

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, не отнесённые к отдельным категориям.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			16.41	19.87	99.29	665.00
	ЗАВТРАК		16.41	19.87	99.29	665.00
15/17	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	36.24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	6.81	10.45	29.51	246.60
	Пряник	40	1.92	1.12	31.08	148.68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			12.62	16.91	71.04	503.65
	ЗАВТРАК		12.62	16.91	71.04	503.65
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
312/17	Пюре картофельное	150	3.26	7.80	21.99	176.30
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		505				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19.03	6.46	83.52	489.34
	ЗАВТРАК		19.03	6.46	83.52	489.34
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0.90	0.06	5.28	27.00
ТТК 269	Жаркое "Пикантное"	200	14.09	5.98	27.56	229.00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21.17	17.48	82.38	592.27
	ЗАВТРАК		21.17	17.48	82.38	592.27
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		540				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			15.20	15.11	79.06	532.43
	ЗАВТРАК		15.20	15.11	79.06	532.43

ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	22.14	110.59
Итого:		500				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			11.64	10.52	89.50	519.50
ЗАВТРАК			11.64	10.52	89.50	519.50
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		543				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20.17	13.51	95.15	606.52
ЗАВТРАК			20.17	13.51	95.15	606.52
ТТК 243	Биточки "Чикенфиш"	90	11.81	8.11	4.87	143.05
304/17	Рис отварной	150	3.81	2.72	40.00	208.48
	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			17.76	14.36	71.48	504.64
ЗАВТРАК			17.76	14.36	71.48	504.64
ТТК 369	Митболы "Ориджинал" с красным соусом	110	9.08	11.20	5.80	163.30
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			28.65	11.99	73.56	537.27
ЗАВТРАК			28.65	11.99	73.56	537.27
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.91
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	120	18.98	7.07	31.77	276.78
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24.86	13.04	74.82	536.82
ЗАВТРАК			24.86	13.04	74.82	536.82
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	150	3.81	2.72	40.00	208.48
238/06	Соус томатный	20	0.18	2.01	0.89	23.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34

	Итого:	510			
--	---------------	------------	--	--	--

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, не отнесённые к отдельным категориям.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24.80	25.15	90.78	712.05
	ОБЕД		24.80	25.15	90.78	712.05
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0.94	3.06	5.66	55.26
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3.09	4.61	12.54	107.36
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		705				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18.04	24.09	98.11	705.25
	ОБЕД		18.04	24.09	98.11	705.25
52/17	Салат из свеклы	60	0.84	3.06	6.83	59.75
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой	200	2.57	9.24	14.04	152.92
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		745				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25.46	24.57	96.99	736.17
	ОБЕД		25.46	24.57	96.99	736.17
75/17	Икра морковная	60	1.21	6.20	12.33	113.00
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	2.64	3.04	11.00	84.65
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11.84	10.06	16.03	208.00
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.77	5.19	39.63	250.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		725				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24.78	32.83	86.86	764.79
	ОБЕД		24.78	32.83	86.86	764.79
71/04	Винегрет овощной	60	0.88	3.11	5.64	55.80
99/17	Суп из овощей со сметаной	205	3.51	12.28	11.17	172.18
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.15	85.72
Итого:		700				

ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			26.82	25.12	91.81	724.89
	ОБЕД		26.82	25.12	91.81	724.89
62/17	Салат из моркови с сахаром	60	0.74	0.06	16.92	74.71
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3.09	4.61	12.54	107.36
182/06	Ежики в соусе	110	5.73	16.34	10.38	215.00
54/21	Гороховое пюре	150	16.26	4.03	33.97	247.30
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		745				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23.92	35.51	88.43	792.50
	ОБЕД		23.92	35.51	88.43	792.50
75/17	Икра морковная	60	1.21	6.20	12.33	113.00
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3.17	3.23	16.72	113.00
ТТК 218	Бигус с птицей	200	16.48	25.76	10.39	345.00
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0.02		29.31	123.16
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		700				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19.53	30.10	83.95	705.62
	ОБЕД		19.53	30.10	83.95	705.62
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0.94	3.06	5.66	55.26
35/06	Свекольник со сметаной	205	2.65	6.31	12.49	120.39
ТТК 203	Тефтели "Крепыш" в соусе	100	9.63	12.61	8.51	189.68
312/17	Пюре картофельное	150	3.26	7.80	21.99	176.30
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		755				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23.86	38.56	92.72	837.71
	ОБЕД		23.86	38.56	92.72	837.71
52/17	Салат из свеклы	60	0.84	3.06	6.83	59.75
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной	205	3.39	22.52	13.83	275.04
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11.84	10.06	16.03	208.00
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		725				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20.00	17.35	110.64	705.24
	ОБЕД		20.00	17.35	110.64	705.24
62/14	Салат из моркови с сахаром	60	0.74	0.06	16.92	74.71
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3.17	3.23	16.72	113.00
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.77	5.19	39.63	250.00

