70  | 0,10  | 16,00  | 75,00  | 100    | 2,70  | 0,10  | 16,00  | 75,00   |
| 376       | Чай с сахаром                              | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|           | Хлеб пшеничный                             | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    |
|           | Выпечка в потребительской упаковке         | 55     | 4,00  | 11,50 | 33,20  | 228,00 | 55     | 4,00  | 11,50 | 33,20  | 228,00  |
|           | ИТОГО:                                     | 585,00 | 25,40 | 21,12 | 114,13 | 722,80 | 605,00 | 26,89 | 21,99 | 117,45 | 750,47  |
|           | ОБЕД                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 75        | Икра свекольная                            | 60     | 1,38  | 4,08  | 9,24   | 79,2   | 100    | 2,30  | 6,80  | 15,40  | 132,00  |
| 96        | Рассольник ленинградский с птицей          | 270    | 8,3   | 6,4   | 20,6   | 179    | 290    | 9,3   | 7,4   | 22,6   | 195     |
| 245       | Бефстроганов из отварной говядины          | 90     | 13,8  | 3,6   | 3,78   | 102,6  | 100    | 15,30 | 4,00  | 4,20   | 114,00  |
| 309       | Макаронные изделия отварные                | 150    | 5,46  | 5,49  | 30,46  | 195,71 | 180    | 6,55  | 6,59  | 36,55  | 234,85  |
| 376       | Чай с сахаром                              | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |

|     |                                                   |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|-----|---------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|
|     | Хлеб ржано-пшеничный                              | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|     | ИТОГО:                                            | 830,00 | 33,12 | 20,31 | 108,60 | 745,51 | 930,00 | 37,63 | 25,53 | 123,27 | 864,85  |
|     | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                    |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 75  | Икра свекольная                                   |        |       |       |        |        | 100    | 2,30  | 6,80  | 15,40  | 132,00  |
| 96  | Рассольник ленинградский с птицей                 |        |       |       |        |        | 290    | 9,3   | 7,4   | 22,6   | 195     |
| 245 | Бефстроганов из отварной говядины                 |        |       |       |        |        | 100    | 15,30 | 4,00  | 4,20   | 114,00  |
| 131 | Гороховое пюре                                    |        |       |       |        |        | 180    | 11,20 | 1,10  | 28,80  | 162,00  |
| 376 | Чай с сахаром                                     |        |       |       |        |        | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|     | Хлеб ржано-пшеничный                              |        |       |       |        |        | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|     | ИТОГО:                                            |        |       |       |        |        | 930,00 | 42,28 | 20,04 | 115,52 | 792,00  |
|     | ПОЛДНИК                                           |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | Сок фруктовый                                     | 200    | 1     | 0     | 24,4   | 101,6  |        |       |       |        |         |
|     | Пряники                                           | 100    | 5,6   | 5     | 76,3   | 362    |        |       |       |        |         |
|     |                                                   |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | ИТОГО:                                            | 300    | 6,6   | 5     | 100,7  | 463,6  |        |       |       |        |         |
|     | День восьмой (вторник 2)                          |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | ЗАВТРАК                                           |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 173 | Каша молочная "Геркулес" с маслом                 | 160    | 7,70  | 13,50 | 41,30  | 318,00 | 180    | 8,66  | 15,19 | 46,46  | 357,75  |
| 210 | Омлет натуральный с маслом                        | 58     | 5,8   | 10,7  | 6,5    | 146    | 58     | 5,8   | 10,7  | 6,5    | 146     |
| 376 | Чай с сахаром                                     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|     | Хлеб пшеничный                                    | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    |
|     | Фрукт                                             | 200    | 0,8   | 0,6   | 10,3   | 94     | 200    | 0,8   | 0,6   | 10,3   | 94      |
|     | ИТОГО:                                            | 648,00 | 17,60 | 25,32 | 89,90  | 702,80 | 668,00 | 18,56 | 27,01 | 95,06  | 742,55  |
|     |                                                   |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | ОБЕД                                              |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 23  | Салат из свежих овощей                            | 60     | 0,6   | 3,7   | 4,2    | 52     | 100    | 1,00  | 6,10  | 6,90   | 87,00   |
