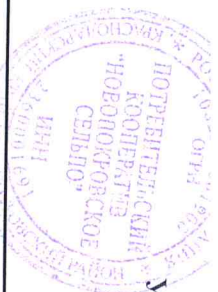


Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 16
В.И. Горбунова
2024 г

УТВЕРЖДЕНО:
Председатель кооператива
ПК "Новопокровское с/п/о"
ПОДПИСАТЕЛЬ: Бабичева Н.Д.
"МОУН" "Сельно"
2024 год

Циклическое 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 зима-весна) (12-дневная учебная неделя)



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»

Бабинчева Н.Д.

Неделя 1 День 1

Завтрак

№ ТК	Принем пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
				Б	Ж	У	Квал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Сe	F	С	
28	Ликера какао-чковая консервированная (прямой производств.)	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	
	Молоко	12	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	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 ржаной	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	600	24,5	42,4	61,8	729,8	0,9	0,6	76,8	5,0	337,6	485,5	70,4	3,6	441,4	0,5	2,0	0,5	14,2	
	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 (прям. 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 ржаной	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	209	1530	51	70	168	1582	1	1	523	7	652	798	149	8	901	0	2	1	65	



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новонокровское сельпо»

[Handwritten signature]

Бабичева Н.Д.

№ ПК	Пример 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	Г

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	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	0,0	20,5	93,2	8,7	0,5	13,0	0,0	0,0	0,2	5,1
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	0,0	212,2	112,0	24,3	0,2	54,0	0,0	0,0	1,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	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	114	560	32,4	25,8	84,8	724,0	0,4	0,5	25,6	0,0	0,0	269,3	338,4	74,3	3,2	88,9	0,0	0,0	1,2	15,1

Обед

55	Салат из свеклы	7	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	20,0	11,7	0,5	141,0	0,0	0,3	17,0	7,8
20	Суп крестьянский с крупой	18,5	250	2,6	5,3	14,3	116,0	0,0	0,0	54,1	1,9	0,0	26,6	15,0	5,3	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	0,0	18,7	47,1	8,7	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	0,0	2,4	78,0	11,3	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	0,0	23,7	18,4	13,4	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	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	3	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	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	59,5	830	19,4	28,6	109,7	910,0	0,4	0,3	109,6	1,9	0,0	103,8	235,1	66,7	3,6	450,3	0,0	0,3	17,2	17,6
	ВСЕГО 2 день	174	1390	52	54	195	1634	1	1	135	2	373	574	141	7	539	0	0	0	18	33

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»

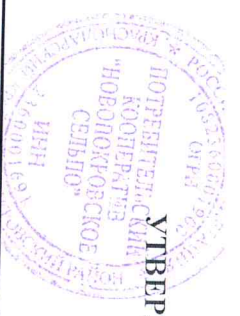


Бабичева Н.Д.

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	Ca	F	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 расыпчатая	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 апелъсин	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	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 ржаной	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	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	28,1	13,3	0,6	58,3	0,0	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	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	0,0	3,1	
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	0,0	0,8	
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	65,0	23,4	17,5	0,7	38,0	0,0	0,0	0,0	0,0	18,4	
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	0,1	
3	Хлеб ржаной	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	0,0	
	ИТОГО	67	835	24,3	30,1	127,7	833,5	0,3	0,2	333,7	6,0	199,8	242,6	69,4	4,2	202,0	0,0	0,0	0,0	0,0	57,4	
	ВСЕГО 3 день	167	1555	57	61	288	1891	1	1	424	6	670	669	142	8	744	0	0	0	3	148	



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новолоховское 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	Г	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	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	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	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 ржаной	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	28,8	29,9	100,1	794,1	0,4	0,4	290,9	4,2	317,2	341,9	73,1	4,6	117,5	0,0	0,0	0,0	1,0	16,0

Обед

44	зеленый горошек консервированный пром. продукция	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	Рассолыник 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 ржаной	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	67	70	244	1946	1	1	920	7	498	767	180	9	285	0	0	0	62



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»

Бабинчева Н.Д.

