

Муниципальное казенное образовательное учреждение «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
 Утверждаю: *И.В.И. Зубовская*
 Директор: *И.В.И. Зубовская*
 17.03.2023 г. М.п. 17.03.2023 г.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник управления образования
 администрации Минераловодского
 городского округа
И.А. Воронцов
 17 марта 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник ГОУ «Управление
 федеральной службы по надзору
 в сфере защиты прав потребителей
 и благополучия человека
 по Ставропольскому краю и Целинскому
 району»
А.И. Крысько
 17 марта 2023 г.

Перспективное 18-дневное меню горячего питания для учащихся общеобразовательных учреждений
 Минераловодского городского округа на 10Б 2023 г.

Сезон: Лето 10Б 2023 г. Возраст: 6-10 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые н-вал			Энерг. Ценность ккал	Витаминное со				Минеральное вещество			
				Б	Ж	У		К	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1 неделя															
1 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№211 сбор 2005г под ред. Могильного	Омлет натуральный	150/5	37,31	17,46	17,80	14,99	274,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	5,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№457 сбор 2021г под ред. Перепалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	0,20	0,10	9,30	18,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№438 сбор 2005 под ред Могильного	Йогурт свежие сезонные - колбированные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,51	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			55,01	20,95	18,38	52,72	431,83	0,20	13,45	380,50	1,50	164,61	338,52	50,68	8,57
<i>Обед</i>															
№82 сбор 2005г под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,79	1,82	4,91	12,74	102,30	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№200 сбор 2005г под ред Могильного	Гречка	100/100	113,00	25,79	20,38	4,95	312,50	0,06	1,39	25,00	0,83	46,50	204,61	43,50	1,98
№203 сбор 2005г под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№71 сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
№495 сбор 2021г под ред. Перепалова	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	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	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			143,45	39,77	32,34	101,93	886,30	0,29	12,96	50,00	5,32	149,59	407,24	123,58	7,31
Итого 1 день:			198,46	60,72	50,72	154,65	1318,13	0,49	26,41	430,50	6,81	314,20	745,76	174,26	15,88
2 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№234 сбор 2005г под ред. Могильного	Биточки рыбные	100	27,32	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	17,49	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. Перепалова	Чай с сахаром с лимонном	200/10/7	2,61	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	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
Итого завтрак:			48,92	21,58	24,26	60,02	586,40	0,33	28,53	46,50	2,52	94,84	375,08	84,32	4,43	
<i>Обед</i>																
№80 сбор 2012г под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	7,54	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97	
№294 сбор 2005г под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,32	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	18,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86	
№171 сбор 2005г под ред. Могильного	Каши гречневая рассычатая с маслом	180/5	13,47	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	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41	
342 сб 2005г под ред. Могильного	Компот из свежих яблов	200	5,65	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	30	1,50	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	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			67,00	35,47	27,79	153,49	1062,40	0,62	10,73	12,50	4,28	118,64	571,22	249,21	28,84	
Итого 2 день:			115,92	57,05	52,05	213,51	1648,80	0,95	39,26	119,00	6,80	213,48	946,30	333,53	33,27	
3 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№38 сбор 2005г под ред. Могильного	Каши жидкая из овсяной манной с маслом	200/5	15,58	3,18	3,89	21,41	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	17,60	5,50	0,32	
№14 сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное высшего качества	10	7,16	0,08	7,26	0,14	86,10	0,00	0,00	10,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№17 сбор 2005г под ред. Могильного	Сыр Российский	15	13,44	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	10,00	0,60	132,00	75,60	5,25	0,15	
№464 сбор 2012г под ред. Переложова	Какао с маслом сливочным	200	13,99	3,20	3,60	19,20	122,00	0,02	0,20	15,20	0,08	108,00	83,40	21,30	0,58	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,55	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	20,10	9,90	0,60	
№338 сбор 2005г под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,04	70,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66	
Итого завтрак:			58,59	12,78	19,96	67,21	615,88	0,15	12,39	114,20	1,67	276,63	230,52	52,83	4,33	
<i>Обед</i>																
№102 сбор 2005г под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	7,82	5,49	5,27	16,17	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	53,18	15,55	11,55	15,30	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	180/5	18,29	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	3,47	31,44	65,24	27,84	0,95	
