

Согласованно:
 Директор МБОУ "СОШ №1"
 Киреева О.А.
 9 января 2025 г.



Утверждено:
 Директор ООО "Большая Перемена"
 Шульдайс А.А.
 9 января 2025 г.

Примерное меню ОБЕДОВ на 1-4 недели для организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в МБОУ СОШ г.Бийска

дети с 7-11 лет

Сезон: Зима/весна

| № рецепта | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции,г | Пищевые вещества | | | Энерг. Ккал | Витамины(мг) | | | | Минеральные вещ-ва | | | |
|-----------|-------------------------------|----------------|------------------|---|---|-------------|--------------|----|----|----|--------------------|----|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |

Неделя №1
Понедельник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-17 №88 | Щи из свежей капусты с картофелем 200гр | 200,0 | 2,0 | 4,1 | 11,2 | 123,0 | 0,1 | 31,5 | 7,9 | 2,6 | 36,4 | 47,9 | 21,8 | 0,9 |
| П-13 №237 | Каша гречневая рассыпчатая 150гр. | 150,0 | 8,8 | 5,3 | 47,6 | 260,9 | 0,3 | 0,0 | 1,4 | 5,8 | 15,0 | 209,8 | 15,6 | 4,7 |
| М-17 №290 | Птица тушенная в соусе 50/50гр. | 100,0 | 14,0 | 8,7 | 4,0 | 147,0 | 1,0 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 8,5 | 88,0 | 9,6 | 0,0 |
| М-17 №349 | Компот из смеси сухофруктов 200гр. | 200,0 | 0,4 | 0,0 | 31,8 | 130,6 | 0,0 | 0,4 | 0,6 | 0,8 | 22,2 | 15,4 | 6,0 | 1,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 710,0 | 29,8 | 19,8 | 124,7 | 816,9 | 0,0 | 31,9 | 9,9 | 11,2 | 95,3 | 412,1 | 72,8 | 8,0 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| М17 №82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200гр | 200,0 | 2,0 | 4,1 | 13,9 | 135,0 | 0,1 | 21,8 | 19,6 | 2,7 | 36,6 | 52,7 | 33,9 | 1,1 |
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 224,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| П-13 №345 | Котлеты рыбные 90гр. | 90,0 | 16,4 | 2,7 | 8,6 | 142,0 | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 1,9 | 40,0 | 230,8 | 55,5 | 1,1 |
| М-17 №3 | Сыр 20гр | 20,0 | 3,7 | 4,3 | 0,0 | 42,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 45,0 | 24,3 | 2,3 | 0,0 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 720,0 | 27,0 | 27,5 | 103,9 | 759,9 | 0,0 | 22,8 | 19,6 | 17,3 | 76,8 | 308,4 | 100,7 | 5,8 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|---------------------------------|-------|------|------|------|-------|-----|------|-----|-----|------|-------|------|-----|
| М-17 №96 | Рассольник ленинградский 200гр. | 200,0 | 2,3 | 4,1 | 20,1 | 128,2 | 0,1 | 17,7 | 3,3 | 2,6 | 19,4 | 71,1 | 26,5 | 1,0 |
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 213,1 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| М-17 №268 | Котлеты 90гр (гов.) | 90,0 | 14,7 | 15,1 | 9,0 | 225,5 | 0,1 | 1,0 | 0,0 | 3,1 | 12,6 | 143,5 | 21,2 | 2,2 |
| Ком. товар | Сок фруктовый/овощной 200 г. | 200,0 | 0,0 | 0,1 | 20,9 | 84,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|-------|------|------|-------|-------|-----|------|-----|------|-------|-------|-------|-----|
| Итого: | 700,0 | 27,4 | 14,9 | 108,2 | 807,0 | 0,0 | 55,2 | 8,6 | 15,3 | 112,8 | 469,1 | 162,8 | 4,9 |
|--------|-------|------|------|-------|-------|-----|------|-----|------|-------|-------|-------|-----|

