

СОГЛАСОВАНО:
Директор
муниципального образования Новокубанский район

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ОС МУ
города Новокубанска

" " 2021г

" " 2021г

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
С 1 ПО 4 КЛАССЫ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОКУБАНСКИЙ РАЙОН РАЙОН

на 2021-2022 г.г.

Сезон: осенне-зимне-весенний

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ 1															
Понедельник															
Завтрак															
	223(2017)	Запеканка из творога со сметаной	200	20,05	13,66	63,20	456,75	0,68	2,36	83,48	98,15	183,85	250,65	35,48	1,22
	377(2017)	Чай с лимоном	190/107	0,13	0,02	15,20	62,00		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
	ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
	338(2017)	Банан	150	2,26	0,76	31,60	141,76	0,060	15,00		0,60	12,00	42,00	63,00	0,90
	209(2017)	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
		Итого:		30,72	23,07	129,57	850,03	0,81	20,19	203,48	99,58	242,45	410,15	118,88	3,93
ОБЕД															
	101(2017)	Суп картофельный с рисовой крупой	250	1,98	2,71	12,11	85	0,09	8,25		1,23	26,7	55,98	22,78	0,88
	223(2017)	Запеканка из творога со сметаной	200	20,05	13,66	63,20	456,75	0,68	2,36	83,48	98,15	183,85	250,65	35,48	1,22
	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
	338(2017)	Банан	150	2,26	0,76	31,60	141,76	0,060	15,00		0,60	12,00	42,00	63,00	0,90
	377(2017)	Чай с лимоном	190/107	0,13	0,02	15,20	62,00		2,83		0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
	ПП	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	5,60	0,22
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,52
	ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	5,60	0,22
	209(2017)	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
		Итого:		33,82	28	151,555	981,01	0,92	28,44	203,48	101	273,75	487,33	146,66	5,43
Вторник															
Завтрак															
	71(2017)	Нарезка из свежих*огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	16,00	8,40	0,30
	291(2017)	Плов из птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23
	376(2017)	Фруктовый чай	190	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	3,40		0,40	21,20	22,60	14,60	3,20
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Круассан	45	3,83	5,09	31,37	186,53	0,045		29,25	0,585	18,45	39,15	6,75	0,45
		Итого:		31,34	16,99	120,68	761,32	0,34	14,16	62,77	2,49	109,15	372,95	115,01	7,56
ОБЕД															
	71(2017)	Нарезка из свежих*огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	16,00	8,40	0,30
	112(2017)	Суп с макаронными изделиями и	250	2,89	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13
	291(2017)	Плов из птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23
	376(2017)	Фруктовый чай	190	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	3,40		0,40	21,20	22,60	14,60	3,20
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Круассан	45	3,83	5,09	31,37	186,53	0,045		29,25	0,585	18,45	39,15	6,75	0,45
		Итого:		34,03	20,83	138,13	879,97	0,45	22,41	62,77	3,92	138,35	440,53	142,29	8,68
Среда															
Завтрак															
	71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
	279(2017)	Тфтели 2-й вариант	90	6,86	7,63	8,69	130,68	0,05	0,38	30,36	0,42	21,77	76,51	19,79	0,63
	303(2017)	Каша вязкая гречневая, со сливочным	150	4,42	4,84	19,84	140,65	0,11			0,33	8,16	105,24	69,63	2,34
	593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
	ПП	Сок натуральный п/л, фас 0,2	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	5,60	0,22
	15(2017)	Сыр	20	4,64	5,90		71,66	0,010	0,140	52,00	0,100	176,0	100,0	7,00	0,200
	ПП	Молоко ультрапастеризованное для	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,80	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20
		Итого:		30,33	25,92	106,12	781,27	0,42	18,02	132,50	2,61	497,80	584,16	174,66	8,42
ОБЕД															
	71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
	102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	86,1	35,58	2,05
	279(2017)	Тфтели 2-й вариант	90	6,86	7,63	8,69	130,68	0,05	0,38	30,36	0,42	21,77	76,51	19,79	0,63
	303(2017)	Каша вязкая гречневая, со сливочным	150	4,42	4,84	19,84	140,65	0,11			0,33	8,16	105,24	69,63	2,34
	593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
	ПП	Сок натуральный п/л, фас 0,2	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	5,60	0,22
	15(2017)	Сыр твердых сорт	20	4,64	5,90		71,66	0,010	0,140	52,00	0,100	176,0	100,0	7,00	0,200
	ПП	Молоко ультрапастеризованное для	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,80	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20
		Итого:		35,82	31,20	122,66	929,52	0,65	23,85	132,50	5,04	540,48	672,26	210,24	10,47
Четверг															
Завтрак															
	ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,60	25,00	12,20	0,40
	312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
	229(2017)	Рыба (горбуша), тушенная в томате с	130	12,68	6,44	4,94	136,50	0,07	4,85	7,57	3,28	50,79	210,85	63,09	1,11
	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
	379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	5,60	0,22
	ПП	Йогурт фас 0,2	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20
		Итого:		32,42	32,03	96,54	810,21	1,42	25,56	137,58	5,21	505,73	642,38	172,00	4,48
ОБЕД															
	ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,60	25,00	12,20	0,40
	82														

