

СОГЛАСОВАНО:

Начальник Управления образования  
Администрации Минераловодского  
муниципального округа  
Савропольского района  
Савропольского округа  
Ставропольского края  
2024 года 20 марта 2024 г.



СОГЛАСОВАНО:

Начальник муниципального Управления  
Федеральной службы по контролю  
в сфере защиты прав потребителей  
и безопасности человека  
по Ставропольскому краю №99  
2024 г.

А. В. Красько  
20 марта 2024 г.

Перспективное 18-дневное меню горячего питания для учащихся общеобразовательных учреждений  
Минераловодского городского округа на 1 ЮУ 2024 г.

Сезон: Лето

ЛОК 2024 г. Возраст 11-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход/г	Цена	Пищевые в-ва			Энерг. Ценность ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
<b>1 ДЕНЬ</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
№210, сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	212/5	48,74	23,20	23,30	19,98	312,00	0,13	0,39	507,40	1,42	166,60	368,30	27,60	4,09				
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овоши натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37				
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02				
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82				
№338, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90				
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80				
<b>Итого завтрак:</b>			<b>85,76</b>	<b>28,31</b>	<b>31,74</b>	<b>71,82</b>	<b>615,40</b>	<b>0,26</b>	<b>15,49</b>	<b>547,40</b>	<b>2,12</b>	<b>218,40</b>	<b>453,80</b>	<b>65,33</b>	<b>11,00</b>				
<b>Обед</b>																			
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19				
№279, сбор 2005г. под ред. Могильного	Тертая капуста с соусом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67				
№203, сбор 2005г. под ред. Могильного	Макаронные отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071				
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овоши натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35				
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69				
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56				
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80				
<b>Итого обед:</b>			<b>90,50</b>	<b>33,34</b>	<b>33,05</b>	<b>125,22</b>	<b>955,53</b>	<b>0,36</b>	<b>13,31</b>	<b>110,00</b>	<b>5,77</b>	<b>169,91</b>	<b>431,65</b>	<b>128,28</b>	<b>8,33</b>				
<b>Итого 1 день:</b>			<b>176,26</b>	<b>61,65</b>	<b>64,79</b>	<b>197,04</b>	<b>1570,93</b>	<b>0,62</b>	<b>28,80</b>	<b>657,40</b>	<b>7,89</b>	<b>388,31</b>	<b>885,45</b>	<b>193,61</b>	<b>19,33</b>				
<b>2 ДЕНЬ</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
№234, сбор 2005г. под ред. Могильного	Выпечка рыбные	100	33,76	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76				
№310, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63				
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87				

к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,08	2,64	0,48	13,36	603,80	0,35	28,53	46,50	0,00	0,00	0,07	69,60	63,36	98,34	390,88	89,02	4,82	1,56
<b>Итого завтрак:</b>																				
<i>Обед</i>																				
№80, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	6,92	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	0,00	24,00	66,70	26,65	0,97			
№294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86						
№171, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	1800/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76					
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овоши натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,86	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35					
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,03	5,25	8,24	4,40	0,87					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56					
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80					
<b>Итого обед:</b>			<b>69,40</b>	<b>36,65</b>	<b>28,00</b>	<b>158,75</b>	<b>1090,80</b>	<b>0,65</b>	<b>11,45</b>	<b>72,50</b>	<b>4,46</b>	<b>127,66</b>	<b>597,09</b>	<b>257,24</b>	<b>30,17</b>					
<b>Итого 2 день:</b>			<b>124,04</b>	<b>58,89</b>	<b>52,38</b>	<b>222,11</b>	<b>1694,60</b>	<b>1,00</b>	<b>39,98</b>	<b>119,00</b>	<b>7,12</b>	<b>226,00</b>	<b>987,97</b>	<b>346,26</b>	<b>34,99</b>					

**3 ДЕНЬ**

*Завтрак*

№181, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,49	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32					
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,44	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,60	0,00	0,02					
№15, сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	24,00	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30					
№63, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Какао с молоком ступенным	200	15,31	3,20	3,60	19,20	122,00	0,02	0,20	15,20	0,08	108,00	85,40	21,30	0,58					
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,08	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80					
№338, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90					
<b>Итого завтрак:</b>			<b>81,12</b>	<b>17,40</b>	<b>24,69</b>	<b>79,85</b>	<b>662,90</b>	<b>0,17</b>	<b>13,72</b>	<b>153,20</b>	<b>2,41</b>	<b>412,90</b>	<b>315,60</b>	<b>62,50</b>	<b>4,92</b>					

