

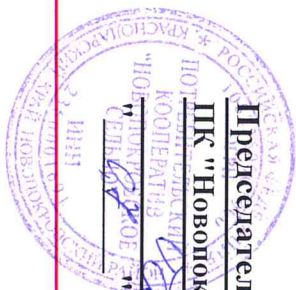
УТВЕРЖДЕНО:

Председатель кооператива

ПК "Новопокровское сел'по"

Бабинчева Н.Д.

2023 год



Пятидневное двухнедельное меню для обучающихся 5-11 классов (в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Новопокровского района (сезон осень) (10-дневная учебная неделя)

2023 год



Бабичева Н.Д.

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
ПОТРЕБИТЕЛЬСКОГО
КООПЕРАТИВА
«НОВОКРОВСКОЕ
СЕЛ'ЬЛО»

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества												
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К

Неделя 1 День 1

Завтрак

28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	17	100	0,6	7,0	7,3	97,0	0,0	0,0	0,0	5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2	0,0	0,0	0,0	2,3
35	Омлет натуральный	42	200	18,0	30,1	3,4	358,2	0,6	0,0	43,8	0,0	127,3	209,3	8,2	0,8	181,3	0,1	0,0	0,0	0,4
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,1	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	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	76	600	21,2	38,8	67,4	707,0	0,9	0,4	43,9	5,0	229,7	395,3	57,7	3,9	317,4	0,1	0,0	0,5	12,7

Обед

31	Салат витаминный	10	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	0,0	3,5	3,8	4,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	16,0
22	Свекольник	18,5	250	2,3	5,1	11,6	101,4	0,1	0,0	54,1	0,0	52,4	57,3	12,5	0,4	78,8	0,0	0,0	0,0	4,5
39	Шницель мясной	65,5	100	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,3	10,0	0,8	86,7	0,0	0,0	0,0	0,1
40	Рагу из овощей	6	180	3,6	10,0	13,8	225,0	0,0	0,0	52,3	2,4	170,0	58,1	15,0	0,8	204,0	0,0	0,0	0,0	12,2
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	8,5	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	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	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
	ИТОГО	123,5	930	26,3	27,6	105,9	852,0	0,5	0,2	446,2	2,4	314,6	312,2	78,4	4,0	459,7	0,0	0,0	0,0	50,9
	ВСЕГО 1 день	200	1530	47,5	66,4	173,3	1559,0	1,4	0,7	490,1	7,4	544,3	707,5	136,0	7,8	777,1	0,1	0,0	0,5	63,6

2023 год



Бабычева Н.Д.

Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельное»

Прием пищи,
наименование

блюда

Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества

Цена

Масса
порции г

Б

Ж

У

Ккал

В1

В2

А

Д

Са

Р

Мг

Fe

К

І

Се

Ф

С

Неделя 1 День 2

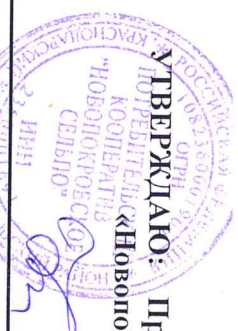
Завтрак

44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	14	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	0,0	20,0	62,0	21,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0
49	Плов из мяса птицы	60	260	19,3	19,3	35,3	400,4	0,1	0,0	25,4	0,0	20,5	93,2	8,7	0,5	0,5	13,0	0,0	0,0	0,2	5,1
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	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	92	560	27,3	25,8	110,3	796,0	0,5	0,5	49,9	0,0	258,1	312,7	62,0	3,4	3,4	170,9	0,0	0,0	1,7	15,8

Обед

54	свежие огурцы	7	100	0,8	0,1	2,5	14,1	0,0	0,0	10,0	0,0	23,0	42,0	14,0	0,6	0,6	141,0	3,0	0,3	17,0	10,0
20	Суп крестьянский с крупой	18,5	250	2,6	5,3	14,3	116,0	0,0	0,0	54,1	1,9	26,6	15,0	5,3	0,3	0,3	19,5	0,0	0,0	0,0	5,0
38	Голубцы ленивые	13	100	6,8	7,8	6,2	125,0	0,1	0,0	52,9	0,0	18,7	47,1	8,7	0,4	0,4	138,9	0,0	0,0	0,2	2,2
23	Каша Ячневая расыпчатая	8	180	5,6	11,0	37,1	277,2	0,0	0,0	2,7	0,0	2,4	78,0	11,3	0,4	0,4	117,6	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	0,7	13,0	0,0	0,0	0,0	2,5
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	59,5	830	18,5	25,7	103,8	857,1	0,4	0,3	119,6	1,9	107,7	257,1	69,0	3,7	3,7	450,3	3,0	0,3	17,2	19,7
	ВСЕГО 2 день	152	1390	45,8	51,5	214,1	1653,1	0,9	0,7	169,5	1,9	365,8	569,8	131,0	7,2	7,2	621,2	3,0	0,3	18,9	35,5

2023 год



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»

Бабичева Н.Д.