НЕДЕЛЯ 2		Завтрак													
Понедельник	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
	209(2017)	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
	15(2017)	Сыр	20	4,64	5,90		71,66	0,10	0,140	52,00	0,100	176,0	100,0	7,00	0,200
	219(2017)	Сырники из творога со сгущенным мо	150/60	32,52	26,91	51,420	579,00	0,13	0,99	110,70	4,41	422,10	470,64	55,02	1,14
	376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28
	ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	Итого:		45,51	41,46	86,09		900,18	0,21	1,16	282,70	5,33	641,60	686,54	81,42	3,07
	Обед														
	101(2017)	Суп картофельный с пшеном на п/б	250	1,98	2,71	12,11	85	0,09	8,25		1,23	26,7	55,98	22,78	0,88
	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
209(2017)	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03		100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00	
15(2017)	Сыр	20	4,64	5,90		71,66	0,10	0,140	52,00	0,100	176,0	100,0	7,00	0,200	
219(2017)	Сырники из творога со сгущенным мо	150/60	32,52	26,91	51,420	579,00	0,13	0,99	110,70	4,41	422,10	470,64	55,02	1,14	
376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28	
ПП	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	
ПП	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02			0,18	4,60	21,20	5,00	0,62	
ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	
Итого:		48,61	44,39	108,08		1031,16	0,316	9,41	282,7	6,74	672,9	763,72	109,2	4,57	
НЕДЕЛЯ 2		Завтрак													
Вторник	71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
	289(2017)	Рагу из мяса птицы с овощами	240	17,04	14,16	20,22	276,64	0,120	15,56	27,93	2,660	38,02	183,67	47,88	2,43
	349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		22,92	15,04	85,91		572,49	0,70	19,19	27,93	3,53	95,18	282,24	99,25	4,76
	Обед														
	71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
	112(2017)	Суп с макаронными изделиями и	250	2,59	3,94	17,45	116,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13
	143(2017)	Рагу из овощей	150	16,66	6,4	38,92	143,2	0,11	2,32	0,12	3,76	130,12	227,3	80,32	2,52
349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
Итого:		25,23	11,12	122,06		557,30	0,80	14,20	0,12	6,06	216,48	394,05	158,97	5,98	
НЕДЕЛЯ 2		Завтрак													
Среда	71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
	139(2017)	Калуста тушеная	150	3,11	4,86	14,15	112,65	0,24	25,74		2,60	83,18	60,21	30,98	1,20
	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
	268(2017)	Котлета из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21
	ПП	Сок натуральный п/л, фас 0,2	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
	ПП	Молоко ультрапастеризованное для	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого:		29,99	32,98	100,51		823,34	0,33	42,84	92,77	7,24	377,96	244,30	131,31	8,55
Обед															
71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	
162(2017)	Суп картофельный с бобовыми на	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	88,1	35,58	2,05	
139(2017)	Калуста тушеная	150	3,11	4,86	14,15	112,65	0,24	25,74		2,60	83,18	60,21	30,98	1,20	
14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
268(2017)	Котлета из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21	
ПП	Сок натуральный п/л, фас 0,2	200	1,00		19,80	84,80	0,02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	
ПП	Молоко ультрапастеризованное для	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20	
Итого:		35,48	38,26	117,05		971,59	0,56	48,87	92,77	9,87	464,52	362,80	166,89	10,60	
НЕДЕЛЯ 2		Завтрак													
Четверг	ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,60	25,00	12,20	0,40
	312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
	235(2017)	Шницель рыбный	100	10,60	8,74	14,67	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27
	593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
	14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01
	379(2017)	Кофейный напиток с молоком	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
	ПП	Ряженка, фас 0,2	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20
Итого:		30,87	35,83	108,38		878,12	1,42	21,39	160,78	6,21	512,35	584,43	145,50	4,76	
Обед															
ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,60	25,00	12,20	0,40	
88(2017)	Щи из свежей капусты, картофелем	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0,063	15,78		2,35	42,5	49	22,13	0,83	
312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04	
235(2017)	Шницель рыбный	100	10,60	8,74	14,67	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27	
593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12	
14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00			20,00	0,06	1,20	1,50		0,01	
379(2017)	Кофейный напиток с молоком	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13	
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
ПП	Батон йодированный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	0,02			0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	
ПП	Ряженка, фас 0,2	200	5,80	5,00	8,40	102,00	0,04	0,60	40,00		248,00	184,00	28,00	0,20	
Итого:		32,63	40,78	116,28		987,87	1,49	37,17	160,78	8,56	937,35	633,43	167,63	5,59	
НЕДЕЛЯ 2		Завтрак													
Пятница	71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
	171(2017)	Каша вязкая рисовая со слив	150	2,48	4,03	25,69	148,92	0,02			0,19				