*Обед*

№102, сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8,95	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03					
№282, сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	56,55	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13					
№137, сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	1800/5	17,76	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	3,47	31,44	63,24	27,84	0,95					
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56					
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80					
<b>Итого обед:</b>			<b>92,54</b>	<b>29,63</b>	<b>28,91</b>	<b>98,25</b>	<b>883,70</b>	<b>0,55</b>	<b>16,08</b>	<b>52,75</b>	<b>8,23</b>	<b>156,57</b>	<b>368,87</b>	<b>122,04</b>	<b>7,16</b>					
<b>Итого 3 день:</b>			<b>173,66</b>	<b>47,03</b>	<b>53,60</b>	<b>178,10</b>	<b>1546,60</b>	<b>0,72</b>	<b>29,80</b>	<b>205,95</b>	<b>10,64</b>	<b>569,47</b>	<b>684,47</b>	<b>184,54</b>	<b>12,08</b>					

**4 ДЕНЬ**

*Завтрак*

№291, сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78					
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овоши натуральные свежие (огурцы)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37					
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56					
<b>Итого завтрак:</b>			<b>62,57</b>	<b>31,05</b>	<b>31,02</b>	<b>83,30</b>	<b>697,35</b>	<b>0,17</b>	<b>1,88</b>	<b>64,80</b>	<b>0,94</b>	<b>93,28</b>	<b>363,70</b>	<b>93,97</b>	<b>7,53</b>					

*Обед*

№84, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71					
№239, сбор 2005г. под ред. Могильного	Террины рыбные с соусом	100/60	38,87	12,80	11,80	18,20	230,00	0,20	0,30	10,00	4,88	52,75	341,75	59,75	1,78					
№310, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	1800/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63					
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овоши натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35					
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,03	5,25	8,24	4,40	0,87					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56					
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80					
<b>Итого обед:</b>			<b>84,99</b>	<b>28,04</b>	<b>22,99</b>	<b>128,03</b>	<b>955,25</b>	<b>0,64</b>	<b>34,87</b>	<b>34,00</b>	<b>8,73</b>	<b>164,69</b>	<b>671,29</b>	<b>175,82</b>	<b>10,70</b>					
<b>Итого 4 день:</b>			<b>147,56</b>	<b>59,09</b>	<b>54,01</b>	<b>211,33</b>	<b>1652,60</b>	<b>0,81</b>	<b>36,75</b>	<b>64,80</b>	<b>9,67</b>	<b>257,97</b>	<b>1034,99</b>	<b>269,79</b>	<b>18,23</b>					

5 ДЕНЬ

		Завтрак													
№223, сбор 2005г. под ред. Могильного	200/20	97,47	31,90	24,50	61,80	463,00	6,10	0,45	138,80	0,71	276,00	394,00	41,60	1,30	
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	10	7,50	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87	
№338, сбор 2005 г. под ред. Могильного	200	29,30	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94	
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	34,80	13,20	0,80		
<b>Итого завтрак:</b>		<b>139,30</b>	<b>38,38</b>	<b>32,27</b>	<b>138,01</b>	<b>863,70</b>	<b>0,25</b>	<b>19,45</b>	<b>178,80</b>	<b>1,36</b>	<b>310,50</b>	<b>492,90</b>	<b>132,80</b>	<b>3,93</b>	
<i>Обои</i>															
№ 88, сбор 2005г. под ред. Могильного	250/5	8,67	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80	
№281, сбор 2012г. под ред. Могильного	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,30	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00	
№305, сбор 2005г. под ред. Могильного	180	10,80	3,64	4,36	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513	
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200	5,59	0,20	0,20	23,80	98,00	0,00	0,80	0,00	0,20	9,00	10,20	2,60	0,68	
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	34,80	13,20	0,80		
<b>Итого обои:</b>		<b>87,47</b>	<b>23,89</b>	<b>23,18</b>	<b>105,71</b>	<b>886,45</b>	<b>0,31</b>	<b>21,18</b>	<b>69,75</b>	<b>4,64</b>	<b>154,75</b>	<b>375,68</b>	<b>107,31</b>	<b>7,72</b>	
<b>Итого 5 дней:</b>		<b>226,77</b>	<b>62,27</b>	<b>55,45</b>	<b>243,72</b>	<b>1750,15</b>	<b>0,56</b>	<b>40,63</b>	<b>248,55</b>	<b>6,00</b>	<b>465,25</b>	<b>868,58</b>	<b>240,11</b>	<b>11,65</b>	