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-04 №148 | Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2) | 200,0 | 2,7 | 4,4 | 1,8 | 135,0 | 0,2 | 1,6 | 1,0 | 5,3 | 11,3 | 29,6 | 9,0 | 0,2 |
| М-17 №291 | Плов из птицы 240 гр. | 240,0 | 23,4 | 19,8 | 51,5 | 464,7 | 1,5 | 6,8 | 26,1 | 6,8 | 36,5 | 242,4 | 57,6 | 1,2 |
| П-08 №282 | Компот из свежих плодов или ягод 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 700,0 | 30,7 | 26,0 | 98,4 | 815,1 | 0,0 | 8,3 | 27,1 | 13,6 | 61,0 | 322,9 | 86,4 | 2,7 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| М-04 №144 | Суп из овощей с фасолью 200гр. | 200,0 | 3,1 | 3,5 | 14,7 | 128,0 | 0,1 | 25,3 | 2,1 | 5,4 | 39,0 | 75,4 | 27,8 | 1,1 |
| М-17 №263 | Рагу из свинины 240гр, | 240,0 | 17,3 | 24,6 | 42,2 | 314,5 | 0,7 | 42,1 | 31,9 | 7,0 | 44,7 | 237,0 | 71,5 | 3,1 |
| П-13 №501 | Кофейный напиток 200гр | 200,0 | 4,0 | 2,1 | 26,2 | 140,5 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,6 | 129,1 | 100,5 | 129,1 | 0,1 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Ком.товар | Снежок Йогурт 200гр | 200,0 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 85,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Итого: | | 900,0 | 25,0 | 29,9 | 101,9 | 823,4 | 0,0 | 67,3 | 34,0 | 13,9 | 96,9 | 363,3 | 119,0 | 5,4 |
| Итого по неделе | Неделя | 746,0 | 28,0 | 23,6 | 107,4 | 804,5 | 0,0 | 37,1 | 19,8 | 14,3 | 88,6 | 375,2 | 108,3 | 5,4 |