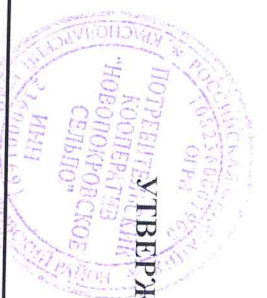
Неделя 1 День 5

Завтрак

№ ТК	Применение наименования 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	F	С	
55	Салат из свеклы	7	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	20,0	11,7	0,5	141,0	0,0	0,3	17,0	7,8
	Котлета рыбная	23,5	100	9,7	8,8	15,2	195,6	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	8,0	
3	Хлеб ржаной	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	19,2	21,0	87,3	634,6	0,4	0,5	17,2	1,2	115,6	228,3	61,5	4,3	247,4	0,0	0,3	17,0	35,2	

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	Ши 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 ржаной	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	
	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	
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	113,5	935	23,6	24,7	116,8	787,7	0,5	0,6	75,6	0,0	146,2	245,1	80,0	2,8	129,5	0,0	0,0	0,0	1,0	33,3
	ВСЕГО 5 день	171	1515	43	46	204	1422	1	1	93	1	262	473	141	7	377	0	0	0	18	68



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельхоз»

Бабиичева Н.Д.

№ ГК	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	Сс	Ф	С
Неделя 1 День 6																				
Завтрак																				
34	Запеканка из творога со сгущенным молоком	45,6	200	17,5	8,1	62,7	229,4	0,1	0,0	234,3	0,0	350,0	100,1	13,7	0,7	165,1	0,0	0,0	0,4	
10	Какао с молоком	11	200	2,5	0,4	26,0	118,3	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 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	10,0	
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	0,5
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	
3	Хлеб ржаной	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	
	ИТОГО	95,6	540	30,2	20,2	135,2	679,6	0,5	0,4	271,9	0,0	972,6	488,2	71,3	3,6	688,0	0,0	0,0	3,5	11,4
Обед																				
32	Салат из белокочанной капусты	4	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,1	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0
21	Суп с клецками	10	250	1,8	2,4	14,1	87,0	0,0	0,0	12,5	1,3	28,6	38,5	10,7	0,7	31,6	0,0	0,0	0,0	2,6
39	Биточек мясной	15,7	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
25	Макаронь отварные	9,2	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
11	Сок фруктовый (виноград)	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	26,7	114,7	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 ржаной	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	74,9	830	27,1	25,3	122,9	881,2	0,4	0,2	370,8	3,8	146,5	255,5	70,3	4,1	241,4	0,0	0,0	0,0	45,7
	ВСЕГО 6 день	171	1370	57	46	258	1561	1	1	643	4	1119	744	142	8	929	0	0	4	57
	ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	1121,0	8920,0	326,5	346,5	1356,2	10035,6	5,5	4,7	2737,8	26,7	3573,8	4024,0	894,9	46,8	3775,6	0,5	2,6	43,9	433,2



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новонокхровское сельпо»

(Signature)

Бабищева Н.Д.

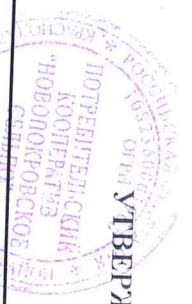
Неделя 2 День 8

Завтрак

№ ГК	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
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
	Напиток фруктово-ягодный	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 ржаной	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	82,5	630	29,6	34,7	78,5	755,5	0,3	0,4	890,9	4,5	139,8	280,4	67,6	3,8	144,5	0,0	0,0	0,0	75,3

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
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
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	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 ржаной	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	101,5	810	21,0	23,1	125,4	799,4	0,4	0,0	72,2	0,0	104,3	205,4	59,5	2,8	101,6	0,0	0,0	0,0	22,9
	ВСЕГО 8 день	184	1440	51	58	204	1555	1	0	963	5	244	486	127	7	246	0	0	0	98



УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новониколовское селеное»
Бабинчева Н.Д.

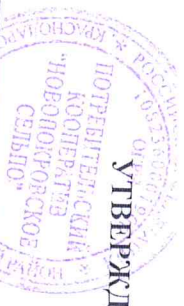
№ ГК	Принем пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества												
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К

Неделя 2 День 9

Завтрак																				
28	Икра каюачковая консервированная (промыши произвоства)	7	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
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	0,0	5,1
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	0,0	2,4
	печенье пром. произ-ва		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	1,5
4	Хлеб пшеничный	3	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 ржаной	2,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0	0	0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0	0	0	0
	ИТОГО	88	585	23,7	29,7	131,8	886,3	0,3	0,7	25,4	5,0	112,3	237,6	53,1	3,3	77,1	0,0	0,0	0,0	1,7

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	Биточек 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 ржаной	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 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	0,0
	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	90,0
	ВСЕГО 9 день	185	1615	50	49	319	1931	1	1	213	6	686	601	160	11	655	0	0	0	146



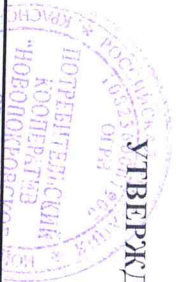
УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новониколовское сельпо»

Бабичева Н.Д.