СОГЛАСОВАНО:
Директор
муниципального образования Новокубанский район

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ОС МУ
города Новокубанска

" " 2021г

" " 2021г
Л.В.Левада

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 5 ПО 11 КЛАССЫ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОКУБАНСКИЙ РАЙОН РАЙОН**

на 2021-2022 г.г.

Сезон: осенне-зимне-весенний

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ 1															
Понедельник															
Завтрак															
	223(2017)	Запеканка из творога со сметаной	200	20,05	13,66	63,20	456,75	0,68	2,36	83,48	96,15	183,85	250,65	35,48	1,22
	376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28
	ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	338(2017)	Яблоко свежее	120	0,44	0,44	11,78	51,70	0,033	11,00		0,22	17,60	12,00	9,90	2,42
		Итого:		23,72	14,52	109,30	661,97	0,75	13,39	83,48	96,89	221,75	300,25	59,98	4,36
ОБЕД															
	101(2017)	Суп картофельный с рисовой крупой	250	1,98	2,71	12,11	85	0,09	8,25		1,23	26,7	55,98	22,78	0,88
	223(2017)	Запеканка из творога со сметаной	200	20,05	13,66	63,20	456,75	0,68	2,36	83,48	96,15	183,85	250,65	35,48	1,22
	376(2017)	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	15,00	60,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	338(2017)	Яблоко свежее	120	0,44	0,44	11,78	51,70	0,033	11,00		0,22	17,60	12,00	9,90	2,42
		Итого:		30,54	17,96	155,55	909,46	0,923	21,64	83,48	101	264,55	422,83	103,46	6,61
НЕДЕЛЯ 1															
Вторник															
Завтрак															
	71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
	291(2017)	Плов из птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23
	349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		27,53	11,59	109,32	653,35	0,75	11,45	33,52	1,52	100,36	325,17	115,93	4,56
ОБЕД															
	71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
	112(2017)	Суп с макаронными изделиями и	250	2,69	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13
	291(2017)	Плов из птицы	240	21,65	10,71	43,63	357,50	0,17	7,82	33,52	0,65	43,20	226,60	64,56	2,23
	349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		30,22	15,43	126,77	771,60	0,86	19,70	33,52	2,95	129,56	392,75	143,21	5,59
НЕДЕЛЯ 1															
Среда															
Завтрак															
	71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
	279(2017)	Тефтели 2-й вариант	90	6,86	7,63	8,69	130,68	0,05	0,38	30,36	0,42	21,77	76,51	19,79	0,63
	303(2017)	Каша вязкая гречневая, со сливочным	150	4,42	4,84	19,84	140,65	0,11			0,33	8,16	105,24	69,63	2,34
	593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
	948(2004)	Кисель из ягод на плодовых или	190	0,24	0,12	35,76	145,08		80,00		0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		17,55	14,94	102,82	616,13	0,29	91,28	40,50	2,23	71,40	279,18	126,02	5,28
ОБЕД															
	71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
	102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,68	88,1	35,58	2,05
	279(2017)	Тефтели 2-й вариант	90	6,86	7,63	8,69	130,68	0,05	0,38	30,36	0,42	21,77	76,51	19,79	0,63