411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		745				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			31.39	22.91	94.69	736.82
	ОБЕД		31.39	22.91	94.69	736.82
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0.90	0.06	5.28	27.00
102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	205	5.81	11.82	15.48	196.00
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	150	3.81	2.72	40.00	208.48
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		755				

Категории:

- Дети из малообеспеченных семей;
- Дети с нарушениями здоровья, имеющие заболевания, относящиеся к нарушениям состояния здоровья: заболевания, связанные с недостаточностью питания, не связанные с тяжелой патологией и не требующие специальной диеты (белково-энергетическая недостаточность умеренной и легкой степени (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 44)), и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 45);
- Дети из семей, находящихся в социально опасном положении, находящихся в трудной жизненной ситуации;
- Дети из многодетных семей;
- Дети из семей участников боевых действий.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18.11	22.48	106.67	726.65
	ЗАВТРАК		18.11	22.48	106.67	726.65
15/17	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	36.24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	255	8.51	13.06	36.89	308.25
	Пряник	40	1.92	1.12	31.08	148.68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		550				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13.70	19.48	78.30	561.83
	ЗАВТРАК		13.70	19.48	78.30	561.83
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
312/17	Пюре картофельное	200	4.34	10.37	29.25	234.48
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		555				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20.39	6.54	96.96	551.21
	ЗАВТРАК		20.39	6.54	96.96	551.21
54-283/23	Свекла отварная дольками	100	1.50	0.06	13.80	64.28
ТТК 269	Жаркое "Пикантное"	200	14.09	5.98	27.56	229.00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21.93	17.56	87.30	616.86
	ЗАВТРАК		21.93	17.56	87.30	616.86
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84

291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			17.06	16.05	90.94	598.76
	ЗАВТРАК		17.06	16.05	90.94	598.76
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7.50	3.78	47.88	267.33
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	22.14	110.59
Итого:		550				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			12.40	10.60	94.42	544.09
	ЗАВТРАК		12.40	10.60	94.42	544.09
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		553				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22.99	15.03	108.61	688.53
	ЗАВТРАК		22.99	15.03	108.61	688.53
ТТК 243	Биточки "Чикенфиш"	100	13.11	9.00	5.41	158.79
304/17	Рис отварной	180	4.57	3.26	48.00	250.18
	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19.62	15.30	83.36	570.97
	ЗАВТРАК		19.62	15.30	83.36	570.97
ТТК 369	Митболы "Ориджинал" с красным соусом	110	9.08	11.20	5.80	163.30
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7.50	3.78	47.88	267.33
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		550				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			35.65	14.38	83.43	629.69
	ЗАВТРАК		35.65	14.38	83.43	629.69
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.91
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущенным	160	25.22	9.38	36.72	344.61
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			26.38	13.66	87.74	603.10

	ЗАВТРАК		26.38	13.66	87.74	603.10
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	180	4.57	3.26	48.00	250.18
238/06	Соус томатный	20	0.18	2.01	0.89	23.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
	Итого:	550				

Категории:

- Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы начального общего образования: обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			41.21	45.02	190.07	1377.05
	ЗАВТРАК		16.41	19.87	99.29	665.00
15/17	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	36.24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	6.81	10.45	29.51	246.60
	Пряник	40	1.92	1.12	31.08	148.68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
	ОБЕД		24.80	25.15	90.78	712.05
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0.94	3.06	5.66	55.26
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3.09	4.61	12.54	107.36
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		705				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			38.59	48.87	159.05	1270.69
	ЗАВТРАК		12.62	16.91	71.04	503.65
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
312/17	Пюре картофельное	150	3.26	7.80	21.99	176.30
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		505				
	ОБЕД		25.97	31.96	88.01	767.04
52/17	Салат из свеклы	60	0.84	3.06	6.83	59.75
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой с фрикадельками	205	2.57	9.24	18.04	169.72
260/17	Гуляш из птицы (грудка)	100	14.25	16.66	5.27	232.00
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		735				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			44.49	31.55	181.27	1233.86
	ЗАВТРАК		19.03	6.46	83.52	489.34
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0.90	0.06	5.28	27.00
ТТК 269	Жаркое "Пикантное"	200	14.09	5.98	27.56	229.00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34

	Итого:	500				
	ОБЕД		25.46	25.09	97.75	744.52
75/17	Икра морковная	60	1.21	6.20	12.33	113.00
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	210	2.64	3.56	11.76	93.00
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11.84	10.06	16.03	208.00
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.77	5.19	39.63	250.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
	Итого:	730				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			49.58	49.29	160.68	1330.23
	ЗАВТРАК		21.17	17.48	82.38	592.27
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
	Итого:	540				
	ОБЕД		28.41	31.81	78.30	737.96
71/04	Винегрет овощной	60	0.88	3.11	5.64	55.80
99/17	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	210	6.51	12.28	11.17	187.78
ТТК 209	Азу из мяса птицы по домашнему	260	18.35	16.26	39.62	389.81
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
	Итого:	750				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43.02	40.33	191.87	1350.32
	ЗАВТРАК		15.20	15.11	79.06	532.43
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	22.14	110.59
	Итого:	500				
	ОБЕД		27.82	25.22	112.81	817.89
62/17	Салат из моркови с сахаром	60	0.74	0.06	16.92	74.71
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3.09	4.61	12.54	107.36
182/06	Ежики в соусе	110	5.73	16.34	10.38	215.00
54/21	Гороховое пюре	150	16.26	4.03	33.97	247.30
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
	Итого:	745				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			36.35	47.66	178.22	1330.81
	ЗАВТРАК		11.64	10.52	89.50	519.50
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00

	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		543				
	ОБЕД		24.71	37.14	88.72	811.31
75/17	Икра морковная	60	1.21	6.20	12.33	113.00
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3.96	4.86	17.01	131.81
ТТК 218	Бигус с птицей	200	16.48	25.76	10.39	345.00
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0.02		29.31	123.16
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		705				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			39.83	46.42	171.92	1328.42
	ЗАВТРАК		20.17	13.51	95.15	606.52
ТТК 243	Биточки "Чикенфиш"	90	11.81	8.11	4.87	143.05
304/17	Рис отварной	150	3.81	2.72	40.00	208.48
	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
	ОБЕД		19.66	32.91	76.77	721.91
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0.94	3.06	5.66	55.26
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	210	4.65	6.92	12.49	134.27
278/14	Тефтели мясные с соусом	110	9.15	14.97	10.60	217.68
312/17	Пюре картофельное	150	3.26	7.80	21.99	176.30
346/17	Напиток апельсиновый	200	0.14		16.19	89.23
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		750				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43.22	53.35	150.54	1295.73
	ЗАВТРАК		17.76	14.36	71.48	504.64
ТТК 369	Митболы "Ориджинал" с красным соусом	110	9.08	11.20	5.80	163.30
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5.64	2.84	36.00	201.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
	ОБЕД		25.46	38.99	79.06	791.09
52/17	Салат из свеклы	60	0.84	3.06	6.83	59.75
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной и фрикадельками	210	7.49	22.52	13.83	292.92
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11.84	10.06	16.03	208.00
303/14	Каша перловая вязкая	150	3.14	3.27	22.34	136.50
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		730				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			49.44	30.97	184.49	1261.33
	ЗАВТРАК		28.65	11.99	73.56	537.27
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.91

