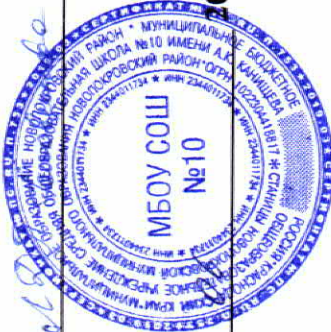


Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №2

Директор

С.В. Ю.В. Ю.В.



« 01 »

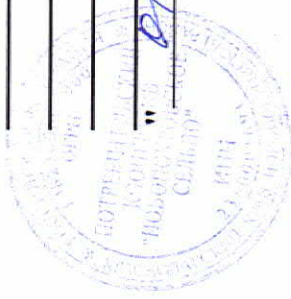
2025 год

УТВЕРЖДЕНО:

Председатель кооператива

ПК "Новопокровское сел'но"

С.В. Ю.В. Ю.В. Бабичева Н.Д.



« 01 »

2025 год

Основное организованное 10-дневное меню для детей возраст от 7 до 11 лет

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское сел'по»

Бабичева Н.Д.

35	Омлет натуральный	70	200	20,0	35,7	3,9	422,3	0,7	0,0	43,8	0,0	114,5	188,4	7,4	0,7	163,2	1,2	0,0	0,5	0,5
5	Чай с сахаром	3	200	0,2	0,0	15,0	58,0	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	4,5	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	2,5	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
41	Фрукты свежие	11	100	0,4	0,0	9,8	47,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	ИТОГО	91	500	22	36	52	635	1	0	44	0	172	296	33	2	249	1	0	1	11
Обед																				
31	Салат витаминный	12	60	0,7	2,0	10,0	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
14	Борщ с капустой и картофелем	10	200	5,4	7,2	15,1	132,8	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
39	Шницель мясной	48	90	16,1	7,1	20,2	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	15	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	11	200	2,0	0,2	26,3	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	5,5	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	4	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
	ИТОГО	105,5	700	29,1	26,0	115,1	729,8	0,2	0,2	295,5	2,0	193,7	168,3	48,2	3,3	292,2	0,0	0,0	0,0	32,3
	ВСЕГО 1 день	196,5	1200	51	62	168	1365	1	1	339	2	366	465	81	6	541	1	0	1	43

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селъпо»

Бабичева Н.Д.

День 2

Завтрак

		эвграф																				
52	Оладьи со сметаной 200/20	52	220	16,0	15,4	100,7	616,0	0,9	0,0	8,8	0,0	6,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	22,0	0,0	0,0	0,0	0,2
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	54	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	12,0	0,2	54,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	
	Кондитерские изделия печенье	14	80	2,6	3,4	29,0	156,5	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	0,0	
	ПРОМ.ПРОИЗ.																					
	ИТОГО	120	500	28,6	23,8	136,7	890,5	0,9	0,3	8,9	0,0	219,0	112,0	12,0	0,9	76,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,2	

Обед

54	Овощи свежие	15	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,0	0,0	78,8	0,0	8,4	15,6	12,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	0,0	15,0
20	Суп крестьянский с крупой	7	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	0,0	4,0	
38	Голубцы ленивые	20	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	0,0	0,2	2,0	
23	Каша Ячневая рассыпчатая	6	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	0,0	
10	Какао с молоком	18	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	0,0	1,5	0,7	
4	Хлеб пшеничный	5,5	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	0,0	
3	Хлеб ржаной	4	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	0,0	
	ИТОГО	75,5	700	18,8	25,6	104,6	733,0	0,7	0,2	196,3	1,5	259,8	265,2	58,2	3,1	390,6	0,0	0,0	0,0	13,7	21,7	
	ВСЕГО 2 день	195,5	1200	47	49	241	1624	2	1	205	2	479	377	70	4	467	0	0	14	22	22	

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селъпо»

Бабичева Н.Д.