	303(2017)	Каша вязкая гречневая, со сливочным	150	4,42	4,84	19,84	140,65	0,11			0,33	8,16	105,24	69,63	2,34
	593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
	948(2004)	Кисель из ягод на плодовых или	190	0,24	0,12	35,76	145,08		80,00		0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		23,04	20,22	119,36	764,38	0,52	97,11	40,50	4,66	114,08	367,28	161,60	7,33
НЕДЕЛЯ 1															
Четверг															
Завтрак															
	ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,80	25,00	12,20	0,40
	312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
	229(2017)	Рыба (минтай), тушеная в томате с	130	12,68	6,44	4,94	136,50	0,07	4,85	7,57	3,28	50,79	210,85	63,09	1,11
	379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		25,00	23,20	78,41	628,45	1,36	24,96	77,58	4,89	251,93	439,48	137,40	4,05
ОБЕД															
	ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,80	25,00	12,20	0,40
	82(2017)	Борщ с капустой, картофелем на л/б	250	1,8	4,93	10,94	103,75	0,05	10,68		2,4	49,72	54,6	26,13	1,23
	312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
	229(2017)	Рыба (минтай), тушеная в томате с	130	12,68	6,44	4,94	136,50	0,07	4,85	7,57	3,28	50,79	210,85	63,09	1,11
	379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		26,80	28,13	89,35	732,20	1,41	35,64	77,58	7,29	301,65	494,08	163,53	5,28
НЕДЕЛЯ 1															
Пятница															
Завтрак															
	71(2017)	Нарезка из свежих*томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
	202/203(2017)	Макароны отварные, со сливочным м	150	5,46	5,78	30,46	195,71	0,06		30,00	0,86	6,38	19,73	4,28	0,43
	260(2017)	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	0,03	0,92		2,61	21,81	154,15	22,03	3,06
	382(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22	124,56	21,34	0,48
	ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
		Итого:		29,59	26,96	87,35	711,00	0,27	13,01	54,40	<				

ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04		0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04		0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
ПП	Батон йодированный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04		0,52	9,20	34,80	13,20	0,44	
	Итого:		42,57	30,77	131,99	980,01	0,336	9,27	110,7	6,95	485,2	630,82	113,1	4,11

НЕДЕЛЯ 2

Вторник

Завтрак														
71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
289(2017)	Рагу из мяса птицы с овощами	240	17,04	14,16	20,22	276,64	0,120	15,56	27,93	2,660	38,02	183,67	47,88	2,43
349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		22,92	15,04	85,91	572,49	0,70	19,19	27,93	3,53	95,18	282,24	99,25	4,76
ОБЕД														
71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
112(2017)	Суп с макаронными изделиями и	250	2,69	3,84	17,45	118,25	0,11	8,25		1,43	29,2	67,58	27,28	1,13
349(2017)	Компот из сухофруктов	190	0,62	0,09	30,41	126,16	0,48	0,69		0,02	30,86	13,97	22,27	0,66
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		8,57	4,72	83,14	414,10	0,69	11,88	0,00	2,30	86,36	166,15	78,65	3,46