№495 сбор 2021г под ред. Переложова	Компот из сухофруктов	200	4,43	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	1,50	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	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			87,10	28,93	28,78	94,86	865,70	0,53	16,08	52,75	8,08	153,07	353,07	117,34	6,77	
Итого 3 день:			145,69	41,71	48,74	162,07	1481,58	0,68	28,47	166,95	9,75	429,70	583,59	170,17	11,10	
4 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№291 сбор 2005г под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,08	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 (огурцы)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,42	
№457 сбор 2021г под ред. Переложова	Чай с сахаром	200/10	1,31	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	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
Итого завтрак:			58,16	30,06	30,90	78,63	673,55	0,14	1,16	64,80	0,77	84,26	337,70	85,94	6,19	
<i>Обед</i>																
№84 сбор 2005г под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	11,08	3,54	5,10	14,33	168,25	0,09	8,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71	
№219 сбор 2005г под ред. Могильного	Тефтели рыбные с соусом	100/60	33,03	12,80	11,80	18,20	230,00	0,20	0,30	10,00	4,88	52,75	141,75	59,75	1,78	
№110 сбор 2005г под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	17,49	4,50	5,00	28,00	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	60	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41	
342 сб 2005г под ред. Могильного	Компот из свежих яблов	200	5,65	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	30	1,50	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	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:			75,47	26,86	22,78	122,77	926,85	0,61	34,15	34,00	8,55	155,67	645,42	167,79	9,37	
Итого 4 день:			133,63	56,92	53,68	201,40	1600,40	0,75	35,31	64,80	9,31	239,93	983,12	253,73	15,56	
5 ДЕНЬ																

Завтрак															
№223, сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со ступенчатым молоком	150/10	34,38	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,61	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 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калибровочные 1 шт	200	30,93	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	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			69,33	31,13	19,96	120,69	707,00	0,20	19,36	111,00	0,98	250,75	402,65	121,20	3,45
Обед															
№ 88, сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	9,30	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,42	43,33	47,63	22,25	0,80
№281, сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	100	46,98	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	64,00	133,75	23,13	1,00
№305, сбор 2005г. под ред. Могильного	Рис припущенный	180	10,26	3,64	4,30	26,57	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	90,60	19,00	0,511
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№352, сбор 2005г. под ред. Могильного	Кисель из яблок свежих	200	5,40	0,30	0,00	34,50	139,20	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
к/к	Хлеб ржаной пшеничный	30	1,50	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	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			79,59	22,96	22,85	111,69	903,25	0,30	25,26	69,81	4,32	146,93	354,96	101,72	6,12
Итого 5 день:			148,92	54,09	42,81	232,38	1610,25	0,50	44,62	180,81	5,30	397,68	757,61	222,92	9,57
2 неделя															
6 ДЕНЬ															
Завтрак															
№174, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша пшеничная молочная из риса с маслом	200/5	16,11	4,09	4,07	42,09	237,00	0,04	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское мягкое менее 72%	10	7,46	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	Сыр Российский	18	11,44	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,14
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	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 2005г. под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калибровочные	120	10,71	0,48	0,18	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	11,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			48,44	10,69	16,64	67,96	584,88	0,12	12,19	99,00	1,34	171,43	192,22	52,03	4,70
Обед															
№82, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,88	2,68	2,84	7,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,00	66,05	27,00	1,08
№282, сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты говяжьи	100	53,18	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, сб. 2005г. под ред. Могильного	Капуста тушеная	180	16,31	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,40
№389, сбор 2005г. под ред. Могильного	Напиток из сливочного шоколада	200	7,14	0,68	0,28	20,75	133,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	1,44	0,63
к/к	Хлеб ржаной пшеничный	30	1,50	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	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			87,89	27,81	22,10	100,23	877,50	0,40	48,30	28,75	6,75	211,38	330,74	108,44	6,27
Итого 6 день:			136,33	38,50	38,74	168,19	1462,38	0,52	60,49	127,75	8,09	382,81	522,96	160,47	10,97
7 ДЕНЬ															
Завтрак															
№231, сбор 2012г. под ред. Могильного	Сырники из творога со ступенчатым молоком	150/10	63,30	22,95	18,99	34,80	148,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40	1,11
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	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 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калибровочные 1 шт	200	30,93	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	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			96,95	28,42	19,39	105,79	656,50	0,22	18,39	87,00	3,69	260,40	426,30	125,50	3,47