День 3

Завтрак

2	Каша рисовая молочная жидкая	24	150	1,7	6,2	15,8	129,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	15,0	9,0	1,1	12,0	0,0	0,0	0,0	0,9
	Булочка пром.произ	30	50	1,7	2,1	18,1	97,8	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	0,0
	индивидуальной упаковке	30	200	6,1	5,4	41,7	238,0	6,3	25,0	4,0	20,0	26,0	32,0	8,0	3,4	18,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	11	100	0,3	0,0	8,6	40,0	0,1	0,0	0,1	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	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	
	ИТОГО	99,5	500,0	10,0	13,7	101,2	577,8	6,4	25,6	4,1	20,0	68,1	125,6	35,6	4,9	83,0	0,0	0,0	0,0	10,9	

Обед

32	Салат из белокочанной капусты	6	60	1,8	3,1	5,3	52,8	0,0	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
14	Борщ с капустой и картофелем	10	200	5,4	7,2	15,1	132,8	0,0	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
	Котлета рыбная	32	90	11,7	7,9	13,7	176,4	0,1	0,0	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	20	150	3,0	7,7	23,9	181,5	0,0	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	20	200	1,2	0,0	28,6	112,0	0,0	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	5,5	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	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	4	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	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
	ИТОГО	97,5	700	25,04	27,03	118,6	801,9	0,28	0,2	234,2	2,5	111,3	185,6	50,45	3,67	131,4	0	0	0	49,6	
	ВСЕГО 3 день	197	1200	35	41	220	1380	7	26	238	23	179	311	86	9	214	0	0	0	61	

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селъпо»

Бабичева Н.Д.

День 4

Завтрак

1	Каша манная молочная жидкая	33	220	8,8	12,5	38,8	302,7	0,0	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
45	Сыр порционный	31	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	0,0	1,5	0,2
	кондитерские изделия печенье	14	80	2,6	3,4	29,0	156,5	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	
	пром. произ.																				
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	54	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	12,0	0,2	54,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	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	0,0
	ИТОГО	136,5	530	27	28	92	741	0	1	10	0	495	271	66	1	303	0	0	0	2	1

Обед

54	Овощи свежие	15	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,0	0,0	78,8	0,0	8,4	15,6	12,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	15,0
16	Щи из свежей капусты с картофелем	12	200	0,2	0,2	21,0	110,4	0,0	0,0	33,3	0,0	2,7	4,5	4,1	0,3	3,5	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6
51	Печень по-строгановски 90/40	36	130	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	0,0	12,1
26	Картофель отварной	20	150	3,0	7,7	23,9	181,5	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	0,0	15,3
	Напиток фруктово-ягодный	11	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	8,0
4	Хлеб пшеничный	5,5	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	0,0
3	Хлеб ржаной	4	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	0,0
	ИТОГО	103,5	740	25,44	27,09	88	729,54	0,26	0,2	616	2	91,79	242,1	59	3,23	85,5	0	0	0	12	57
	ВСЕГО 4 день	240	1270	53	55	180	1471	0	1	626	2	587	513	125	5	389	0	0	0	14	58

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селъпо»

Бабичева Н.Д.

День 5

Завтрак

33	Сырники из творога со сметаной 200/20	97	220	15,2	19,4	18,9	251,0	0,1	0,0	75,1	0,0	150,1	120,0	11,0	0,5	175,0	0,0	0,0	0,0	0,4
10	Какао с молоком	18	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 (яблоки)	11	100	0,4	0,0	9,8	47,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	ИТОГО	126	520	21	24	61	488	0	0	100	0	387	268	35	1	356	0	0	2	11

Обед

54	Овощи свежие огурцы	15	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,0	0,0	78,8	0,0	8,4	15,6	12,0	0,5	0,0	0,0	0,0	12,0	15,0
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
46	Рагу из мяса птицы	85	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
8	Компот из смеси сухофруктов	10	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	5,5	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	4	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
	кондитерские изделия печенье прям. произ.	14	80	2,6	3,4	29,0	156,5	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
	ИТОГО	143,5	855	22,2	20,2	134,8	814,1	0,3	0,5	174,1	1,0	173,4	221,9	69,5	3,1	117,4	0,0	0,0	12,0	27,5
	ВСЕГО 5 день	270	1375	43	45	196	1302	1	1	274	1	560	489	105	4	473	0	0	14	39

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское сел'по»

Бабичева Н.Д.