6 ДЕНЬ

		Завтрак													
№174, сбор 2005г. под ред. Могильного	200/5	16,09	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45	
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№15, сбор 2005г. под ред. Могильного	30	24,00	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30	
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338, сбор 2005 г. под ред. Могильного	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90	
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	34,80	13,20	0,80		
<b>Итого завтрак:</b>		<b>70,11</b>	<b>15,31</b>	<b>21,37</b>	<b>80,60</b>	<b>631,90</b>	<b>0,14</b>	<b>13,52</b>	<b>138,00</b>	<b>2,08</b>	<b>307,70</b>	<b>277,30</b>	<b>61,70</b>	<b>5,29</b>	
<i>Обои</i>															
№82, сбор 2012г. под ред. Могильного	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75	0,01	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08	
№282, сбор 2012г. под ред. Могильного	100	56,55	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13	
№321, сбор 2005г. под ред. Могильного	180	14,77	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,46	
№389, сбор 2005г. под ред. Могильного	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,90	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63	
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	34,80	13,20	0,80		
<b>Итого обои:</b>		<b>89,59</b>	<b>28,51</b>	<b>22,23</b>	<b>103,62</b>	<b>895,50</b>	<b>0,42</b>	<b>48,30</b>	<b>28,75</b>	<b>6,90</b>	<b>214,88</b>	<b>346,54</b>	<b>113,14</b>	<b>6,66</b>	
<b>Итого 6 дней:</b>		<b>159,50</b>	<b>43,82</b>	<b>43,60</b>	<b>184,22</b>	<b>1527,40</b>	<b>0,56</b>	<b>61,82</b>	<b>166,75</b>	<b>8,98</b>	<b>522,58</b>	<b>623,84</b>	<b>174,84</b>	<b>11,95</b>	

7 ДЕНЬ

		Завтрак													
№231, сбор 2012г. под ред. Могильного	200/20	96,99	28,70	23,70	43,50	435,00	0,11	0,49	108,80	4,12	292,00	425,60	48,00	1,39	
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338, сбор 2005 г. под ред. Могильного	200	29,30	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94	
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	34,80	13,20	0,80		
<b>Итого завтрак:</b>		<b>130,07</b>	<b>35,00</b>	<b>24,21</b>	<b>119,37</b>	<b>767,60</b>	<b>0,26</b>	<b>18,49</b>	<b>108,80</b>	<b>4,65</b>	<b>321,30</b>	<b>520,10</b>	<b>138,40</b>	<b>3,95</b>	
<i>Обои</i>															

№ 102, сбор 2005г. под ред. Могильного	250	8,95	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№291, сбор 2005г. под ред. Могильного	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,0	13,80	25,50	8,33	2,57
342 сб 2005 г	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,00	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обл:</b>	<b>78,49</b>	<b>39,70</b>	<b>36,60</b>	<b>138,69</b>	<b>1035,30</b>	<b>4,47</b>	<b>7,79</b>	<b>64,80</b>	<b>3,89</b>	<b>140,71</b>	<b>486,22</b>	<b>142,67</b>	<b>10,41</b>	
<b>Итого 7 день:</b>	<b>208,56</b>	<b>74,70</b>	<b>60,81</b>	<b>258,06</b>	<b>1802,90</b>	<b>0,73</b>	<b>26,28</b>	<b>173,60</b>	<b>8,54</b>	<b>462,01</b>	<b>1006,32</b>	<b>281,07</b>	<b>14,36</b>	

**8 ДЕНЬ**

**Завтрак**

№206, сбор 2012г. под ред. Могильного	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,16	2,40	3,00	0,00	0,02
№462, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,04	11,30	91,10	22,30	0,65
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>	<b>63,22</b>	<b>12,16</b>	<b>16,30</b>	<b>79,66</b>	<b>514,65</b>	<b>0,18</b>	<b>14,00</b>	<b>84,00</b>	<b>1,35</b>	<b>154,83</b>	<b>176,58</b>	<b>54,63</b>	<b>4,44</b>	

