


Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №5

Звягина О.Ю. 

приказ № 01-08/550

от 30.02.2024



Циклическое двухнедельное меню для учащихся 1-4 классов (в том числе учащихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не являющихся учащимися с ограниченными возможностями здоровья) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 1</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	12	60	0,4	4,2	4,4	58,2	0,0	0,0	0,0	3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3	0,0	0,0	0,0	1,4
35	Омлет натуральный	60	150	13,1	13,8	4,1	298,5	0,5	0,0	36,5	0,0	95,4	157,0	6,2	0,6	136,0	0,1	0,0	0,4	0,4
	Молоко	22	200	3,3	3,7	4,7	64,0	0,0	0,2	33,0	0,0	119,0	93,0	13,0	0,1	151,0	0,4	2,0	0,5	1,5
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>106</b>	<b>510</b>	<b>18,5</b>	<b>22,8</b>	<b>47,3</b>	<b>573,7</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>69,5</b>	<b>3,0</b>	<b>284,0</b>	<b>385,5</b>	<b>54,1</b>	<b>2,4</b>	<b>371,3</b>	<b>0,5</b>	<b>2,0</b>	<b>0,9</b>	<b>13,3</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	174,5	0,0	2,1	2,3	2,7	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	9,6
22	Свекольник	15	200	1,8	4,1	9,3	81,1	0,1	0,0	43,3	0,0	41,9	45,8	10,0	0,3	63,0	0,0	0,0	0,0	3,6
39	Котлета	60	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	44,1	0,0	22,8	55,2	9,0	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1
40	Рагу из овощей	5	150	3,0	8,3	11,5	187,5	0,0	0,0	43,6	2,0	141,7	48,4	12,5	0,7	170,0	0,0	0,0	0,0	10,2
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>116</b>	<b>800</b>	<b>24,1</b>	<b>23,3</b>	<b>88,4</b>	<b>723,1</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>305,5</b>	<b>2,0</b>	<b>268,9</b>	<b>270,8</b>	<b>67,1</b>	<b>3,3</b>	<b>397,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>41,5</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 2</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	12	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1	0,0	12,0	37,2	12,6	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0
49	Плов из мяса птицы	70	240	17,8	17,8	32,6	369,6	0,1	0,0	23,4	0,0	18,9	86,0	8,0	0,5	12,0	0,0	0,0	0,2	4,7
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>120</b>	<b>500</b>	<b>31,0</b>	<b>23,6</b>	<b>67,2</b>	<b>619,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>23,6</b>	<b>0,0</b>	<b>253,5</b>	<b>279,1</b>	<b>57,8</b>	<b>2,1</b>	<b>80,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>10,7</b>
<b>Обед</b>																				
55	Салат из свеклы	6	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,5	12,0	7,0	0,3	84,6	0,0	0,2	10,2	4,7
20	Суп крестьянский с крупой	15	200	2,1	4,2	11,4	92,8	0,0	0,0	43,3	1,5	21,3	12,0	4,2	0,3	15,6	0,0	0,0	0,0	4,0
38	Голубцы ленивые	12	90	6,1	7,0	5,6	112,5	0,1	0,0	47,6	0,0	16,8	42,4	7,8	0,4	125,0	0,0	0,0	0,2	2,0
23	Каша Ячневая рассыпчатая	6,5	150	4,7	9,2	30,9	231,0	0,0	0,0	2,2	0,0	2,0	65,0	9,4	0,3	98,0	0,0	0,0	0,0	0,0
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2	0,0	3,6	140,0	0,0	0,0	0,0	0,0	23,7	18,4	13,4	0,7	13,0	0,0	0,0	0,0	2,5
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>51,5</b>	<b>700</b>	<b>16,0</b>	<b>23,4</b>	<b>88,6</b>	<b>762,9</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>93,1</b>	<b>1,5</b>	<b>85,6</b>	<b>193,7</b>	<b>54,6</b>	<b>3,0</b>	<b>352,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>10,4</b>	<b>13,2</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 3</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
45	Сыр порционный	23	30	5,7	7,5	0,1	91,0	0,0	0,0	9,9	0,0	276,7	127,0	10,0	0,4	240,0	0,0	0,0	1,5	0,2
23	Каша пшеничная рассыпчатая	10	150	6,2	10,4	37,2	268,5	0,0	0,0	6,7	0,0	9,8	50,3	15,0	0,5	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0
39	Биточек мясной	60	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	44,1	0,0	22,8	55,2	9,0	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>570,0</b>	<b>27,9</b>	<b>26,1</b>	<b>96,1</b>	<b>742,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>60,7</b>	<b>0,0</b>	<b>366,8</b>	<b>340,4</b>	<b>59,1</b>	<b>3,1</b>	<b>405,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,0</b>	<b>10,3</b>
<b>Обед</b>																				
32	Салат из белокочанной капусты	8	80	1,1	4,1	7,1	70,4	0,0	0,0	247,4	2,0	34,8	22,5	10,6	0,5	46,6	0,0	0,0	0,0	28,0
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6	0,0	0,0	33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0	0,0	0,0	0,0	2,5
57	Рыба припущенная	19,5	95	9,3	8,4	0,8	79,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15,3
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>66,5</b>	<b>725</b>	<b>25,2</b>	<b>29,6</b>	<b>110,1</b>	<b>771,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>307,4</b>	<b>4,8</b>	<b>309,1</b>	<b>262,5</b>	<b>53,8</b>	<b>3,3</b>	<b>267,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>47,2</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 4</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	174,5	1,2	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2	0,0	0,0	0,0	9,6
48	Тефтели мясные с рисом	60	90	8,4	10,0	10,1	165,6	0,0	0,0	0,0	2,0	56,8	88,0	10,8	1,6	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0
25	Макароны отварные	10	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	18,1	47,5	10,0	0,5	16,3	0,0	0,0	0,0	0,0
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>118</b>	<b>500</b>	<b>25,5</b>	<b>26,8</b>	<b>82,0</b>	<b>685,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>174,6</b>	<b>3,2</b>	<b>299,6</b>	<b>293,7</b>	<b>60,7</b>	<b>3,5</b>	<b>102, 5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>9,6</b>
<b>Обед</b>																				
44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	12	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1	0,0	12,0	37,2	12,6	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0