| 111 | Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей | 270    | 16,60 | 13,70 | 22,70  | 270,00 | 290    | 19,60 | 15,90 | 22,70  | 300,00  |
| 278 | Тефтели из говядины с соусом                      | 150    | 9,49  | 21,97 | 15,83  | 304,09 | 150    | 9,49  | 21,97 | 15,83  | 304,09  |
| 128 | Картофельное пюре                                 | 150    | 3,06  | 4,80  | 20,44  | 137,30 | 180    | 3,67  | 5,76  | 24,53  | 164,76  |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов                       | 200    | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6   | 200    | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6    |
|     | Хлеб ржано-пшеничный                              | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|     | ИТОГО:                                            | 890,00 | 33,91 | 44,89 | 114,51 | 979,99 | 980,00 | 37,92 | 50,45 | 121,30 | 1072,45 |
|     | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                    |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 23  | Салат из свежих овощей                            |        |       |       |        |        | 100    | 1,00  | 6,10  | 6,90   | 87,00   |
| 111 | Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей |        |       |       |        |        | 290    | 19,60 | 15,90 | 22,70  | 300,00  |
| 278 | Тефтели из говядины с соусом                      |        |       |       |        |        | 150    | 9,49  | 21,97 | 15,83  | 304,09  |
| 171 | Каша гречневая рассыпчатая                        |        |       |       |        |        | 180    | 10,32 | 7,31  | 46,37  | 292,50  |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов                       |        |       |       |        |        | 200    | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6    |
|     | Хлеб ржано-пшеничный                              |        |       |       |        |        | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|     | ИТОГО:                                            |        |       |       |        |        | 980,00 | 44,57 | 52,00 | 143,14 | 1200,19 |
|     | ПОЛДНИК                                           |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
| 382 | Какао с молоком                                   | 200    | 4,9   | 5     | 32,5   | 190    |        |       |       |        |         |
|     | вафли                                             | 100    | 5,5   | 6,5   | 34,9   | 211    |        |       |       |        |         |
|     |                                                   |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | ИТОГО:                                            | 300    | 10,4  | 11,5  | 67,4   | 401    |        |       |       |        |         |
|     |                                                   |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | День девятый (среда 2)                            |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |
|     | ЗАВТРАК                                           |        |       |       |        |        |        |       |       |        |         |

|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|-----------|--------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| 309       | Макаронные изделия отварные                      | 150    | 5,46  | 5,49  | 30,46  | 195,71  | 180    | 6,55  | 6,59  | 36,55  | 234,85  |
| 290/331   | Голень птицы тушенное с соусом сметанным         | 150    | 28,50 | 21,00 | 24,88  | 409,10  | 150    | 16,75 | 23,78 | 24,88  | 409,10  |
| 379       | Кофейный напиток с молоком                       | 200    | 3,6   | 2,7   | 28,3   | 152     | 200    | 3,6   | 2,7   | 28,3   | 152     |
|           | Вафли                                            | 30     | 1,65  | 1,95  | 10,50  | 63,30   | 30     | 1,65  | 1,95  | 10,50  | 63,30   |
|           | Хлеб пшеничный                                   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    |
|           | ИТОГО:                                           | 560,00 | 42,41 | 31,64 | 110,94 | 904,91  | 590,00 | 31,75 | 35,52 | 117,03 | 944,05  |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | ОБЕД                                             |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 67        | Винегрет овощной                                 | 60     | 0,84  | 1,56  | 5,16   | 37,80   | 100    | 1,40  | 2,60  | 8,60   | 63,00   |
| 102       | Суп с горохом с говядиной и гречками             | 290    | 14    | 11,3  | 23,4   | 253     | 305    | 18,2  | 14    | 23,8   | 296     |
| 268 / 331 | Биточки с соусом                                 | 150    | 14,75 | 15,3  | 22,15  | 284,5   | 150    | 14,75 | 15,3  | 22,15  | 284,5   |
| 171       | Каша гречневая рассыпчатая                       | 150    | 6,60  | 2,40  | 49,70  | 235,00  | 180    | 10,32 | 7,31  | 46,37  | 292,50  |
| 360       | Кисель                                           | 200    | 0,1   | 0     | 32     | 128,3   | 200    | 0,1   | 0     | 32     | 128,3   |