Неделя №2

Понедельник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-17 №96 | Рассольник ленинградский со сметаной 2 | 200,0 | 2,3 | 4,1 | 20,1 | 128,2 | 0,1 | 17,7 | 3,3 | 2,6 | 19,4 | 71,1 | 26,5 | 1,0 |
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 224,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| М-17 №260 | Гуляш 50/50гр.(свин.) | 100,0 | 13,7 | 19,0 | 4,1 | 250,9 | 0,5 | 4,8 | 24,0 | 3,1 | 11,2 | 120,4 | 19,7 | 1,2 |
| Ком. товар | Печенье\вафли (2шт) | 20,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 20г. | 20,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 51,8 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 710,0 | 26,3 | 31,4 | 105,3 | 814,4 | 0,0 | 22,5 | 27,3 | 17,2 | 58,3 | 303,8 | 91,8 | 4,7 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| М17 №82 | Борщ с капустой и картофелем 200гр. | 200,0 | 2,0 | 4,1 | 13,9 | 125,6 | 0,1 | 21,8 | 19,6 | 2,7 | 36,6 | 52,7 | 33,9 | 1,1 |
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 213,1 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| М-17 №255 | Печень по-строгановски 50/50гр | 100,0 | 16,1 | 12,8 | 2,9 | 211,1 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 3,7 | 17,6 | 175,2 | 17,0 | 1,2 |
| М-17 №415 | Компот из облепихи 200гр. | 200,0 | 0,2 | 1,1 | 21,1 | 96,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 710,0 | 27,0 | 26,0 | 102,2 | 801,6 | 0,0 | 55,7 | 24,7 | 17,3 | 104,4 | 393,4 | 130,8 | 5,0 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| П-№144 | Суп картофельный с бобовыми 200гр. | 200,0 | 5,1 | 4,3 | 20,2 | 144,2 | 0,2 | 12,8 | 2,6 | 2,6 | 28,5 | 80,4 | 32,0 | 0,9 |
| П-13 №237 | Каша гречневая рассыпчатая 150гр. | 150,0 | 8,8 | 5,3 | 47,6 | 196,0 | 0,3 | 0,0 | 1,4 | 5,8 | 15,0 | 209,8 | 15,6 | 4,7 |
| М-17 №278 | Тефтели 1-й вариант (гов.) 90гр. | 90,0 | 12,8 | 17,5 | 13,9 | 186,0 | 0,1 | 3,6 | 0,0 | 5,4 | 18,9 | 138,2 | 21,5 | 2,1 |
| П-13 №453 | Соус томатный 20гр. | 20,0 | 0,3 | 0,8 | 1,3 | 20,6 | 0,0 | 1,4 | 9,0 | 1,3 | 0,8 | 2,3 | 1,9 | 0,1 |
| П-08 №276 | Кисель из свежих ягод (смородина) 200гр. | 200,0 | 0,3 | 0,1 | 21,7 | 88,8 | 0,0 | 50,0 | 0,0 | 0,5 | 11,4 | 12,9 | 8,8 | 0,3 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 40гр | 40,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 103,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 20г. | 20,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 51,3 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 720,0 | 31,6 | 29,7 | 128,0 | 790,5 | 0,0 | 17,8 | 13,0 | 16,6 | 76,4 | 481,8 | 90,8 | 9,0 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №103 | Суп картофельный с макаронными изд. 20 | 200,0 | 2,8 | 2,2 | 23,1 | 124,6 | 0,1 | 17,5 | 3,3 | 1,5 | 18,2 | 67,0 | 27,2 | 1,1 |
| М-17 №291 | Плов из птицы 240 гр. | 240,0 | 23,4 | 19,8 | 51,5 | 464,7 | 1,5 | 6,8 | 26,1 | 6,8 | 36,5 | 242,4 | 57,6 | 1,2 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 700,0 | 30,8 | 23,8 | 119,6 | 804,7 | 0,0 | 24,3 | 29,4 | 9,8 | 67,9 | 360,4 | 104,6 | 3,5 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №88 | Щи из свежей капусты с картофелем 200гр | 200,0 | 2,0 | 4,1 | 11,2 | 135,6 | 0,1 | 31,5 | 7,9 | 2,6 | 36,4 | 47,9 | 21,8 | 0,9 |
| М-17 №352 | Картофель, запеченый с курицей 240гр | 240,0 | 24,6 | 15,4 | 36,6 | 302,0 | 1,7 | 36,7 | 5,1 | 1,5 | 65,0 | 260,4 | 58,8 | 1,9 |
| М-17 №349 | Компот из смеси сухофруктов 200гр. | 200,0 | 0,4 | 0,0 | 31,8 | 130,6 | 0,0 | 0,4 | 0,6 | 0,8 | 22,2 | 15,4 | 6,0 | 1,2 |
| Ком. товар | Яблоки (1шт) | 100,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 40гр | 40,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 103,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 820,0 | 31,6 | 21,7 | 102,6 | 822,4 | 0,0 | 78,2 | 18,0 | 5,7 | 130,7 | 370,3 | 109,5 | 6,2 |
| Итого по неделе | | 732,0 | 29,5 | 26,5 | 111,5 | 806,7 | 0,0 | 39,7 | 22,5 | 13,3 | 87,5 | 381,9 | 105,5 | 5,7 |