223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	120	18.98	7.07	31.77	276.78
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
	ОБЕД		20.79	18.98	110.93	724.05
62/17	Салат из моркови с сахаром	60	0.74	0.06	16.92	74.71
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3.96	4.86	17.01	131.81
ТТК370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.77	5.19	39.63	250.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		750				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			46.15	47.07	159.06	1287.23
	ЗАВТРАК		24.86	13.04	74.82	536.82
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	150	3.81	2.72	40.00	208.48
238/06	Соус томатный	20	0.18	2.01	0.89	23.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		510				
	ОБЕД		21.29	34.03	84.24	750.41
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0.90	0.06	5.28	27.00
102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	205	5.81	11.82	15.48	196.00
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
143/17	Рагу из овощей	150	5.77	10.08	30.69	244.00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		740				

Категории:

1. Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45.07	52.54	209.74	1543.63
	ЗАВТРАК		18.11	22.48	106.67	726.65
15/17	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	36.24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	255	8.51	13.06	36.89	308.25
	Пряник	40	1.92	1.12	31.08	148.68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		550				
	ОБЕД		26.95	30.06	103.07	816.98
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1.56	6.74	9.89	108.76
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	255	3.86	5.76	15.68	134.20
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		805				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45.60	49.96	220.73	1570.71
	ЗАВТРАК		17.30	13.09	116.46	681.25
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	41.84	267.91
	Печенье	60	4.50	7.08	44.94	273.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		553				
	ОБЕД		28.30	36.88	104.27	889.46
52/17	Салат из свеклы	100	1.40	5.10	11.38	99.54
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой с фрикадельками	255	3.21	11.55	22.55	212.15
260/17	Гуляш из птицы (грудка)	100	14.25	16.66	5.27	232.00
309/17	Макаронные изделия отварные	180	6.77	3.41	43.20	241.20
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		855				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43.67	40.78	221.29	1480.49
	ЗАВТРАК		13.68	8.50	101.50	560.13
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
182/17	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	203	8.48	8.00	36.10	259.36

394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		553				
	ОБЕД		29.99	32.28	119.79	920.36
75/17	Икра морковная	100	2.02	10.35	20.59	188.71
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	260	3.30	4.45	14.70	116.25
295/17	Котлеты из мяса птицы	100	13.14	11.17	17.79	230.88
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.52	6.23	48.71	304.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		860				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			47.52	46.39	205.70	1482.38
	ЗАВТРАК		17.03	9.42	111.12	623.05
766/04	Сдоба обыкновенная	60	4.91	3.79	36.09	206.31
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	253	9.08	5.31	45.35	276.40
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		553				
	ОБЕД		30.49	36.96	94.58	859.33
71/04	Винегрет овощной	100	1.34	5.19	9.42	93.19
99/17	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	260	8.14	15.35	23.68	271.76
ТТК 209	Азу из мяса птицы по домашнему	260	18.35	16.26	39.62	389.81
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		840				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			47.97	36.84	228.13	1491.57
	ЗАВТРАК		15.64	9.62	94.05	547.33
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
334/04	Макароны запеченные с сыром	203	11.44	9.22	49.65	339.56
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		553				
	ОБЕД		32.33	27.22	134.08	944.25
62/17	Салат из моркови с сахаром	100	1.23	0.10	28.26	124.77
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	255	3.86	5.76	15.68	134.20
182/06	Ежики в соусе	110	5.73	16.34	10.38	215.00
54/21	Гороховое пюре	180	19.51	4.84	40.76	296.76
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		865				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43.03	59.55	198.25	1550.83
	ЗАВТРАК		12.40	10.60	94.42	544.09