Неделя 1 День 3

Завтрак

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Се	Ф	С
45	Сыр порционный	25	40	7,6	10,0	0,1	121,3	0,0	0,0	13,2	0,0	368,9	169,3	13,3	0,5	320,0	0,0	0,0	2,0	0,3
23	Каша пшеничная рассыпчатая	8	180	7,4	12,4	44,6	322,2	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0
39	Биточек мясной	29	100	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,3	10,0	0,8	86,7	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 апельсин	28	200	1,0	0,0	54,8	218,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	100	720	32,5	30,8	160,3	1057,3	0,4	0,4	70,4	0,0	469,8	426,3	72,8	4,2	542,0	0,0	0,0	2,5	90,4

Обед

32	Салат из белокачанной капусты	4	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	6,2	5,6	22,3	167,0	0,0	0,0	42,0	2,3	61,6	67,5	10,0	0,6	66,3	0,0	0,0	0,0	3,1
57	Рыба припущенная	23,5	105	10,3	10,1	1,0	88,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4
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	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,5	13,5	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	67	835	24,3	30,1	127,7	833,5	0,3	0,2	353,7	6,0	199,8	242,6	69,5	4,1	202,1	0,0	0,0	0,0	57,4
	ВСЕГО 3 день	167	1555	56,8	60,9	288,0	1890,8	0,6	0,7	424,1	6,0	669,5	668,9	142,3	8,3	744,1	0,0	0,0	2,5	147,8

2023 ГОД



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»
Бабычева Н.Д.

Неделя 1 День 4

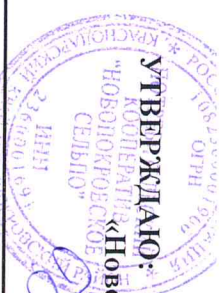
Завтрак

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Ме	Fe	К	Г	Сe	Ф	С
31	Салат витаминный	10	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	2,0	3,5	3,8	4,5	0,3	5,3	0,0	0,0	0,0	16,0
48	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	39	100	9,3	11,1	11,2	184,0	0,0	0,0	0,0	2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7	0,0	0,0	0,0	0,0
25	Макароны отварные	10	180	6,1	9,2	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	0,0	0,0	0,0	0,0
12	Снежок м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	5,4	5,0	21,6	132,0	0,1	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	14,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	99	580	24,2	29,9	114,7	808,1	0,5	0,4	290,9	4,2	317,2	341,9	62,8	4,6	63,5	0,0	0,0	0,0	16,0

Обед

44	Зеленый горошек консервированный пром. производства	4	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	20,0	62,0	21,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0
15	Рассольник ленинградский	18,5	250	3,0	4,5	20,1	135,0	0,0	0,0	41,9	1,5	36,5	70,9	17,8	1,2	45,0	0,0	0,0	0,0	4,3
51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1	0,0	579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0	0,0	0,0	0,0	13,9
23	Каша гречневая рассыпчатая	14,5	180	10,1	13,0	49,5	363,6	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	12,2	0,0	0,0	0,0	0,0
11	Сок фруктовый (яблочный)	28	200	1,0	0,0	11,2	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	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	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
	ИТОГО	132	980	38,3	40,0	143,7	1151,9	0,5	0,3	629,2	2,3	180,8	425,0	106,7	4,6	167,5	0,0	0,0	0,0	46,2
	ВСЕГО 4 день	231	1560	62,5	69,9	258,4	1960,0	1,0	0,7	920,2	6,5	498,0	766,9	169,5	9,2	231,0	0,0	0,0	0,0	62,2

2023 год



УТВЕРЖАЮ: Председатель кооператива ПК
"НОВОНИКОЛАЕВСКОЕ СЕЛЬПО"
Бабичева Н.Д.