|           | Хлеб ржано-пшеничный                             | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|           | ИТОГО:                                           | 910    | 40,37 | 31,28 | 161,93 | 1067,6  | 930    | 48,85 | 39,93 | 162,44 | 1193,3  |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                   |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 67        | Винегрет овощной                                 |        |       |       |        |         | 100    | 1,40  | 2,60  | 8,60   | 63,00   |
| 102       | Суп картофельный с горохом и говядиной           |        |       |       |        |         | 305    | 18,2  | 14    | 23,8   | 296     |
| 268       | Биточки с соусом                                 |        |       |       |        |         | 150    | 14,75 | 15,3  | 22,15  | 284,5   |
| 309       | Макаронные изделия отварные                      |        |       |       |        |         | 180    | 6,55  | 6,59  | 36,55  | 234,85  |
| 360       | Кисель                                           |        |       |       |        |         | 200    | 0,1   | 0     | 32     | 128,3   |
|           | Хлеб ржано-пшеничный                             |        |       |       |        |         | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|           | ИТОГО:                                           |        |       |       |        |         | 995    | 45,08 | 39,21 | 152,62 | 1135,65 |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | ПОЛДНИК                                          |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 376       | Чай с сахаром                                    | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |        |       |       |        |         |
|           | Йогурт молочный в потребительской упаковке       | 100    | 2,70  | 0,10  | 16,00  | 75,00   |        |       |       |        |         |
|           | Печенье                                          | 50     | 3,5   | 9     | 33,5   | 180     |        |       |       |        |         |
|           | ИТОГО:                                           | 350,00 | 6,3   | 9,12  | 64,5   | 315     |        |       |       |        |         |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | День десятый (четверг 2)                         |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | ЗАВТРАК                                          |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 175       | Каша "Дружба"                                    | 160    | 4,3   | 9     | 27     | 208     | 180    | 4,83  | 10,1  | 30,38  | 234     |
| 223       | Запеканка из творога с стуженным молоком         | 140    | 21    | 22,3  | 33     | 423     | 140    | 21    | 22,3  | 33     | 423     |
| 377       | Чай с сахаром и лимоном                          | 207    | 0,20  | 0,00  | 16,00  | 65,00   | 207    | 0,20  | 0,00  | 16,00  | 65,00   |
|           | Хлеб пшеничный                                   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8    |
|           | ИТОГО:                                           | 767,00 | 32,50 | 45,40 | 132,10 | 1112,80 | 767,00 | 32,50 | 45,40 | 132,10 | 1112,80 |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | ОБЕД                                             |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 75        | Икра свекольная                                  | 60     | 1,44  | 4,08  | 6,41   | 79,2    | 100    | 2,30  | 6,80  | 15,40  | 132,00  |
| 101 /105  | Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками | 285    | 9,28  | 6,67  | 27,9   | 182,7   | 285    | 9,28  | 6,67  | 27,9   | 182,7   |
| 232       | Рыба, запеченная в сметанном соусе               | 90     | 6,3   | 10,8  | 22,5   | 166     | 100    | 7     | 12    | 25     | 184,4   |
| 128       | Картофельное пюре                                | 150    | 3,06  | 4,80  | 20,44  | 137,30  | 180    | 3,67  | 5,76  | 24,53  | 164,76  |
| 376       | Чай с сахаром                                    | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60      |
|           | Хлеб ржано-пшеничный                             | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00  |
|           | ИТОГО:                                           | 845    | 24,26 | 27,09 | 121,77 | 754,2   | 925    | 26,43 | 31,97 | 137,35 | 852,86  |
|           |                                                  |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
|           | ОБЕД 2 ВАРИАНТ                                   |        |       |       |        |         |        |       |       |        |         |
| 75        | Икра свекольная                                  |        |       |       |        |         | 100    | 2,30  | 6,80  | 15,40  | 132,00  |
| 101       | Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками |        |       |       |        |         | 285    | 9,28  | 6,67  | 27,9   | 182,7   |