Неделя №3

Понедельник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----------------------------------|-------|------|-----|------|-------|-----|------|-----|-----|------|-------|------|-----|
| М-17 №96 | Рассольник ленинградский 200гр. | 200,0 | 2,3 | 4,1 | 20,1 | 128,2 | 0,1 | 17,7 | 3,3 | 2,6 | 19,4 | 71,1 | 26,5 | 1,0 |
| П-13 №237 | Каша гречневая рассыпчатая 150гр. | 150,0 | 8,8 | 5,3 | 47,6 | 260,9 | 0,3 | 0,0 | 1,4 | 5,8 | 15,0 | 209,8 | 15,6 | 4,7 |
| П-08 №209 | Котлеты (кур.) припущенные 90гр. | 90,0 | 16,5 | 7,5 | 8,8 | 173,3 | 1,2 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 13,8 | 118,4 | 17,0 | 0,4 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 700,0 | 32,3 | 18,7 | 121,6 | 777,8 | 0,0 | 17,7 | 4,7 | 10,1 | 61,4 | 450,3 | 78,8 | 7,3 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №81 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200,0 | 1,8 | 4,1 | 10,3 | 145,0 | 0,0 | 22,1 | 19,2 | 2,7 | 40,8 | 44,7 | 31,6 | 1,0 |
| М-17 №265 | Плов 240гр (свин.) | 240,0 | 24,9 | 33,4 | 47,0 | 345,6 | 0,9 | 2,7 | 7,4 | 6,7 | 25,4 | 269,2 | 57,9 | 2,3 |
| П-08 №283 | Компот из сухофруктов 2вар. 200гр. | 200,0 | 0,6 | 0,0 | 29,7 | 123,3 | 0,0 | 0,5 | 0,8 | 0,7 | 27,8 | 19,3 | 7,5 | 1,5 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 40гр | 40,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 103,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 720,0 | 31,6 | 21,3 | 106,7 | 821,1 | 0,0 | 59,2 | 25,0 | 5,8 | 146,7 | 375,4 | 117,7 | 5,6 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--------------|-------------|------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-04 №148 | Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2) | 200,0 | 2,7 | 4,4 | 1,8 | 185,0 | 0,2 | 1,6 | 1,0 | 5,3 | 11,3 | 29,6 | 9,0 | 0,2 |
| П08 №235, | Сложный гарнир 150гр | 150,0 | 3,5 | 7,7 | 16,1 | 143,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| П-13 №343 | Рыба, тушенная в томате с овощами 100 г | 100,0 | 13,7 | 5,6 | 6,3 | 138,8 | 0,1 | 5,9 | 20,1 | 3,5 | 50,3 | 220,4 | 58,5 | 1,2 |
| Ком. товар | Сок фруктовый/овощной 200 г. | 200,0 | 0,0 | 0,1 | 20,9 | 84,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 40гр | 40,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 103,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 730,0 | 23,7 | 8,9 | 55,4 | 759,2 | 0,0 | 2,0 | 1,0 | 8,6 | 64,5 | 311,3 | 84,3 | 2,5 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-17 №88 | Щи из свежей капусты с картофелем 200гр | 200,0 | 2,0 | 4,1 | 11,2 | 135,6 | 0,1 | 31,5 | 7,9 | 2,6 | 36,4 | 47,9 | 21,8 | 0,9 |
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 220,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| М-17 №279 | Тефтели 2-й вариант (гов) 90гр | 90,0 | 12,3 | 17,2 | 14,1 | 196,3 | 0,1 | 3,2 | 0,0 | 5,2 | 15,7 | 137,7 | 21,0 | 1,9 |
| М-17 №3 | Сыр 20гр | 20,0 | 3,7 | 4,3 | 0,0 | 42,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 45,0 | 24,3 | 2,3 | 0,0 |
| М-17 №416 | Компот из облепихи и яблок 200гр. | 200,0 | 0,2 | 0,6 | 16,7 | 73,2 | 0,0 | 1,2 | 0,6 | 0,5 | 1,9 | 1,3 | 1,1 | 0,3 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 720,0 | 24,7 | 30,1 | 108,1 | 823,3 | 0,0 | 35,9 | 8,5 | 19,4 | 81,7 | 299,2 | 89,5 | 5,5 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №102 | Суп картофельный с бобовыми 200гр. | 200,0 | 5,1 | 4,3 | 20,2 | 154,0 | 0,2 | 12,8 | 2,6 | 2,6 | 28,5 | 80,4 | 32,0 | 0,9 |
| М-17 №265 | Рагу из курицы 240гр | 240,0 | 24,9 | 33,4 | 47,0 | 295,0 | 0,9 | 2,7 | 7,4 | 6,7 | 25,4 | 269,2 | 57,9 | 2,3 |
| М-17 №223 | Запеканка из творога 50гр | 50,0 | 5,0 | 6,9 | 5,2 | 125,3 | 0,0 | 0,2 | 0,1 | 1,7 | 45,4 | 65,7 | 7,6 | 0,2 |
| П-08 №269 | Какао с молоком 200гр | 200,0 | 3,9 | 2,1 | 25,2 | 136,2 | 0,0 | 0,4 | 0,0 | 0,6 | 105,3 | 79,0 | 114,2 | 0,7 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 20г. | 20,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 51,8 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 730,0 | 34,6 | 39,5 | 112,2 | 814,1 | 0,0 | 15,5 | 10,0 | 10,8 | 67,1 | 400,7 | 109,7 | 4,3 |
| Итого по неделе | | 720,0 | 29,4 | 23,7 | 100,8 | 799,1 | 0,0 | 26,1 | 9,8 | 10,9 | 84,3 | 367,4 | 96,0 | 5,0 |