15	Рассольник ленинградский	15	200	2,4	3,6	16,1	108,0	0,0	0,0	33,5	1,2	29,2	56,7	14,2	0,9	36,0	0,0	0,0	0,0	3,4
51	Печень по-строгановски	45	90/4 0	17,7	17,7	5,1	253,5	0,1	0,0	501,9	1,0	42,6	108,3	11,8	0,4	25,0	0,0	0,0	0,0	12, 1
23	Каша гречневая рассыпчатая	12	150	8,4	10,8	41,3	303,0	0,0	0,0	6,7	0,0	9,8	50,3	15,0	0,5	10,2	0,0	0,0	0,0	0,0
11	Сок фруктовый (яблочный)	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	###	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10, 0
	<b>ИТОГО</b>	<b>126</b>	<b>840</b>	<b>33,6</b>	<b>33,8</b>	<b>129,9</b>	<b>967,9</b>	<b>###</b>	<b>0,2</b>	<b>542,2</b>	<b>2,2</b>	<b>154,0</b>	<b>371,6</b>	<b>86,4</b>	<b>3,6</b>	<b>157, 2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>39, 5</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 1 День 5</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	174,5	1,2	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2	0,0	0,0	0,0	9,6
	Котлета рыбная	25	90	8,7	7,9	13,7	176,0	0,1	0,0	13,3	0,0	44,4	50,5	8,2	0,8	36,2	0,0	0,0	0,0	0,9
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15,3
	Напиток фруктово-ягодный пром.произ-ва	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>61</b>	<b>500</b>	<b>15,7</b>	<b>17,2</b>	<b>68,1</b>	<b>509,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>189,8</b>	<b>2,2</b>	<b>84,5</b>	<b>166,5</b>	<b>42,1</b>	<b>3,0</b>	<b>94,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>33,8</b>
<b>Обед</b>																				
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	23	100	0,9	1,8	4,7	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	11,2	3,5	11,7	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4	0,0	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	4,1	0,3	3,5	0,0	0,0	0,0	6,6
46	Рагу из птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	0,1	0,0	28,2	0,0	36,8	108,2	18,7	0,3	38,1	0,0	0,0	0,0	8,7
7	Чай фруктовый	5	200	0,6	0,0	15,3	62,0	0,0	0,0	3,4	0,0	42,4	22,6	14,6	0,2	18,5	0,0	0,0	1,0	0,0
	печенье пром.произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>106,5</b>	<b>865</b>	<b>21,4</b>	<b>22,4</b>	<b>104,7</b>	<b>708,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>	<b>64,9</b>	<b>0,0</b>	<b>139,5</b>	<b>243,9</b>	<b>73,9</b>	<b>2,4</b>	<b>121,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>30,9</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 2 День 6</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
36	Яйца вареные	12	50	5,1	4,6	0,3	63,0	0,0	0,0	100,0	0,0	22,0	76,8	4,8	0,5	19,5	0,0	0,0	0,0	0,0
1	Каша манная молочная жидкая	25	200	3,0	8,2	20,0	172,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	15,0	37,0	0,5	1,2	0,0	0,0	0,0	1,2
59	Кофейный напиток	18	200	2,5	1,8	24,8	121,7	0,0	0,1	0,0	0,0	82,4	45,5	8,7	0,3	73,0	0,0	0,0	0,2	0,3
	печенье пром.произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
11	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>71,5</b>	<b>575</b>	<b>13,9</b>	<b>17,8</b>	<b>90,2</b>	<b>571,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,7</b>	<b>100,0</b>	<b>0,0</b>	<b>152,3</b>	<b>242,4</b>	<b>75,4</b>	<b>2,5</b>	<b>152,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>11,5</b>
<b>Обед</b>																				
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	12	60	0,2	4,2	4,4	58,2	0,0	0,0	0,0	3,0	23,2	30,4	10,1	0,5	25,3	0,0	0,0	0,0	1,4
17	Суп из овощей	13	200	1,8	3,5	9,9	79,2	0,1	0,0	33,3	2,1	34,9	49,3	18,1	0,8	27,8	0,0	0,0	0,0	4,2
	Котлеты рыбные	25	90	8,7	7,9	13,7	176,0	0,1	0,0	13,3	0,0	44,4	50,5	8,2	0,8	36,2	0,0	0,0	0,0	0,9
24	Рис отварной	9	150	3,6	9,0	35,7	244,5	0,0	0,0	0,0	0,0	64,1	108,9	8,3	0,5	75,2	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,0	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	20	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5	0,0	4,0	0,0	3,1	10,1	7,1	6,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>98</b>	<b>760</b>	<b>18,7</b>	<b>27,2</b>	<b>113,1</b>	<b>821,2</b>	<b>0,7</b>	<b>0,2</b>	<b>50,6</b>	<b>5,1</b>	<b>194,0</b>	<b>307,1</b>	<b>72,7</b>	<b>9,9</b>	<b>205,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>14,5</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 2 День 7</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
32	Салат из белокачанной капусты	8	60	0,8	3,1	5,3	52,8	0,0	0,0	185,6	1,5	26,1	16,9	8,0	0,3	35,0	0,0	0,0	0,0	21, 0
51	Печень по-строгановски	45	90/4 0	17,7	17,7	5,1	253,5	0,1	0,0	501,9	1,0	42,6	108,3	11,8	0,4	25,0	0,0	0,0	0,0	12, 1
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15, 3
	Молоко	22	200	3,3	3,7	4,7	64,0	0,0	0,2	33,0	0,0	119,0	93,0	13,0	0,1	151, 0	0,4	2,0	0,5	1,5
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>89</b>	<b>540</b>	<b>26,1</b>	<b>31,5</b>	<b>58,7</b>	<b>629,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,5</b>	<b>722,5</b>	<b>3,5</b>	<b>211,8</b>	<b>317,9</b>	<b>55,9</b>	<b>2,6</b>	<b>241, 0</b>	<b>0,4</b>	<b>2,0</b>	<b>0,5</b>	<b>49, 9</b>
<b>Обед</b>																				
43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	18,5	80	0,7	1,4	3,8	36,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	2,8	9,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	4,5
14	Борщ с капустой и картофелем	18	200	1,6	4,2	10,5	84,8	0,0	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	3,1	0,5	3,2	0,0	0,0	0,0	4,4
46	Рагу из птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	0,1	0,0	28,2	0,0	36,8	108,2	18,7	0,3	38,1	0,0	0,0	0,0	8,7
13	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	36,0	0,0	0,0	0,0	2,4
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>88,5</b>	<b>720</b>	<b>18,6</b>	<b>20,2</b>	<b>111,8</b>	<b>707,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>61,5</b>	<b>0,0</b>	<b>95,4</b>	<b>181,9</b>	<b>51,2</b>	<b>2,3</b>	<b>93,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20, 0</b>