|          |                                               |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|----------|-----------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 232      | Рыба,запеченная в сметанном соусе             |        |       |       |        |        | 100    | 7     | 12    | 25     | 184,4  |
| 128      | Гороховое пюре                                |        |       |       |        |        | 180    | 15,58 | 7,83  | 40,03  | 291,43 |
| 376      | Чай с сахаром                                 |        |       |       |        |        | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                          |        |       |       |        |        | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 |
|          | ИТОГО:                                        |        |       |       |        |        | 925    | 38,34 | 34,04 | 152,85 | 979,53 |
|          | ПОЛДНИК                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|          | Бутерброд с сыром                             | 35 /20 |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|          | Батон Нарезной                                | 35     | 2,60  | 1,01  | 17,80  | 92,40  |        |       |       |        |        |
|          | Сыр                                           | 20     | 4,68  | 6     | 0      | 74,2   |        |       |       |        |        |
|          | Печенье                                       | 60     | 4,2   | 10,8  | 40     | 276    |        |       |       |        |        |
| 376      | Чай с сахаром                                 | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |        |       |       |        |        |
|          | ИТОГО:                                        | 315,00 | 11,58 | 17,83 | 72,80  | 502,60 |        |       |       |        |        |
|          | День одиннадцатый (пятница 2)                 |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|          | ЗАВТРАК                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 309      | Макаронные изделия отварные                   | 150    | 5,46  | 5,49  | 30,46  | 195,71 | 180    | 6,55  | 6,59  | 36,55  | 234,85 |
| 295 /330 | Котлеты рубленные из птицы с соусом сметанным | 150    | 16,75 | 23,78 | 24,88  | 409,1  | 150    | 16,75 | 23,78 | 24,88  | 409,1  |
| 376      | Чай с сахаром                                 | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |
|          | Хлеб пшеничный                                | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   |
|          | ИТОГО:                                        | 530,00 | 25,51 | 29,79 | 87,14  | 749,61 | 560,00 | 26,60 | 30,89 | 93,23  | 788,75 |
|          | ОБЕД                                          |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 45       | Салат из белокочанной капусты                 | 60     | 0,74  | 2,3   | 6,98   | 49,02  | 100    | 1,4   | 4,6   | 10,3   | 88     |
| 82       | Борщ со сметаной и говяжьей                   | 280    | 7,2   | 10,3  | 16,4   | 183    | 285    | 8,1   | 11,1  | 16,4   | 197    |
| 291      | Плов из птицы                                 | 180    | 17,50 | 20,30 | 28,70  | 367,00 | 180    | 17,50 | 20,30 | 28,70  | 367,00 |
| 389      | Сок фруктовый                                 | 200    | 1     | 0     | 24,4   | 101,6  | 200    | 1     | 0     | 24,4   | 101,6  |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                          | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 |
|          | ИТОГО:                                        | 780,00 | 30,52 | 33,62 | 106,00 | 829,62 | 825,00 | 32,08 | 36,72 | 109,32 | 882,60 |
|          | ПОЛДНИК                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 389      | Сок фруктовый                                 | 200    | 1     | 0     | 24,4   | 101,6  |        |       |       |        |        |
|          | Печенье                                       | 100    | 7     | 18    | 67     | 460    |        |       |       |        |        |
|          | ИТОГО:                                        | 300    | 8     | 18    | 91,4   | 561,6  |        |       |       |        |        |
|          | День двенадцатый (суббота 2)                  |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
|          | ЗАВТРАК                                       |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 128      | Картофельное пюре                             | 150    | 3,06  | 4,80  | 20,44  | 137,30 | 180    | 3,67  | 5,76  | 24,53  | 164,76 |
| 290 /331 | Цыпленок, тушеный в соусе                     | 100    | 11,10 | 12,40 | 3,00   | 128,30 | 120    | 14,80 | 16,50 | 4,00   | 171,06 |
| 389      | Сок фруктовый                                 | 200    | 1     | 0     | 24,4   | 101,6  | 200    | 1     | 0     | 24,4   | 101,6  |
|          | Хлеб пшеничный                                | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   | 30     | 3,2   | 0,5   | 16,8   | 84,8   |
|          | Печенье                                       | 40     | 2,45  | 6,3   | 23,45  | 161    | 40     | 2,45  | 6,3   | 23,45  | 161    |