Обед															
№ 102, сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	7,82	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	Плов из пшеницы	100/200	51,08	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,18	267,30	62,64	2,78
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
342 сб 2005г.	Компот из свежих яблок	200	5,65	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	30	1,50	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	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			72,20	38,67	36,47	133,97	1010,90	0,44	7,07	64,80	3,71	131,69	460,22	134,64	9,07
Итого 7 день:			169,15	67,09	55,86	239,76	1667,40	0,65	25,46	151,80	7,40	392,09	886,52	260,14	12,54
8. ДЕНЬ															
Завтрак															
№306, сбор 2005г. под ред. Могильного	Макарона отварные с сыром	200	23,59	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№462, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Каша с молоком	200	9,77	3,30	2,00	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65
№338, сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблоки свежие детские калибровочные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			45,48	10,93	8,74	66,88	415,28	0,16	12,78	44,00	1,11	148,16	163,50	50,21	3,98
Обед															
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,79	1,82	1,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	28,25	1,19
№279, сбор 2005г. под ред. Могильного	Тедфе по-польски с соусом сметанным с томатом	100/50	51,62	18,18	20,88	22,98	353,33	0,09	1,02	85,00	3,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№310, сбор 2005г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	17,49	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 (пшеницы)	60	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,43	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	1,50	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	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			91,55	30,96	31,77	116,86	921,83	0,48	38,97	109,00	5,13	169,70	473,10	149,96	8,56
Итого 8 день:			137,03	41,89	40,51	183,74	1337,11	0,64	51,75	153,00	6,24	317,86	636,60	200,17	12,54
9. ДЕНЬ															
Завтрак															
№240, сбор 2012г. под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с мясным соусом	150/10	57,25	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,50	174,75	253,65	28,20	1,78
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	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 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калибровочные 1 шт.	200	30,93	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	71,00	0,84
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			90,99	25,50	16,47	95,96	603,70	0,21	19,99	108,00	0,98	205,35	360,75	119,50	4,71
Обед															
№108, 109, сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с клецками	250	9,32	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	Пшеница тушеная в соусе	100/60	45,73	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	Рис пропаренный	180	10,26	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,13
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№352, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша из яблок свежих	200	5,40	0,30	0,00	34,50	139,20	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	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	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			77,89	37,25	37,86	108,26	826,00	0,29	12,44	65,56	2,92	112,21	336,86	90,17	6,31
Итого 9 день:			168,88	62,75	54,33	204,22	1429,70	0,50	32,43	173,56	3,90	317,56	697,61	209,67	11,02
10. ДЕНЬ															
Завтрак															
№294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Кол. зены рубленные из пшеницы	100	32,12	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86

№171 сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассычатая с маслом	180/5	13,47	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. Переманова	Кофейный напиток с молоком	200	9,90	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	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			56,90	32,44	25,32	106,15	783,00	0,45	2,00	91,50	2,44	176,61	500,68	208,36	24,34	
Обед																
№ 88 сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	9,30	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	47,80	14,10	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	21,60	0,92	65,00	226,00	28,80	0,82	
№110 сбор 2005г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	17,49	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. 2005г.	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	1,40	0,87	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	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	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			83,16	25,05	18,35	98,81	808,25	0,45	46,40	48,60	5,35	150,42	455,57	116,29	5,89	
Итого 10 день:			140,06	57,49	43,67	204,96	1591,25	0,90	48,40	140,10	7,79	327,03	956,25	324,65	30,23	
3 недели																
11 ДЕНЬ																
Завтрак																
№210 сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	150/5	37,31	17,40	17,50	14,99	234,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	30,70	5,07	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (томат/огур)	60	4,84	1,72	0,12	2,80	19,90	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41	