	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		553				
	ОБЕД		30.63	48.95	103.83	1006.75
75/17	Икра морковная	100	2.02	10.35	20.59	188.71
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	255	4.95	6.08	21.26	165.29
ТТК 218	Бигус с птицей	250	20.60	32.20	12.99	431.25
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0.02		29.31	123.16
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		845				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			41.14	49.92	230.30	1615.19
	ЗАВТРАК		19.17	11.39	141.01	776.03
182/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	203	7.16	4.66	40.52	242.96
766/04	Сдоба обыкновенная	100	8.20	6.33	60.27	344.50
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		553				
	ОБЕД		21.97	38.53	89.29	839.16
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1.56	6.74	9.89	108.76
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	260	5.81	8.65	15.61	167.84
ТТК 203	Тефтели "Крепыш" в соусе	100	9.63	12.61	8.51	189.68
312/17	Пюре картофельное	200	3.26	10.37	29.25	234.48
346/17	Напиток апельсиновый	200	0.19		16.19	89.23
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		880				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45.37	73.21	205.22	1712.44
	ЗАВТРАК		15.14	24.37	109.02	740.82
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	41.84	267.91
	Вафли	60	2.34	18.36	37.50	332.57
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		553				
	ОБЕД		30.23	48.84	96.20	971.62
52/17	Салат из свеклы	100	1.40	5.10	11.38	99.54
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной и фрикадельками	260	9.36	28.15	17.29	365.28
295/17	Котлеты из мяса птицы	100	13.14	11.17	17.79	230.88
303/14	Каша перловая вязкая	200	4.18	4.35	29.71	182.00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52

Итого:		880				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			59.68	35.66	219.03	1491.27
ЗАВТРАК			35.65	14.38	83.43	629.69
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.91
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	160	25.22	9.38	36.72	344.61
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ОБЕД			24.02	21.27	135.60	861.59
62/17	Салат из моркови с сахаром	100	1.23	0.10	28.26	124.77
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	255	4.95	6.08	21.26	165.29
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.52	6.23	48.71	304.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		870				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			50.88	52.67	190.51	1488.59
ЗАВТРАК			26.38	13.66	87.74	603.10
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	180	4.57	3.26	48.00	250.18
238/06	Соус томатный	20	0.18	2.01	0.89	23.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		550				
ОБЕД			24.50	39.00	102.77	885.49
54-283/23	Свекла отварная дольками	100	1.50	0.06	13.80	64.28
102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	255	7.26	14.78	19.35	245.00
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
143/17	Рагу из овощей	180	6.92	12.10	36.83	292.80
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		860				

Категории:

- Обучающиеся, один из родителей которых является военнослужащим;
- Обучающиеся, один из родителей которых является военнослужащим, погибшим (умершим) в результате участия в специальной военной операции.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45.83	52.62	214.66	1568.21
	ЗАВТРАК		18.87	22.56	111.59	751.24
15/17	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	36.24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	255	8.51	13.06	36.89	308.25
	Пряник	40	1.92	1.12	31.08	148.68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		560				
	ОБЕД		26.95	30.06	103.07	816.98
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1.56	6.74	9.89	108.76
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	255	3.86	5.76	15.68	134.20
291/17	Плов из филе птицы	200	17.73	17.16	42.90	409.09
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		805				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			46.36	50.04	225.65	1595.30
	ЗАВТРАК		18.06	13.17	121.38	705.84
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	41.84	267.91
	Печенье	60	4.50	7.08	44.94	273.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		563				
	ОБЕД		28.30	36.88	104.27	889.46
52/17	Салат из свеклы	100	1.40	5.10	11.38	99.54
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой с фрикадельками	255	3.21	11.55	22.55	212.15
260/17	Гуляш из птицы (грудка)	100	14.25	16.66	5.27	232.00
309/17	Макаронные изделия отварные	180	6.77	3.41	43.20	241.20
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		855				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			44.43	40.86	226.21	1505.07
	ЗАВТРАК		14.44	8.58	106.42	584.71
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84

182/17	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	203	8.48	8.00	36.10	259.36
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	147.51
Итого:		563				
ОБЕД			29.99	32.28	119.79	920.36
75/17	Икра морковная	100	2.02	10.35	20.59	188.71
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	260	3.30	4.45	14.70	116.25
295/17	Котлеты из мяса птицы	100	13.14	11.17	17.79	230.88
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.52	6.23	48.71	304.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		860				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			48.28	46.47	210.62	1506.96
ЗАВТРАК			17.79	9.50	116.04	647.64
766/04	Сдоба обыкновенная	60	4.91	3.79	36.09	206.31
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	253	9.08	5.31	45.35	276.40
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	24.60	122.93
Итого:		563				
ОБЕД			30.49	36.96	94.58	859.33
71/04	Винегрет овощной	100	1.34	5.19	9.42	93.19
99/17	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	260	8.14	15.35	23.68	271.76
ТТК 209	Азу из мяса птицы по домашнему	260	18.35	16.26	39.62	389.81
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		840				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			48.73	36.92	233.05	1516.16
ЗАВТРАК			16.40	9.70	98.97	571.91
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
334/04	Макароны запеченные с сыром	203	11.44	9.22	49.65	339.56
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	147.51
Итого:		563				
ОБЕД			32.33	27.22	134.08	944.25
62/17	Салат из моркови с сахаром	100	1.23	0.10	28.26	124.77
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	255	3.86	5.76	15.68	134.20
182/06	Ежики в соусе	110	5.73	16.34	10.38	215.00
54/21	Гороховое пюре	180	19.51	4.84	40.76	296.76
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1.00	0.10	31.00	135.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		865				

ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		43.79	59.63	203.17	1575.42
	ЗАВТРАК	13.16	10.68	99.34	568.67
	Яблоко	100	0.40	0.00	42.84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	42.00
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	147.51
Итого:		563			
	ОБЕД	30.63	48.95	103.83	1006.75
75/17	Икра морковная	100	2.02	10.35	188.71
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	255	4.95	6.08	165.29
ТТК 218	Бигус с птицей	250	20.60	32.20	431.25
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0.02		123.16
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	98.34
Итого:		845			
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		41.90	50.00	235.22	1639.77
	ЗАВТРАК	19.93	11.47	145.93	800.62
182/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	203	7.16	4.66	242.96
766/04	Сдоба обыкновенная	100	8.20	6.33	344.50
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		65.65
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	147.51
Итого:		563			
	ОБЕД	21.97	38.53	89.29	839.16
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1.56	6.74	108.76
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	260	5.81	8.65	167.84
ТТК 203	Тефтели "Крепыш" в соусе	100	9.63	12.61	189.68
312/17	Пюре картофельное	200	3.26	10.37	234.48
346/17	Напиток апельсиновый	200	0.19		89.23
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	49.17
Итого:		880			
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		46.13	73.29	210.14	1737.03
	ЗАВТРАК	15.90	24.45	113.94	765.41
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	267.91
	Вафли	60	2.34	18.36	332.57
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	42.00
	Хлеб пшеничный	50	3.80	0.40	122.93
Итого:		563			
	ОБЕД	30.23	48.84	96.20	971.62
52/17	Салат из свеклы	100	1.40	5.10	99.54
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной и фрикадельками	260	9.36	28.15	365.28

295/17	Котлеты из мяса птицы	100	13.14	11.17	17.79	230.88
303/14	Каша перловая вязкая	200	4.18	4.35	29.71	182.00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		880				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			60.44	35.74	223.95	1515.86
ЗАВТРАК			36.41	14.46	88.35	654.27
	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.91
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	160	25.22	9.38	36.72	344.61
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	147.51
Итого:		560				
ОБЕД			24.02	21.27	135.60	861.59
62/17	Салат из моркови с сахаром	100	1.23	0.10	28.26	124.77
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	255	4.95	6.08	21.26	165.29
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6.32	8.79	19.37	187.01
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.52	6.23	48.71	304.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб ржаной	20	1.00	0.08	8.00	38.52
Итого:		870				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			51.64	52.75	195.43	1513.18
ЗАВТРАК			27.14	13.74	92.66	627.69
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17.83	7.99	4.25	165.00
304/17	Рис отварной	180	4.57	3.26	48.00	250.18
238/06	Соус томатный	20	0.18	2.01	0.89	23.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	147.51
Итого:		560				
ОБЕД			24.50	39.00	102.77	885.49
54-283/23	Свекла отварная дольками	100	1.50	0.06	13.80	64.28
102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	255	7.26	14.78	19.35	245.00
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
143/17	Рагу из овощей	180	6.92	12.10	36.83	292.80
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1.15		12.03	55.40
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		860				

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 30,00 руб.