№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 2 День 8</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
32	Салат из белокочанной капусты	8	60	0,8	3,1	5,3	52,8	0,0	0,0	185,6	1,5	26,1	16,9	8,0	0,3	35,0	0,0	0,0	0,0	21, 0
49	Плов из мяса птицы	70	240	17,8	17,8	32,6	369,6	0,1	0,0	23,4	0,0	18,9	86,0	8,0	0,5	12,0	0,0	0,0	0,2	4,7
13	Кисель	11	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	0,0	0,0	0,0	1,5	2,4
	печенье пром. произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,3	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>98,5</b>	<b>525</b>	<b>21,5</b>	<b>23,7</b>	<b>114,8</b>	<b>753,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,6</b>	<b>209,0</b>	<b>1,5</b>	<b>91,9</b>	<b>169,3</b>	<b>36,2</b>	<b>1,6</b>	<b>61,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,7</b>	<b>28, 1</b>
<b>Обед</b>																				
44	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва	12	60	1,9	0,1	3,9	24,0	0,1	0,0	0,1	0,0	12,0	37,2	12,6	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	10	200	2,3	2,0	16,8	96,0	0,0	0,0	67,1	1,0	52,8	30,8	8,5	0,5	25,3	0,0	0,0	0,0	3,7
39	Биточек мясной	60	90	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	44,1	0,0	22,8	55,2	9,0	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1
42	Капуста тушеная	9	150	3,8	6,9	16,1	141,0	0,1	0,0	45,8	0,0	317,0	100,0	17,5	0,7	225, 0	0,0	0,0	0,0	26, 5
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	65,0	23,4	17,5	0,7	38,0	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,3	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10, 0
	<b>ИТОГО</b>	<b>110, 5</b>	<b>800</b>	<b>24,8</b>	<b>17,7</b>	<b>125,0</b>	<b>765,4</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>157,1</b>	<b>1,0</b>	<b>516,0</b>	<b>351,7</b>	<b>89,9</b>	<b>3,7</b>	<b>427, 3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>46, 4</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 2 День 9</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
43	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	14	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,7	2,1	7,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4
57	Рыба припущенная	30	95	9,3	8,4	0,8	79,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7
26	Картофель отварной	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	15, 3
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Слойка с начинкой фруктовой	8,5	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5	0,0	4,0	0,0	3,1	10,1	7,1	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>94,5</b>	<b>565</b>	<b>16,7</b>	<b>17,8</b>	<b>82,0</b>	<b>546,1</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>6,0</b>	<b>1,0</b>	<b>47,8</b>	<b>125,9</b>	<b>45,3</b>	<b>2,8</b>	<b>55,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>27, 4</b>
<b>Обед</b>																				
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	174,5	0,0	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2	0,0	0,0	0,0	9,6
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6	0,0	0,0	33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0	0,0	0,0	0,0	2,5
50	Курица в соусе с томатом	52	90	7,9	6,8	3,9	108,0	0,1	0,0	0,2	0,0	85,2	54,2	10,0	0,5	88,0	0,0	0,0	0,0	1,7
25	Макароньы отварные	10	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	18,1	47,5	10,0	0,5	16,3	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>94</b>	<b>700</b>	<b>20,6</b>	<b>23,6</b>	<b>105,2</b>	<b>722,9</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>208,3</b>	<b>1,8</b>	<b>176,1</b>	<b>204,7</b>	<b>43,8</b>	<b>3,0</b>	<b>203, 5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>13, 8</b>