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества												
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К

Неделя 1 День 5

Завтрак

54	свежие огурцы	7	100	0,8	0,1	2,5	14,1	0,0	0,0	10,0	0,0	23,0	42,0	14,0	0,6	141,0	3,0	0,3	17,0	10,0
	Котлета рыбная	23,5	100	9,7	8,8	15,2	84,0	0,1	0,0	14,8	0,0	49,3	56,1	9,1	0,9	40,2	0,0	0,0	0,0	1,0
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4
	Напиток фруктово-ягодный пром.произ-ва	8,5	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	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	57	580	18,3	18,1	81,4	470,1	0,4	0,5	27,2	1,2	119,4	250,3	63,8	4,4	247,4	3,0	0,3	17,0	37,4

Обед

43	Кукуруза консервированная (пром. произ-ва)	22,5	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	22,5	250	2,0	4,3	10,0	88,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	5,1	0,4	4,4	0,0	0,0	0,0	8,3
46	Рагу из птицы	45,5	260	15,6	14,6	25,2	301,6	0,1	0,0	30,6	0,0	39,9	117,2	20,3	0,3	41,3	0,0	0,0	0,0	9,4
7	Чай фруктовый	5	200	0,6	0,0	15,3	62,0	0,0	0,0	3,4	0,0	42,4	1,0	14,6	0,2	18,5	0,0	0,0	1,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	103,5	910	21,6	22,2	95,4	681,4	0,4	0,2	75,6	0,0	110,2	183,9	68,0	2,6	84,5	0,0	0,0	1,0	23,5
	ВСЕГО 5 день	161	1390	39,9	40,3	176,8	1151,5	0,8	0,7	102,8	1,2	229,6	434,2	131,8	7,0	331,8	3,0	0,3	18,0	60,6
	ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	910	7425	252,4	288,9	1110,7	8214,3	4,7	3,5	2106,7	22,9	2307,2	3147,2	710,7	39,5	2705,3	6,1	0,6	39,9	369,6

2023 год

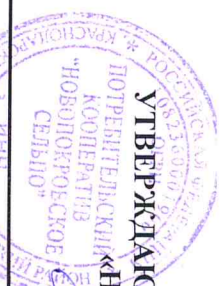


Председатель кооператива ПК
 Новопокровское сельпо»
 Бабичева Н.Д.

Неделя 2 День 7

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																						
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Ca	F	C						
Завтрак																										
36	Ййца вареные	8,5	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	0.0	0.0	0.0	0.0		
1	Каша манная молочная жидкая	19	250	3.8	10.3	25.0	215.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	18.8	46.3	0.6	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	
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	0.0	0.5	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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.0	
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0.4	0.1	24.3	104.3	0.0	0.4	0.0	0.0	6.6	24.9	9.4	0.3	11.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1.8	1.2	11.7	61.3	0.2	0.0	0.0	0.0	10.1	46.4	10.9	1.4	10.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	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	0.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	ИТОГО	77,5	800	21,5	21,6	89,0	647,8	0,3	0,4	100,1	0,0	299,8	342,8	108,0	3,6	168,9	0,0	0,0	0,0	1,5	11,5	0,0	0,0	0,0	11,5	
Обед																										
28	Икра кабачковая консервированная (пром.производства)	7	100	0.6	7.0	7.3	97.0	0.0	0.0	0.0	0.0	38.7	50.7	16.8	0.8	42.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.3	
17	Суп из овощей	16,5	250	2.2	4.4	12.4	99.0	0.1	0.0	41.6	2.6	43.6	61.6	22.6	1.0	34.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.3
	Котлеты рыбные	23,5	100	9.7	8.8	15.2	84.0	0.1	0.0	14.8	0.0	49.3	56.1	9.1	0.9	40.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	
24	Рис отварной	11,5	180	4.3	10.8	42.8	293.4	0.0	0.0	0.0	0.0	76.9	130.7	10.0	0.6	90.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	Напиток фруктово-ягодный пром.производства	8,5	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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.0	
4	Хлеб пшеничный	5	55	0.5	0.1	26.8	114.8	0.0	0.0	0.0	0.0	5.6	21.3	8.1	0.3	11.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2.0	1.4	13.4	70.0	0.2	0.0	0.0	0.0	7.7	35.3	8.3	1.0	9.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	Слойка с начинкой фруктовой пром.произ-ва	8,4	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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	ИТОГО	83,4	890	21,8	33,9	135,3	875,1	1,0	0,0	60,4	7,6	238,9	379,7	90,0	10,9	252,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	16,6
	ВСЕГО 7 день	161	1690	43,2	55,5	224,3	1522,9	1,3	0,4	160,5	7,6	538,7	722,5	198,0	14,4	421,6	0,0	0,0	0,0	1,5	28,1	0,0	0,0	0,0	28,1	

2023 год



Бабинчева Н.Д.