НЕДЕЛЯ 2

Среда

Завтрак														
71(2017)	Нарезка из свежих* томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
139(2017)	Капуста тушеная	150	3,11	4,86	14,15	112,65	0,04	25,74		2,60	83,18	60,21	30,98	1,20
268(2017)	Котлета из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21
948(2004)	Кисель из конц на плодовых или	190	0,24	0,12	35,76	145,08		80,00		0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		21,81	24,27	97,14	696,86	0,21	####	32,77	6,90	126,36	287,72	89,67	5,60
ОБЕД														
71(2017)	Нарезка из свежих* томатов	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50		0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
102(2017)	Суп картофельный с бобовыми на	250	5,49	5,28	16,54	148,25	0,23	5,83		2,43	42,88	88,1	35,58	2,05
139(2017)	Капуста тушеная	150	3,11	4,86	14,15	112,65	0,04	25,74		2,60	83,18	60,21	30,98	1,20
14(2017)	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,065	33,00				20,00	0,06	1,20	1,50	0,01
268(2017)	Котлета из мяса говядины	90	12,96	18,44	10,81	263,44	0,05		32,77	2,91	10,48	138,89	25,03	2,21
948(2004)	Кисель из конц на плодовых или	190	0,24	0,12	35,76	145,08		80,00		0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		27,34	33,18	113,75	878,11	0,44	####	52,77	9,39	170,24	377,32	125,25	7,66

НЕДЕЛЯ 2

Четверг

Завтрак														
ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,60	25,00	12,20	0,40
312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
234(2017)	Котлеты или биточки рыбные	100	10,60	8,74	14,87	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27
593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		23,45	27,00	90,25	696,36	1,36	20,79	100,79	5,89	258,55	381,53	110,90	4,33
ОБЕД														
ПП	Икра кабачковая пром произ-ва	60	1,20	4,20	5,40	56,00	0,01	1,00	0,01	0,58	17,60	25,00	12,20	0,40
88(2017)	Щи из свежей капусты, картофелем	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0,063	15,78		2,35	42,5	49	22,13	0,83
312(2017)	Пюре картофельное со сл маслом	150	3,11	9,15	17,98	172,86	1,16	17,81	50,00	0,24	41,66	87,03	27,41	1,04
234(2017)	Котлеты или биточки рыбные	100	10,60	8,74	14,87	180,38	0,07	0,28	20,64	4,19	48,64	144,09	33,65	1,27
593(2004)	Соус томатный	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,01	0,40	10,14	0,09	8,77	8,81	2,94	0,12
379(2017)	Кофейный напиток	190	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	50,00	14,00	0,13
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого:		25,21	31,95	98,15	786,11	1,43	36,57	100,79	8,24	683,55	430,53	133,03	5,16

НЕДЕЛЯ 2

Пятница

Завтрак														
71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
171(2017)	Каша вязкая рисовая со слив	150	2,48	4,03	25,89	148,92	0,02			0,19	3,99	53,72	17,40	0,36
297(2017)	Фрикадельки куриные	110	12,01	17,92	7,09	237,65	12,01	7,09	237,65	12,01	42,37	93,71	12,62	1,00
382(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22	124,56	21,34	0,48
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
338(2017)	Яблоко свежее	120	0,44	0,44	11,78	51,70	0,033	11,00		0,22	17,60	12,00	9,90	2,42
	Итого:		24,27	26,72	97,42	726,56	12,22	22,62	262,05	13,27	242,48	368,59	90,36	6,93
ОБЕД														
71(2017)	Нарезка из свежих* огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	2,94		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
99(2017)	Суп из овощей на л/б	250	1,59	4,99	9,15	95,25	0,08	10,38		2,33	34,85	49,28	20,75	0,78
171(2017)	Каша вязкая рисовая со слив	150	2,48	4,03	25,89	148,92	0,02			0,19	3,99	53,72	17,40	0,36
297(2017)	Фрикадельки куриные	110	12,01	17,92	7,09	237,65	12,01	7,09	237,65	12,01	42,37	93,71	12,62	1,00
382(2017)	Какао с молоком	190	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40		152,22	124,56	21,34	0,48
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
ПП	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	66,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
338(2017)	Яблоко свежее	120	0,44	0,44	11,78	51,70	0,033	11,00		0,22	17,60	12,00	9,90	2,42
	Итого:		25,86	31,71	106,57	821,81	12,30	33,00	262,05	15,60	277,33	417,87	111,11	6,71

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Говядина - отрубы из мяса говядины бескостные
2. Птица - тушки цыплят-бройлеров охлажденные I категории
3. Йодо