№ Т К	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Мас са пор ции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>Неделя 2 День 10</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
45	Сыр порционный	23	30	5,7	7,5	0,1	91,0	0,0	0,0	9,9	0,0	276,7	127,0	10,0	0,4	240,0	0,0	0,0	1,5	0,2
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50	150	22,5	20,0	20,6	358,5	0,1	0,0	175,7	0,0	356,0	121,6	10,3	0,5	247,5	0,0	0,0	0,0	0,3
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
	печенье пром. произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,1	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>100,5</b>	<b>505</b>	<b>36,4</b>	<b>35,7</b>	<b>98,3</b>	<b>853,8</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>210,0</b>	<b>0,0</b>	<b>880,1</b>	<b>440,0</b>	<b>57,2</b>	<b>2,6</b>	<b>682,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,0</b>	<b>11,2</b>
<b>Обед</b>																				
55	Салат из свеклы	6	60	1,0	1,8	5,0	40,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,5	12,0	7,0	0,3	84,6	0,0	0,2	10,2	4,7
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4	0,0	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	4,1	0,3	3,5	0,0	0,0	0,0	6,6
48	Тефтели мясные с рисом	60	90	8,4	10,0	10,1	165,6	0,0	0,0	0,0	2,0	56,8	88,0	10,8	1,6	15,0	0,0	0,0	0,0	0,0
23	Каша пшеничная рассыпчатая	10	150	6,2	10,4	37,2	268,5	0,0	0,0	6,7	0,0	9,8	50,3	15,0	0,5	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,1	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,5	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>104</b>	<b>700</b>	<b>19,1</b>	<b>26,8</b>	<b>102,6</b>	<b>732,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>40,0</b>	<b>2,0</b>	<b>102,3</b>	<b>201,5</b>	<b>50,0</b>	<b>4,3</b>	<b>147,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>10,7</b>	<b>11,3</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201337

Владелец Звягина Ольга Юрьевна

Действителен с 19.09.2023 по 18.09.2024