Неделя №4**Понедельник**

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|-------|-----|-----|------|-------|-----|------|------|-----|------|------|------|-----|
| М-17 №81 | Борщ с капустой и картофелем 200гр. | 200,0 | 1,8 | 4,1 | 10,3 | 146,2 | 0,0 | 22,1 | 19,2 | 2,7 | 40,8 | 44,7 | 31,6 | 1,0 |
|----------|-------------------------------------|-------|-----|-----|------|-------|-----|------|------|-----|------|------|------|-----|

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|------------------------------------|-------|------|------|------|-------|-----|-----|-----|------|------|-------|------|-----|
| П-08 №227 | Макаронные изделия отварные 150гр | 150,0 | 5,6 | 6,4 | 36,0 | 224,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 14,4 | 61,3 | 25,8 | 1,3 |
| М-17 №280 | Фрикадельки в соусе (гов.) 90/20гр | 110,0 | 12,3 | 16,7 | 12,5 | 198,6 | 0,1 | 0,7 | 0,0 | 4,9 | 10,1 | 121,0 | 17,6 | 1,8 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 720,0 | 24,4 | 29,0 | 103,8 | 784,9 | 0,0 | 22,8 | 19,2 | 19,2 | 78,5 | 277,9 | 94,8 | 5,3 |

Вторник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| М-04 №148 | Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2) | 200,0 | 2,7 | 4,4 | 1,8 | 136,5 | 0,2 | 1,6 | 1,0 | 5,3 | 11,3 | 29,6 | 9,0 | 0,2 |
| М-17 №352 | Картофель, запеченный с курицей 240гр | 240,0 | 24,6 | 15,4 | 36,6 | 390,5 | 1,7 | 36,7 | 5,1 | 1,5 | 65,0 | 260,4 | 58,8 | 1,9 |
| П-08 №276 | Кисель из облепихи 200гр. | 200,0 | 0,3 | 1,3 | 21,0 | 98,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 2,4 | 4,6 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 700,0 | 30,9 | 26,6 | 100,1 | 780,4 | 0,0 | 9,5 | 27,7 | 13,6 | 62,9 | 324,3 | 87,4 | 2,9 |

Среда

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №96 | Рассольник ленинградский 200гр. | 200,0 | 2,3 | 4,1 | 20,1 | 128,2 | 0,1 | 17,7 | 3,3 | 2,6 | 19,4 | 71,1 | 26,5 | 1,0 |
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 213,1 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| М-17 №290 | Птица тушенная в соусе 50/50гр. | 100,0 | 14,0 | 8,7 | 4,0 | 163,0 | 1,0 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 8,5 | 88,0 | 9,6 | 0,0 |
| М-17 №376 | Чай с сахаром 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Фруктовое пюре 125гр | 125,0 | 0,4 | 0,4 | 10,4 | 65,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 835,0 | 24,9 | 20,8 | 103,4 | 784,7 | 0,0 | 51,6 | 8,4 | 14,4 | 78,1 | 324,6 | 116,0 | 3,8 |