**Обед**

№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№279, сбор 2005г. под ред. Могильного	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,35	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№310, сбор 2005 г. под ред. Могильного	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>	<b>98,00</b>	<b>32,14</b>	<b>31,98</b>	<b>122,12</b>	<b>950,23</b>	<b>0,51</b>	<b>39,69</b>	<b>109,00</b>	<b>5,31</b>	<b>178,72</b>	<b>498,97</b>	<b>157,99</b>	<b>9,89</b>	
<b>Итого 8 день:</b>	<b>161,22</b>	<b>44,30</b>	<b>48,28</b>	<b>201,78</b>	<b>1464,88</b>	<b>0,69</b>	<b>83,69</b>	<b>193,00</b>	<b>6,66</b>	<b>333,55</b>	<b>675,55</b>	<b>212,62</b>	<b>14,33</b>	

**9 ДЕНЬ**

**Завтрак**

№240, сбор 2012г. под ред. Могильного	200/20	85,95	25,50	20,10	36,80	392,00	0,10	2,48	135,00	0,70	218,00	317,00	35,20	2,22
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	200	29,30	2,90	0,60	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
<b>Итого завтрак:</b>	<b>126,97</b>	<b>31,32</b>	<b>27,94</b>	<b>106,80</b>	<b>765,70</b>	<b>0,25</b>	<b>20,48</b>	<b>175,00</b>	<b>1,36</b>	<b>254,50</b>	<b>442,90</b>	<b>131,20</b>	<b>5,56</b>	

**Обед**

№108,109, сбор 2005г. под ред. Могильного	250	8,84	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№290, сбор 2005г. под ред. Могильного	100/60	45,29	26,40	29,80	8,00	230,00	0,05	0,01	40,00	0,40	51,13	124,63	19,00	1,51
№305, сбор 2005г. под ред. Могильного	180	10,80	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№476, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200	5,59	0,20	0,20	23,80	98,00	0,00	0,80	0,00	0,20	9,00	10,20	2,60	0,68
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>	<b>82,63</b>	<b>38,97</b>	<b>38,29</b>	<b>107,11</b>	<b>832,70</b>	<b>0,31</b>	<b>8,36</b>	<b>65,50</b>	<b>3,37</b>	<b>122,33</b>	<b>366,28</b>	<b>99,06</b>	<b>8,11</b>	
<b>Итого 9 день:</b>	<b>209,60</b>	<b>70,29</b>	<b>66,23</b>	<b>213,91</b>	<b>1598,40</b>	<b>0,57</b>	<b>28,84</b>	<b>240,50</b>	<b>4,73</b>	<b>376,83</b>	<b>809,18</b>	<b>230,26</b>	<b>13,67</b>	

**10 ДЕНЬ**

		Завтрак													
№294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Коплеты рубленные из пшны	100	32,49	16,64	15,34	30,29	398,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая расквашенная с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№465, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,07	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>54,10</b>	<b>33,27</b>	<b>25,43</b>	<b>111,03</b>	<b>807,10</b>	<b>0,48</b>	<b>2,00</b>	<b>91,50</b>	<b>2,58</b>	<b>178,91</b>	<b>509,38</b>	<b>211,66</b>	<b>24,54</b>
		<b>Обед</b>													
№ 88, сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,67	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№229, сбор 2005г. под ред. Могильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	58,64	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№310, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,60	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>			<b>94,58</b>	<b>26,54</b>	<b>18,58</b>	<b>107,03</b>	<b>879,75</b>	<b>0,49</b>	<b>46,40</b>	<b>48,60</b>	<b>5,63</b>	<b>156,22</b>	<b>480,07</b>	<b>124,29</b>	<b>6,48</b>
<b>Итого 10 день:</b>			<b>148,68</b>	<b>59,81</b>	<b>44,01</b>	<b>218,06</b>	<b>1686,85</b>	<b>0,96</b>	<b>48,40</b>	<b>140,10</b>	<b>8,21</b>	<b>335,13</b>	<b>989,45</b>	<b>335,95</b>	<b>31,02</b>
		<b>3 недели 11 ДЕНЬ</b>													
		Завтрак													
№210, сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	212/5	48,74	23,20	23,30	19,98	312,00	0,13	0,39	507,40	1,42	166,60	368,00	27,60	4,09
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>79,88</b>	<b>28,60</b>	<b>24,68</b>	<b>73,02</b>	<b>559,30</b>	<b>0,26</b>	<b>15,49</b>	<b>507,40</b>	<b>2,02</b>	<b>216,00</b>	<b>450,47</b>	<b>65,33</b>	<b>10,96</b>
		Обед													
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	103,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№ 289, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Ризотто из пшны	100/180	52,20	13,51	8,66	25,72	233,56	0,16	11,45	34,32	0,64	64,43	178,46	57,72	2,34
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>			<b>78,13</b>	<b>22,60</b>	<b>14,56</b>	<b>94,62</b>	<b>602,26</b>	<b>0,38</b>	<b>23,74</b>	<b>34,32</b>	<b>4,60</b>	<b>165,91</b>	<b>374,39</b>	<b>138,70</b>	<b>8,95</b>
<b>Итого 11 день:</b>			<b>158,01</b>	<b>51,20</b>	<b>39,24</b>	<b>167,64</b>	<b>1161,56</b>	<b>0,64</b>	<b>39,23</b>	<b>541,72</b>	<b>6,62</b>	<b>381,91</b>	<b>824,86</b>	<b>204,03</b>	<b>19,91</b>
		<b>12 ДЕНЬ</b>													
		Завтрак													
№223, сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со ступеным молоком	200/20	97,47	31,90	24,50	61,80	463,00	0,10	0,45	138,80	0,71	276,00	394,00	41,60	1,30
№462, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Какао с молоком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	29,30	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>138,78</b>	<b>41,30</b>	<b>27,81</b>	<b>142,17</b>	<b>851,60</b>	<b>0,28</b>	<b>19,15</b>	<b>157,80</b>	<b>1,25</b>	<b>411,50</b>	<b>571,90</b>	<b>150,10</b>	<b>3,69</b>
		<b>Обед</b>													
№82, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08