День 6

Завтрак

34	запеканка из творога со ступенным молоком	78	200	30,0	26,7	27,5	478,0	0,1	0,0	234,0	0,0	475,0	162,0	13,7	0,5	330,0	0,0	0,0	0,0	0,3
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	15,0	58,0	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	11	100	0,3	0,0	8,6	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	ИТОГО	92	500	30,3	26,7	51,1	576	0,17	0	234,1	0	522,1	226	25,98	1,02	402	0	0	0,5	10,3

Обед

32	Салат из белокачанной капусты	6	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
21	Суп с клецками	16	200	1,4	1,9	11,3	69,6	0,0	0,0	10,0	1,0	22,9	30,8	8,6	0,6	25,3	0,0	0,0	0,0	2,1
39	Биточек мясной	48	90	16,1	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
25	Макаронь отварные	7	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
11	Сок фруктовый	20	200	1,2	0,0	28,6	112,0	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	5,5	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	4	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
	ИТОГО	106,5	700	26,55	22,42	125,8	814,3	0,3	0,2	239,7	2,5	114,3	208,3	56,45	3,35	195,6	0	0	0	31,18
	ВСЕГО 6 день	199	1200	57	49	177	1390	0	0	474	3	636	434	82	4	598	0	0	1	41

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селъпо»

Бабичева Н.Д.

День 7

Завтрак

36	Яйцо отварное	15	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
1	Каша манная жидкая	33	220	8,8	12,5	38,8	302,7	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	15,0	37,0	0,5	1,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2
	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ В индивидуальной упаковке	30	200	6,1	5,4	41,7	238,0	6,3	25,0	4,0	20,0	26,0	32,0	8,0	3,4	18,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	4,5	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	0,0
	кондитерские изделия печенье	14	80	2,6	3,4	29,0	156,5	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	0,0
	ПРОМ. ПРОД.																				
	ИТОГО	96,5	550	22,9	25,9	126,8	833,2	6,3	25,6	104,0	20,0	54,1	141,2	56,4	4,6	46,7	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2

Обед

54	Овощи свежие огурцы	15	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	15,6	12,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	15,0
20	Суп крестьянский с крупой	7	200	2,1	4,2	11,4	92,8	0,0	0,0	43,3	1,0	21,3	12,0	4,2	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,0
48	Тефтели мясные с рисом	57	90	9,0	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	0,0
23	Каша Пшеничная рассыпчатая	7	150	6,5	10,4	37,2	274,5	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	0,0
	Напиток фруктово-ягодный	11	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	8,0
4	Хлеб пшеничный	5,5	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	0,0
3	Хлеб ржаной	4	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	0,0
	ИТОГО	106,5	700	22,1	26,1	96,8	717,0	0,1	0,2	128,8	3,0	120,7	223,8	62,9	4,2	57,2	0,0	0,0	12,0	27,0	27,0
	ВСЕГО 7 день	203	1250	45	52	224	1550	6	26	233	23	175	365	119	9	104	0	0	12	28	28

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селъпо»

Бабичева Н.Д.