|          | ИТОГО:                                        | 520,00 | 20,81 | 24,00 | 88,09  | 613,00 | 570,00 | 25,12 | 29,06 | 93,18  | 683,22 |
|          | ОБЕД                                          |        |       |       |        |        |        |       |       |        |        |
| 101      | Суп картофельный с рисовой крупой с говяжьей  | 275    | 9,74  | 7,74  | 20,1   | 192    | 290    | 10,3  | 8,16  | 21,19  | 202    |
| 131      | Гороховое пюре                                | 150    | 12,99 | 6,53  | 33,36  | 242,86 | 180    | 15,58 | 7,83  | 40,03  | 291,43 |
| 260      | Гуляш из говядины                             | 90     | 13,86 | 5,76  | 3,33   | 120,60 | 100    | 15,40 | 6,40  | 3,70   | 134,00 |
| 376      | Чай с сахаром                                 | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     | 200    | 0,1   | 0,02  | 15     | 60     |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                          | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 | 60     | 4,08  | 0,72  | 29,52  | 129,00 |
|          | ИТОГО:                                        | 775,00 | 40,77 | 20,77 | 101,31 | 744,46 | 830,00 | 45,46 | 23,13 | 109,44 | 816,43 |

| Суточная потребность в пищевых веществах и энергии детей в общеобразовательных учреждениях |                                     |                |       |        |        |                                        |                    |       |        |         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------|-------|--------|--------|----------------------------------------|--------------------|-------|--------|---------|
|                                                                                            | Суммарный<br>объем блюд,<br>гр. 500 | От 7 до 11 лет |       |        |        | Суммарн<br>ый объем<br>блюд, гр<br>550 | От 12 лет и старше |       |        |         |
|                                                                                            |                                     | ЗАВТРАК        |       |        |        |                                        | ЗАВТРАК            |       |        |         |
|                                                                                            |                                     | Белки          | Жиры  | Углев. | Ккал   |                                        | Белки              | Жиры  | Углев. | Ккал    |
| Понедельник 1                                                                              | 500,00                              | 28,70          | 29,95 | 110,69 | 831,09 | 580,00                                 | 37,12              | 35,71 | 138,58 | 1029,10 |

|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
|--------------------|------------------------------------|---------|-------|--------|---------|----------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| Вторник 1          | 715,00                             | 18,47   | 23,83 | 118,32 | 762,70  | 740,00                                 | 21,07 | 27,78 | 142,54 | 842,40  |
| Среда 1            | 590,00                             | 37,68   | 37,78 | 158,44 | 1124,60 | 610,00                                 | 38,48 | 38,98 | 162,74 | 1155,60 |
| Четверг 1          | 572,00                             | 22,35   | 32,86 | 106,29 | 857,60  | 602,00                                 | 23,44 | 33,96 | 112,38 | 896,74  |
| Пятница 1          | 630,00                             | 18,50   | 19,70 | 89,20  | 626,80  | 650,00                                 | 19,06 | 20,76 | 92,32  | 650,80  |
| Суббота 1          | 680,00                             | 21,10   | 24,32 | 105,50 | 729,80  | 730,00                                 | 24,60 | 28,02 | 109,50 | 792,80  |
| Понедельник 2      | 585,00                             | 25,40   | 21,12 | 114,13 | 722,80  | 605,00                                 | 26,89 | 21,99 | 117,45 | 750,47  |
| Вторник 2          | 648,00                             | 17,60   | 25,32 | 89,90  | 702,80  | 668,00                                 | 18,56 | 27,01 | 95,06  | 742,55  |
| Среда 2            | 560,00                             | 42,41   | 31,64 | 110,94 | 904,91  | 590,00                                 | 31,75 | 35,52 | 117,03 | 944,05  |
| Четверг 2          | 767,00                             | 32,50   | 45,40 | 132,10 | 1112,80 | 767,00                                 | 32,50 | 45,40 | 132,10 | 1112,80 |
| Пятница 2          | 530,00                             | 25,51   | 29,79 | 87,14  | 749,61  | 560,00                                 | 26,60 | 30,89 | 93,23  | 788,75  |
| Суббота 2          | 520,00                             | 20,81   | 24,00 | 88,09  | 613,00  | 570,00                                 | 25,12 | 29,06 | 93,18  | 683,22  |
|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
| Среди. за 12 дней: | 608,08                             | 25,92   | 28,81 | 109,23 | 811,54  | 639,33                                 | 27,10 | 31,26 | 117,18 | 865,77  |
|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