№281, сбор 2012г под ред. Могильного	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№171, сбор 2005г под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,09	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76
№476, сбор 2021г под ред. Перевалова	Кисель из яблок свежих	200	5,59	0,20	0,20	23,80	98,00	0,00	0,80	0,00	0,20	9,00	10,20	2,60	0,68
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,09	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>			<b>78,60</b>	<b>30,99</b>	<b>24,01</b>	<b>131,42</b>	<b>946,45</b>	<b>0,61</b>	<b>9,16</b>	<b>72,75</b>	<b>4,10</b>	<b>138,88</b>	<b>560,72</b>	<b>252,73</b>	<b>10,88</b>
<b>Итого 12 день:</b>			<b>217,38</b>	<b>72,29</b>	<b>51,82</b>	<b>273,59</b>	<b>1798,05</b>	<b>0,89</b>	<b>28,31</b>	<b>230,55</b>	<b>5,35</b>	<b>550,38</b>	<b>1132,62</b>	<b>402,83</b>	<b>14,57</b>

**13 ДЕНЬ**

<b>Завтрак</b>															
№206, сбор 2012г под ред. Могильного	Макарона отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№71, сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№459, сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	4,0	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калибровочные, I шт	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
<b>Итого завтрак:</b>			<b>55,69</b>	<b>9,91</b>	<b>6,24</b>	<b>78,55</b>	<b>410,55</b>	<b>0,17</b>	<b>16,10</b>	<b>25,00</b>	<b>1,33</b>	<b>62,83</b>	<b>117,08</b>	<b>45,66</b>	<b>7,01</b>

**Обед**

№ 84, сбор 2005г под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
237 сб 2005 г	Зрвы рыбные с яйцом	100	31,18	10,83	18,67	11	255	0,90	0,00	6,0	0,12	78	242,0	38,0	0,93
№310, сбор 2005 г под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71, сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
342 сб 2005 г под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>			<b>77,30</b>	<b>26,07</b>	<b>29,86</b>	<b>120,83</b>	<b>980,25</b>	<b>1,34</b>	<b>34,57</b>	<b>30,00</b>	<b>3,97</b>	<b>189,94</b>	<b>571,54</b>	<b>154,07</b>	<b>9,85</b>
<b>Итого 13 день:</b>			<b>132,99</b>	<b>35,98</b>	<b>36,10</b>	<b>199,28</b>	<b>1390,80</b>	<b>1,51</b>	<b>50,67</b>	<b>55,00</b>	<b>5,30</b>	<b>252,77</b>	<b>688,62</b>	<b>199,73</b>	<b>16,86</b>