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
 «Новоноквовское сельхоз»

Неделя 2 День 8

Завтрак

№ ТК	Принем пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Ккал	• В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Сe	Ф	С	
32	Салат из белокачанной капусты	4	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0	
51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1	0,0	579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0	0,0	0,0	0,0	13,9	
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4	
11	Сок фруктовый (яблоко)	28	200	1,0	0,0	11,2	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	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	102	630	28,6	34,5	85,9	818,6	0,4	0,4	890,9	4,5	139,8	280,4	67,6	3,9	144,5	0,0	0,0	0,0	75,3	
	Обед																				
54	свежие огурцы	7	100	0,8	0,1	2,5	14,1	0,0	0,0	10,0	0,0	23,0	42,0	14,0	0,6	141,0	3,0	0,3	17,0	10,0	
14	Борщ с капустой и картофелем	22,5	250	2,0	5,2	13,1	106,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	3,9	0,6	4,0	0,0	0,0	0,0	5,5	
46	Рагу из птицы	45,5	260	15,6	14,6	25,2	301,6	0,1	0,0	30,6	0,0	39,9	117,2	20,3	0,3	41,3	0,0	0,0	0,0	9,4	
11	Сок фруктовый (апельсин)	28	200	1,4	0,0	11,2	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	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	111	810	22,3	21,4	92,2	694,5	0,4	0,0	82,2	0,0	93,6	235,4	62,5	3,0	231,6	3,0	0,3	17,0	32,9	
	ВСЕГО 8 день	213	1440	50,9	55,9	178,0	1513,1	0,8	0,5	973,1	4,5	233,4	515,8	130,1	6,9	376,0	3,0	0,3	17,0	108,2	

2023 год



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК «Новоноквовское сельпо»

Бабичева Н.Д.

Неделя 2 День 9

Завтрак

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Се	Р	С
54	свежие помидоры	4,5	100	1.1	0.2	3.8	21.4	0.1	0.0	133.0	5.0	14.0	26.0	20.0	0.9	42.2	0.0	0.0	20.0	25.0
49	Плов из мяса птицы	60	260	19.3	19.3	35.3	400.4	0.1	0.0	25.4	0.0	20.5	93.2	8.7	0.5	13.0	0.0	0.0	0.2	5.1
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	3	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	4,5	50	0.4	0.1	24.3	104.3	0.0	0.4	0.0	0.0	6.6	24.9	9.4	0.3	11.4	0.0	0.0	0.0	0.0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1.8	1.2	11.7	61.3	0.2	0.0	0.0	0.0	10.1	46.4	10.9	1.4	10.5	0.0	0.0	0.0	0.0
	ИТОГО	85,5	585	29.1	27.9	118,6	838,7	0,5	0,7	182,8	5,0	252,1	276,7	61,0	3,6	213,1	0,0	0,0	21,7	30,8

Обед

44	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва	14	100	0.9	0.2	6.5	40.0	0.1	0.0	0.1	0.0	20.0	62.0	21.0	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	10.0
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	12,5	250	2.9	2.5	21.0	120.0	0.0	0.0	83.9	1.3	66.0	38.5	10.7	1.4	31.6	0.0	0.0	0.0	4.6
39	Виточек мясной	18	100	14.3	7.1	14.4	189.0	0.0	0.0	49.0	0.0	25.3	61.4	10.0	1.4	93.3	0.0	0.0	0.0	0.1
42	Капустя тушеная	11	180	4.5	8.3	19.3	169.2	0.1	0.0	55.0	0.0	380.4	60.0	21.0	1.6	270.0	0.0	0.0	0.0	31.8
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0.3	0.0	31.4	124.0	0.0	0.0	0.0	0.0	32.5	23.4	17.5	0.7	78.0	0.0	0.0	0.0	0.1
4	Хлеб пшеничный	5	55	0.5	0.1	26.8	114.8	0.0	0.0	0.0	0.0	5.6	21.3	8.1	0.3	11.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2.0	1.4	13.4	70.0	0.2	0.0	0.0	0.0	7.7	35.3	8.3	1.0	9.3	0.0	0.0	0.0	0.0
41	Фрукты свежие апелсин	28	200	1.0	0.0	54.8	218.0	0.1	0.0	0.1	0.0	36.0	61.2	10.8	0.3	85.0	0.0	0.0	0.0	90.0
	ИТОГО	97	1030	26,4	19,6	187,5	1045,0	0,6	0,0	188,1	1,3	573,5	363,1	107,3	7,4	578,3	0,0	0,0	0,0	136,6
	ВСЕГО 9 день	183	1615	55,5	47,5	306,1	1883,7	1,0	0,8	370,8	6,3	825,7	639,8	168,2	11,0	791,4	0,0	0,0	21,7	167,4