Четверг

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №88 | Щи из свежей капусты с картофелем 200гр | 200,0 | 2,0 | 4,1 | 11,2 | 126,3 | 0,1 | 31,5 | 7,9 | 2,6 | 36,4 | 47,9 | 21,8 | 0,9 |
| П-13 №429 | Картофельное пюре 150гр | 150,0 | 4,0 | 6,2 | 34,2 | 210,3 | 0,2 | 33,9 | 5,1 | 9,3 | 37,0 | 114,5 | 60,1 | 1,5 |
| М-00 №872 | Запеканка из печени с рисом 90гр | 90,0 | 15,8 | 7,3 | 11,6 | 190,6 | 0,0 | 2,6 | 0,0 | 6,6 | 15,7 | 181,6 | 25,4 | 1,4 |
| П-08 №282 | Компот из свежих плодов или ягод 200гр | 200,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 40г. | 40,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 103,6 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 700,0 | 39,6 | 17,7 | 104,0 | 742,6 | 0,0 | 35,6 | 8,3 | 16,3 | 133,0 | 453,4 | 134,6 | 4,1 |

Пятница

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| М-17 №102 | Суп картофельный с бобовыми 200гр. | 200,0 | 5,1 | 4,3 | 20,2 | 144,2 | 0,2 | 12,8 | 2,6 | 2,6 | 28,5 | 80,4 | 32,0 | 0,9 |
| П-13 №237 | Каша гречневая рассыпчатая 150гр. | 150,0 | 8,8 | 5,3 | 47,6 | 260,9 | 0,3 | 0,0 | 1,4 | 5,8 | 15,0 | 209,8 | 15,6 | 4,7 |
| П-08 №209 | Шницели (кур.) припущенные 90гр. | 90,0 | 16,5 | 7,5 | 8,8 | 173,3 | 1,2 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 13,8 | 118,4 | 17,0 | 0,4 |
| Ком. товар | Печенье\вафли (2шт) | 20,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 0,0 | 10,0 | 5,0 | 0,2 | 16,0 | 11,0 | 9,0 | 2,2 |
| М-17 337 | Чай с лимоном 200гр | 200,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 62,7 | 0,0 | 3,2 | 0,2 | 0,5 | 3,2 | 1,8 | 1,0 | 0,0 |
| Ком. товар | Хлеб бородинский 20гр | 20,0 | 1,5 | 0,6 | 10,0 | 51,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 4,4 | 17,0 | 6,6 | 0,4 |
| Ком. товар | Хлеб пшенич.иодированный 20г. | 20,0 | 3,1 | 1,2 | 20,0 | 51,8 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 8,8 | 34,0 | 13,2 | 0,8 |
| Итого: | | 700,0 | 35,5 | 19,3 | 131,6 | 791,7 | 1,8 | 26,0 | 9,2 | 10,4 | 89,7 | 472,4 | 94,4 | 9,4 |
| Итого по неделе | | 731,0 | 31,1 | 22,7 | 108,6 | 776,9 | 0,4 | 29,1 | 14,6 | 14,8 | 88,4 | 370,5 | 105,4 | 5,1 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|-------|------|------|-------|-------|-----|------|------|------|------|-------|-------|-----|
| Итого (Общ) | 732,3 | 29,5 | 24,1 | 107,1 | 796,8 | 0,1 | 33,0 | 16,7 | 13,3 | 87,2 | 373,8 | 103,8 | 5,3 |
|----------------|-------|------|------|-------|-------|-----|------|------|------|------|-------|-------|-----|