Категории:

- Обучающиеся кадетских классов, спортивных классов.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
				Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			11.89	16.10	67.86	480.08
			11.89	16.10	67.86	480.08
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	6.81	10.45	29.51	246.60
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		450				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			14.30	8.37	86.50	499.25
			14.30	8.37	86.50	499.25
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	41.84	267.91
	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		513				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25.40	16.61	94.42	652.34
			25.40	16.61	94.42	652.34
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11.84	10.06	16.03	208.00
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.52	6.23	48.71	304.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		510				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13.69	8.20	92.21	518.60
			13.69	8.20	92.21	518.60
766/04	Сдоба обыкновенная	60	4.91	3.79	36.09	206.31
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	203	7.26	4.25	36.28	221.12
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		483				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13.36	9.38	79.29	473.57
			13.36	9.38	79.29	473.57
334/04	Макароны запеченные с сыром	203	11.44	9.22	49.65	339.56

	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		523				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			11.29	14.15	79.77	509.77
			11.29	14.15	79.77	509.77
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		448				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13.60	8.61	102.07	564.09
			13.60	8.61	102.07	564.09
766/04	Сдоба обыкновенная	60	4.91	3.79	36.09	206.31
182/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	203	7.16	4.66	40.52	242.96
ТТК 323	Напиток каркаде с сахаром	200	0.01		15.62	65.65
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		483				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			14.53	13.17	79.40	513.01
			14.53	13.17	79.40	513.01
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
334/04	Макаронны запеченные с сыром	203	11.44	9.22	49.65	339.56
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		448				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			12.59	10.31	72.65	450.77
			12.59	10.31	72.65	450.77
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.50	6.36	42.90	277.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		498				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			11.85	14.83	73.22	491.32
			11.85	14.83	73.22	491.32
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
304/17	Рис отварной	150	3.81	2.72	40.00	208.48
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	62.00
Итого:		480				
ДЕНЬ 11. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25.03	20.69	74.03	602.64
	ЗАВТРАК		25.03	20.69	74.03	602.64
182/06	Ежики в соусе	110	5.73	16.34	10.38	215.00

54/21	Гороховое пюре	150	16.26	4.03	33.97	247.30
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		500				
ДЕНЬ 12. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			14.30	8.37	86.50	499.25
			14.30	8.37	86.50	499.25
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	41.84	267.91
	Печенье	20	1.50	2.36	14.98	91.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		513				
ДЕНЬ 13. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			11.89	16.10	67.86	480.08
			11.89	16.10	67.86	480.08
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	6.81	10.45	29.51	246.60
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1.99	1.70	18.60	102.03
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		450				
ДЕНЬ 14. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			13.69	8.20	92.21	518.60
			13.69	8.20	92.21	518.60
766/04	Сдоба обыкновенная	60	4.91	3.79	36.09	206.31
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	203	7.26	4.25	36.28	221.12
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		483				
ДЕНЬ 15. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			13.36	9.38	79.29	473.57
			13.36	9.38	79.29	473.57
334/04	Макароны запеченные с сыром	203	11.44	9.22	49.65	339.56
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		523				
ДЕНЬ 16. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			16.81	17.30	72.85	532.84
			16.81	17.30	72.85	532.84
ГТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6.14	11.91	10.92	178.84
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.77	5.19	39.63	250.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	25	1.90	0.20	12.30	62.00
Итого:		480				
ДЕНЬ 17. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			13.58	12.13	84.02	519.11
			13.58	12.13	84.02	519.11
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	253	9.76	5.69	41.84	267.91
	Вафли	20	0.78	6.12	12.50	110.86
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		513				
ДЕНЬ 18. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			11.29	14.15	79.77	509.77
			11.29	14.15	79.77	509.77

14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0.05	3.63	0.07	33.11
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8.20	10.20	50.02	336.32
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		448				
ДЕНЬ 19. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			12.95	8.11	99.77	538.65
			12.95	8.11	99.77	538.65
766/04	Сдоба обыкновенная	60	4.91	3.79	36.09	206.31
182/17	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом сливочным	203	5.00	4.00	34.00	192.00
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	98.34
Итого:		503				
ДЕНЬ 20. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА			13.36	9.38	79.29	473.57
			13.36	9.38	79.29	473.57
334/04	Макаронны запеченные с сыром	203	11.44	9.22	49.65	339.56
	Яблоко	100	0.40	0.00	9.80	42.84
411/16	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	10.00	42.00
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	49.17
Итого:		523				