День 8

Завтрак

52	Оладьи со сметаной 200/20	52	220	16,0	15,4	100,7	616,0	0,9	0,0	8,8	0,0	6,8	0,0	0,0	0,0	0,7	22,0	0,0	0,0	0,2
	Коктейль молочный в индивидуальной упаковке	30	200	6,1	5,4	41,7	238,0	6,3	25,0	4,0	20,0	26,0	32,0	8,0	3,4	18,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Кондитерские изделия печенье пром.произ.	14	80	2,6	3,4	29,0	156,5	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
	ИТОГО	96	500	25	24	171	1011	7	25	13	20	33	32	8	4	40	0	0	0	0

Обед

54	Овощи свежие огурцы	15	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,0	0,0	78,8	0,0	8,4	15,6	12,0	0,5	0,0	0,0	0,0	12,0	15,0
16	Щи из свежей капусты с картофелем	12	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
39	Биточек мясной	48	90	16,1	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
23	Каша Ячневая рассыпчатая	6	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
11	Сок фруктовый	20	200	1,2	0,0	28,6	112,0	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	5,5	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	4	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
	ИТОГО	110,5	700	26,17	21,07	116,2	761,64	0,23	0,2	158,4	0	60,29	198,2	55,32	3,06	220,5	0	0	12	29,7
	ВСЕГО 8 день	207	1200	51	45	288	1772	7	26	171	20	93	230	63	7	261	0	0	12	30

УТВЕРЖДАЮ

ПК «Новопокровское селъпо»»

Бабичева Н.Д.

День 9

Завтрак

	Кондитерские изделия печенье пром. произв.	14	80	2,6	3,4	29,0	156,5	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	0,0
58	Вареники ленивые со сметаной 200г/20	71	220	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	0,0	0,3
5	Чай с сахаром	3	200	0,2	0,0	15,0	58,0	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
	ИТОГО	88	500	25	23	65	573	0	0	176	0	367	124	11	1	275	0	0	1	0	0
Обед																					
54	Овощи свежие огурцы	15	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,0	0,0	78,8	0,0	8,4	15,6	12,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	15,0
20	Суп крестьянский с крупой	7	200	2,1	4,2	11,4	92,8	0,0	0,0	43,3	1,0	21,3	12,0	4,2	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,0
39	Шницель мясной	48	90	16,1	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	0,0	0,1
25	Макароны отварные	7	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	0,0
8	Компот из смеси сухофруктов	10	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	0,1
4	Хлеб пшеничный	5,5	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	0,0
3	Хлеб ржаной	4	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	0,0
	ИТОГО	96,5	700	26,2	21,8	125,7	809,5	0,3	0,2	166,2	1,0	146,0	197,6	65,5	3,3	148,3	0,0	0,0	12,0	19,2	19,2
	ВСЕГО 9 день	185	1200	51	45	190	1383	0	1	342	1	513	322	76	4	423	0	0	13	20	20

7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

Председатель кооператива

ПК «Новопокровское селцо»

Бабичева Н.Д.

День 10

Завтрак

2	Каша рисовая (жидкая)	32	200	2,2	8,2	21,0	172,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	20,0	12,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2
10	Какао с молоком	18	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 яблоки	11	100	0,3	0,0	8,6	40,0	0,1	0,0	0,1	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	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
	ИТОГО	65,5	500	8	13	79	475	0	0	25	0	244	185	43	2	189	0	0	2	12

Обед

31	Салат витаминный	12	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
14	Борщ с капустой и картофелем	10	200	5,4	7,2	15,1	132,8	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
48	Тефтели мясные с рисом	57	90	10,4	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 гречневая рассыпчатая	15	150	7,4	10,3	44,5	267,3	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	15,0	58,0	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	5,5	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	4	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
	ИТОГО	106,5	700	25,82	30,68	123,7	819,3	0,26	0,2	207,8	2	101,2	189	39,73	4,12	80,7	0	0	0,5	14
	ВСЕГО 10 день	172	1200	34	44	203	1294	0	1	232	2	345	374	82	6	270	0	0	2	26

	ВСЕГО за 10 дней	2063	12295	467	488	2086	14531	25	81	3135	78	3933	3881	890	58	3739	1	0	82	367
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ	206	1230	46,7	48,8	208,6	1453,1	2,5	8,1	313,5	7,8	393,3	388,1	89,0	5,8	373,9	0,1	0,0	8,2	36,7