2023 год

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
 «Новопокровское сельпо»
 Бабичева Н.Д.



Неделя 2 День 10

Завтрак

№ ТК	Применение пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				B	Ж	У	Ккал	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Ce	F	C	
43	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	22,5	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	
57	Рыба припущенная	23,5	105	10,3	10,1	1,0	88,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	
26	Картофель отварной	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4	
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	28	200	1,0	0,0	11,2	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	4,5	50	0,4	0,0	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	4,1	2,8	17,5	108,5	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	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	
	ИТОГО	99	685	20,7	22,8	93,0	660,5	0,4	0,4	2,4	1,2	94,3	216,9	64,4	3,5	111,1	0,0	0,0	0,0	42,7	
Обед																					
31	Салат витаминный	4,5	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	0,0	3,5	3,8	4,5	0,3	5,3	0,0	0,0	0,0	16,0	
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	6,2	5,6	22,3	167,0	0,0	0,0	42,0	2,3	61,6	67,5	10,0	0,6	66,3	0,0	0,0	0,0	3,1	
50	Курица в соусе с томатом	58	100	8,8	7,5	4,3	120,0	0,1	0,0	0,2	0,0	112,0	60,2	11,1	1,2	97,8	0,0	0,0	0,0	1,9	
25	Макаронны отварные	11	180	6,1	9,2	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	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	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ИТОГО	99,5	830	24,8	27,1	123,0	839,5	0,4	0,0	333,0	2,3	223,2	247,9	54,3	4,3	236,2	0,0	0,0	0,5	21,0	
	ВСЕГО 10 день	199	1515	45,5	49,9	216,0	1500,0	0,9	0,4	335,5	3,5	317,5	464,8	118,7	7,9	347,3	0,0	0,0	0,5	63,8	

2023 год

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»
Бабинчева Н.Д.

Неделя 2 День 11

Завтрак

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Сe	Ф	С
45	Сыр порционный	25	40	7,6	10,0	0,1	121,3	0,0	0,0	13,2	0,0	368,9	169,3	13,3	0,5	320,0	0,0	0,0	2,0	0,3
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	69,5	200	22,5	20,0	20,6	358,5	0,1	0,0	234,3	0,0	350,0	100,1	13,7	0,7	165,1	0,0	0,0	0,0	0,4
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
41	Фрукты свежие апельсин	28	200	1,0	0,0	54,8	218,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	10,8	0,3	85,0	0,0	0,0	0,0	90,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,1	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	140,5	640	38,2	36,3	144,0	1053,4	0,5	0,1	272,0	0,0	972,6	488,2	70,2	3,7	728,0	0,0	0,0	3,5	91,4

Обед

54	Свежие огурцы	7	100	0,8	0,1	2,5	14,1	0,0	0,0	10,0	0,0	23,0	42,0	14,0	0,6	141,0	3,0	0,3	17,0	10,0
16	Щи из свежей капусты с картофелем	22,5	250	2,0	4,3	10,0	88,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	5,1	0,4	4,4	0,0	0,0	0,0	8,3
48	Тефтели мясные с рисом ("Ежик")	39	100	9,3	11,1	11,2	184,0	0,0	0,0	0,0	2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7	0,0	0,0	0,0	0,0
23	Каша пшеничная рассыпчатая	13	180	7,4	12,4	44,6	322,2	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0
11	Сок фруктовый (виноград)	28	200	0,6	0,0	11,2	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	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,6	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	117,5	830	22,6	29,4	119,7	881,1	0,3	0,0	59,7	2,2	128,6	276,3	73,5	5,2	208,8	3,0	0,3	17,0	26,3
	ВСЕГО 11 День	258	1470	60,8	65,7	263,7	1934,5	0,8	0,2	331,7	2,2	1101,2	764,5	143,6	8,9	936,8	3,0	0,3	20,5	117,6