**14 ДЕНЬ**

<b>Завтрак</b>															
№181, сбор 2005г под ред. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,49	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32
№14, сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,30	0,00	40,00	0,10	2,40	3,09	0,00	0,02
№15, сбор 2005г под ред. Могильного	Сыр Российский	30	24,00	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30
№465, сбор 2021г под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,07	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	198,30	75,60	12,60	0,12
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
к/к	Бютогурт, шт	125	16,54	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>73,01</b>	<b>20,10</b>	<b>27,32</b>	<b>77,55</b>	<b>685,20</b>	<b>0,24</b>	<b>13,42</b>	<b>157,20</b>	<b>2,83</b>	<b>441,90</b>	<b>306,00</b>	<b>76,80</b>	<b>2,36</b>

**Обед**

№108, 109 сбор 2005г под ред. Перевалова	Суп картофельный с клецками	250	8,84	2,06	3,10	12,58	86,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№347, сбор 2021г под ред. Перевалова	Котлета "Школьная"	100	46,97	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07
№171, сбор 2005г под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,00	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№71, сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0	3,33	16,0	0,02	1,8	0	0,07	13,8	25,5	8,33	2,37
№495, сбор 2021г под ред. Перевалова	Компот из сушофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80

<b>Итого обес:</b>			82,27	35,26	22,27	129,81	929,70	0,69	7,75	58,50	5,05	148,96	578,17	261,86	13,93
<b>Итого 14 день:</b>			155,28	55,36	49,59	207,36	1614,90	0,93	21,17	215,70	7,88	590,86	884,17	338,66	16,29
<b>15 ДЕНЬ</b>															
<b>Завтрак</b>															
№240, сбор 2012г. под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с молоком стученым	200/20	85,95	25,50	20,10	36,89	392,00	0,10	2,48	135,00	0,70	218,00	317,00	35,20	2,22
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Булочки свежие какаоованные I шт.	200	29,30	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
в/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>119,03</b>	<b>31,80</b>	<b>20,61</b>	<b>112,67</b>	<b>724,60</b>	<b>0,25</b>	<b>20,48</b>	<b>135,00</b>	<b>1,23</b>	<b>247,30</b>	<b>411,50</b>	<b>125,60</b>	<b>4,78</b>
<b>Обед</b>															
№102, сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8,95	5,49	5,27	16,32	189,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№291, сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
№389, сбор 2005г. под ред. Могильного	Паштет из печени свиная	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
в/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
в/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого обед:</b>			<b>79,67</b>	<b>40,59</b>	<b>37,08</b>	<b>131,78</b>	<b>1097,45</b>	<b>0,48</b>	<b>17,69</b>	<b>64,80</b>	<b>3,89</b>	<b>156,79</b>	<b>481,09</b>	<b>141,71</b>	<b>10,15</b>
<b>Итого 15 день:</b>			<b>198,70</b>	<b>72,39</b>	<b>57,69</b>	<b>244,45</b>	<b>1822,05</b>	<b>0,73</b>	<b>38,17</b>	<b>199,80</b>	<b>5,12</b>	<b>404,09</b>	<b>892,59</b>	<b>267,31</b>	<b>14,93</b>
<b>16 ДЕНЬ</b>															
<b>Завтрак</b>															
№294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Копченые рубленные из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№321, сб 2005г. под ред. Могильного	Капуста тушеная	180	14,77	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,46
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
в/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные какаоованные, I шт	200	18,69	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
<b>Итого завтрак:</b>			<b>70,98</b>	<b>24,70</b>	<b>23,19</b>	<b>96,16</b>	<b>775,80</b>	<b>0,25</b>	<b>45,50</b>	<b>48,50</b>	<b>5,39</b>	<b>182,73</b>	<b>282,76</b>	<b>86,26</b>	<b>23,89</b>
<b>Обед</b>															
№80, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	6,92	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№279, сбор 2005г. под ред. Могильного	Гарели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,92	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№203, сбор 2005г. под ред. Могильного	Макарон отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
в/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
в/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
<b>Итого обед:</b>			<b>77,82</b>	<b>31,01</b>	<b>32,10</b>	<b>113,88</b>	<b>915,03</b>	<b>0,36</b>	<b>9,47</b>	<b>110,00</b>	<b>4,27</b>	<b>129,93</b>	<b>395,45</b>	<b>112,35</b>	<b>5,17</b>
<b>Итого 16 день:</b>			<b>148,80</b>	<b>55,71</b>	<b>55,29</b>	<b>210,04</b>	<b>1690,83</b>	<b>0,61</b>	<b>54,97</b>	<b>158,50</b>	<b>9,66</b>	<b>312,66</b>	<b>678,21</b>	<b>198,61</b>	<b>29,06</b>
<b>17 ДЕНЬ</b>															
<b>Завтрак</b>															
№174, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каши вязкая молочная из риса с маслом	200/5	16,09	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское в.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
в/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
в/к	Бюбюбург, шт.	125	16,54	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>43,96</b>	<b>11,47</b>	<b>16,24</b>	<b>83,90</b>	<b>580,70</b>	<b>0,20</b>	<b>12,50</b>	<b>60,20</b>	<b>1,38</b>	<b>72,40</b>	<b>127,50</b>	<b>74,20</b>	<b>2,89</b>