|                    | Суммарный<br>объем блюд,<br>гр 700 | ОБЕД    |       |        |         | Суммарны<br>й объем<br>блюд, гр<br>800 | ОБЕД  |       |        |         |
|                    |                                    | Белки   | Жиры  | Углев. | Ккал    |                                        | Белки | Жиры  | Углев. | Ккал    |
| Понедельник 1      | 900,00                             | 32,51   | 27,21 | 131,53 | 888,83  | 970,00                                 | 34,26 | 30,61 | 140,94 | 966,95  |
| Вторник 1          | 845,00                             | 32,39   | 40,32 | 107,16 | 899,60  | 925,00                                 | 37,25 | 46,18 | 113,95 | 996,06  |
| Среда 1            | 860,00                             | 40,44   | 30,00 | 122,49 | 880,86  | 930,00                                 | 43,59 | 32,34 | 132,60 | 954,63  |
| Четверг 1          | 830,00                             | 31,65   | 27,59 | 85,12  | 830,85  | 935,00                                 | 39,08 | 34,85 | 190,38 | 983,38  |
| Пятница 1          | 770,00                             | 35,66   | 23,70 | 106,36 | 772,20  | 875,00                                 | 41,48 | 29,18 | 119,12 | 880,00  |
| Суббота 1          | 815,00                             | 41,03   | 27,62 | 144,27 | 968,30  | 870,00                                 | 50,35 | 36,83 | 140,94 | 1086,80 |
| Понедельник 2      | 830,00                             | 33,12   | 20,31 | 108,60 | 745,51  | 930,00                                 | 37,63 | 25,53 | 123,27 | 864,85  |
| Вторник 2          | 890,00                             | 33,91   | 44,89 | 114,51 | 979,99  | 980,00                                 | 37,92 | 50,45 | 121,30 | 1072,45 |
| Среда 2            | 910,00                             | 40,37   | 31,28 | 161,93 | 1067,60 | 930                                    | 48,85 | 39,93 | 162,44 | 1193,30 |
| Четверг 2          | 845,00                             | 24,26   | 27,09 | 121,77 | 754,20  | 925,00                                 | 26,43 | 31,97 | 137,35 | 852,86  |
| Пятница 2          | 780,00                             | 30,52   | 33,62 | 106,00 | 829,62  | 825,00                                 | 32,08 | 36,72 | 109,32 | 882,60  |
| Суббота 2          | 775,00                             | 40,77   | 20,77 | 101,31 | 744,46  | 830,00                                 | 45,46 | 23,13 | 109,44 | 816,43  |
|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
| Среди. за 12 дней: | 837,50                             | 34,72   | 29,53 | 117,59 | 863,50  | 832,92                                 | 39,53 | 34,81 | 133,42 | 962,53  |
|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
|                    | Суммарный<br>объем блюд,<br>гр 300 | ПОЛДНИК |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
|                    |                                    | Белки   | Жиры  | Углев. | Ккал    |                                        |       |       |        |         |
| Понедельник        | 300,00                             | 6,60    | 5,00  | 100,70 | 463,60  |                                        |       |       |        |         |
| Вторник            | 300,00                             | 10,40   | 11,50 | 67,40  | 401,00  |                                        |       |       |        |         |
| Среда              | 350,00                             | 6,30    | 9,12  | 64,50  | 365,00  |                                        |       |       |        |         |
| Четверг            | 300,00                             | 7,00    | 18,00 | 91,40  | 561,00  |                                        |       |       |        |         |
| Пятница            | 310,00                             | 11,30   | 11,73 | 50,30  | 348,90  |                                        |       |       |        |         |
| Понедельник        | 300,00                             | 6,60    | 5,00  | 100,70 | 463,60  |                                        |       |       |        |         |
| Вторник            | 300,00                             | 10,40   | 11,50 | 67,40  | 401,00  |                                        |       |       |        |         |
| Среда              | 350,00                             | 6,30    | 9,12  | 64,50  | 315,00  |                                        |       |       |        |         |
| Четверг            | 315,00                             | 11,58   | 17,83 | 72,80  | 502,60  |                                        |       |       |        |         |
| Пятница            | 300,00                             | 8,00    | 18,00 | 91,40  | 561,60  |                                        |       |       |        |         |
|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |
| Среди. за 10 дней: | 313                                | 8       | 12    | 77     | 438     |                                        |       |       |        |         |
|                    |                                    |         |       |        |         |                                        |       |       |        |         |