Неделя 2 День 10

№ 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	F	С
Завтрак																				
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	0,0	11,2	3,5	11,7	0,4	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	8,0
3	Хлеб ржаной	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	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	Макароны 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	0,0	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 ржаной	3	40	2	1,4	13,4	70	0,2	0	0	0	7,7	35,3	8,3	1	9,3	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	0,0	0,5
	ВСЕГО 10 ДЕНЬ	199	1515	46	50	216	1500	1	0	335	3	317	465	119	8	347	0	0	0	64

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК
«Новопокровское сельпо»



Бабичева Н.Д.

Неделя 2 День 11

Завтрак

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергии, витамины и минеральные вещества																
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Сe	F	C
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 ступенным 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 ржаной	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

55	Салат из свежлы	7	100	1,7	3,0	8,4	67,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	20,0	11,7	0,5	141,0	0,0	0,3	17,0	7,8
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	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
27	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
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	0,6	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Хлеб ржаной	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	92,5	830	22,93	32,34	125	887,2	0,254	0,033	49,67	2,222	122	243	63,4	5,184	210,8	0	0,3	17,5	16,08
	ВСЕГО 11 День	233	1470	61	69	269	1941	1	0	322	2	1094	731	134	9	939	0	0	21	107



Бабичева Н.Д.

УТВЕРЖДАЮ: Председатель кооператива ПК «Новоникольское сельпо»

Неделя 2 День 12

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	Г	Сс	Ф	С			
28	Икра каюачковая консервированная	17	100	1,3	7,0	7,3	97,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	38,7	50,7	16,8	0,8	33,3	0,0	0,0	0,6	2,3
39	Шницель мясной	65	100	15,9	7,9	16,0	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,3	10,0	0,8	93,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1
40	Рагу из овощей	5,6	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	0,0	0,0	0,0	12,2
6	Чай с лимоном	3	200	0,3	0,0	15,2	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	27,0	0,0	0,0	0,0	1,0	1,2			
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	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	10,0	
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	0,0	0,0	
3	Хлеб ржаной	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	
	ИТОГО	104,6	680	23,7	26,6	98,7	802,6	0,3	0,2	101,3	2,4	297,8	305,3	74,4	4,7	424,6	0,0	0,0	0,0	1,6	25,8		
	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	0,0	0,0	35,0	
21	Суп с клецками	9,3	250	1,8	2,4	14,1	87,0	0,0	0,0	12,5	1,3	28,6	38,5	10,7	0,7	31,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	
	Котлета рыбная	24	100	9,7	8,8	15,2	195,6	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	1,0		
24	Рис отварной	10,2	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	1,0	
11	Сок фруктовый (яблоко)	28	200	1,4	0,0	11,2	108,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	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	0,0	8,0	
3	Хлеб ржаной	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	
	ИТОГО	83,5	830	21,1	28,6	132,4	956,8	0,4	0,0	336,6	3,8	225,7	324,0	67,4	4,5	265,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	46,6	
	ВСЕГО 12 день	188	1510	45	55	231	1759	1	0	438	6	523	629	142	9	690	0	0	0	0	0	72	

	ВСЕГО ЗА 2 НЕДЕЛИЮ	1129	9065	289,496	335,201	1481,75	10344,3	5,4	2,8	2432,1	30,2	3263,3	3565,1	863,7	57,4	3291,4	0,0	0,3	25,0	516,6
	ВСЕГО за 12 дней	2250	17985	616,0	681,7	2837,9	20379,9	10,9	7,5	5169,9	56,9	6837,0	7589,1	1758,6	104,2	7067,1	0,5	2,9	68,9	949,8
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ	187	1499	51,3	56,8	236,5	1698,3	0,9	0,6	430,8	4,7	569,8	632,4	146,5	8,7	588,9	0,0	0,2	5,7	79,2