№ 88 сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,67	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№229 сбор 2005г. под ред. Могильного	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	58,64	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№310 сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	8,67	1,20	0,20	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35
342 сб. 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,03	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
<b>Итого обед:</b>			<b>101,97</b>	<b>26,25</b>	<b>18,55</b>	<b>103,48</b>	<b>864,25</b>	<b>0,47</b>	<b>48,20</b>	<b>48,60</b>	<b>5,42</b>	<b>164,22</b>	<b>480,74</b>	<b>124,62</b>	<b>8,24</b>
<b>Итого 17 дней:</b>			<b>145,93</b>	<b>37,72</b>	<b>34,79</b>	<b>187,38</b>	<b>1444,95</b>	<b>0,67</b>	<b>60,70</b>	<b>108,80</b>	<b>6,80</b>	<b>236,62</b>	<b>608,24</b>	<b>198,82</b>	<b>11,13</b>

18 ДЕНЬ

Завтрак

№210 сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	212/5	48,74	23,20	23,30	19,98	312,00	0,13	0,39	507,40	1,42	166,60	368,00	27,60	4,09
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	7,00	0,83	0,00	3,33	16,00	0,020	1,80	0,0	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№15 сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	24,00	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№459 сбор 2021г. под ред. Первалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калибровочные, 1 шт	200	18,69	0,8	0,67	19,70	88,7	0,04	13,3	0,0	0,0	21,3	14,8	12	2,90
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,36	3,20	0,41	19,37	94,60	0,07	0,00	0,00	0,53	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>			<b>111,01</b>	<b>35,35</b>	<b>40,60</b>	<b>72,02</b>	<b>724,90</b>	<b>0,26</b>	<b>16,71</b>	<b>625,40</b>	<b>3,34</b>	<b>485,20</b>	<b>605,20</b>	<b>76,63</b>	<b>11,35</b>

Обед

№82 сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макароными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08
№294 сбор 2005г. под ред. Могильного	Виточки рубленные из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,86
№203 сбор 2005г. под ред. Могильного	Макаронные отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№493 сбор 2021г. под ред. Первалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
<b>Итого обед:</b>			<b>56,54</b>	<b>29,97</b>	<b>25,01</b>	<b>124,04</b>	<b>845,45</b>	<b>0,34</b>	<b>9,75</b>	<b>73,50</b>	<b>4,64</b>	<b>115,06</b>	<b>339,09</b>	<b>90,39</b>	<b>21,47</b>
<b>Итого 18 дней:</b>			<b>167,45</b>	<b>65,32</b>	<b>65,61</b>	<b>196,06</b>	<b>1570,35</b>	<b>0,60</b>	<b>26,46</b>	<b>698,90</b>	<b>7,98</b>	<b>660,26</b>	<b>944,29</b>	<b>167,02</b>	<b>32,82</b>
<b>Средняя за 18 дней:</b>			<b>170,0</b>	<b>57,10</b>	<b>51,85</b>	<b>211,90</b>	<b>1599,38</b>	<b>0,77</b>	<b>39,70</b>	<b>245,48</b>	<b>7,40</b>	<b>403,70</b>	<b>845,52</b>	<b>247,00</b>	<b>18,73</b>

При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, доломитинг-хлеб и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

Стоимость рациона - 170,00 рублей (с учетом 0% скидки на готовое блюдо и 0% скидки на покупные товары)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г., 2011г., 2012г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания — 170,00 руб.

Нормы выгода полуфабрикатов и готовых блюд, даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выделение

начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Кузнецова Ю.С.