№457 сбор 2021г. под ред. Переманова	Чай с сахаром	200/10	1,31	1,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338 сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблоки свежие калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	70,54	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	0,88	2,66	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			55,58	21,17	18,50	53,52	437,83	0,20	13,45	380,50	1,50	164,61	338,32	50,68	8,56	
Обед																
№ 82 сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,79	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,25	26,25	1,19	
№ 289 сбор 2005г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	100/180	53,27	13,51	8,66	25,72	255,50	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)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42	
№495 сбор 2021г. под ред. Переманова	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,10	81,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	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	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			74,67	20,78	14,33	85,07	554,36	0,33	23,02	34,32	4,29	154,59	339,69	127,37	7,41	
Итого 11 день:			130,25	41,95	32,83	138,59	992,19	0,53	36,47	414,82	5,78	319,20	678,01	178,05	15,97	
12 ДЕНЬ																
Завтрак																
№223 сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со ступенным молоком	150/10	34,38	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,93	315,45	11,50	1,04	
№462 сбор 2021г. под ред. Переманова	Каша с молоком	200	9,77	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 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	30,93	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	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			76,49	34,13	22,76	124,99	761,00	0,23	19,06	130,00	0,97	354,15	484,65	138,50	3,23	
Обед																
№82 сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,88	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	46,98	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 рассычатая с маслом	180/5	13,47	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76
№352 сбор 2005г под ред Могильного	Кисель из яблок свежих	200	5,40	0,30	0,00	34,50	139,20	0,02	5,60	0,05	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	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	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			76,64	29,60	23,58	133,90	946,15	0,59	13,96	72,81	3,68	134,28	541,50	247,17	10,03
Итого 12 день:			153,13	63,73	46,34	258,89	1707,15	0,83	33,02	202,81	4,65	488,43	1026,15	385,67	13,26
13 ДЕНЬ															
завтрак															
№30г сбор 2005г под ред Могильного	Макаронки отварные с сыром	200	23,59	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,97
№71 сбор 2005г под ред Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,00	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№459 сбор 2021г под ред Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/2	2,61	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,00	0,0	7,9	0,1	3	0,87
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
№338 сбор 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие семенные, калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	70,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
Итого завтрак:			42,59	8,43	5,94	64,58	370,88	0,14	14,16	25,00	1,16	53,04	96,80	37,91	5,62
Обед															
№8г сбор 2005г под ред Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	11,08	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	80,25	97,91	34,50	1,71
237 сб 2005г	Зразы рыбные с яйцом	100	25,92	10,83	18,67	1	255	0,90	0,00	0,0	0,12	78	242,0	18,0	0,94
№31г сбор 2005г под ред Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	17,49	4,50	5,00	28,96	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,70	16,80	1,63
№71г сбор 2005г под ред Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
342 сб 2005г	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,60	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	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	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			67,89	24,10	29,85	110,74	928,35	1,30	33,85	30,00	3,66	178,62	536,97	142,74	8,32
Итого 13 день:			110,48	32,53	35,49	175,32	1299,23	1,44	48,01	55,00	4,81	231,66	633,77	180,65	13,94
14 ДЕНЬ															
завтрак															
№181 сбор 2005г под ред Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,58	3,18	3,89	21,41	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,00	5,50	0,32
№14 сбор 2005г под ред Могильного	Масло сливочное крестьянское мягкое не менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	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	15	11,44	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	19,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15
№465 сбор 2021г под ред Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,90	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,70	75,00	12,60	0,12
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
к/к	Йогурт 1шт	125	28,11	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
Итого завтрак:			71,90	15,80	22,78	72,67	647,35	0,22	13,31	118,20	2,09	307,60	222,30	68,25	2,01
Обед															
№108,109 сбор 2005г под ред	Суп картофельный с клецками	250	9,32	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	44,98	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 рассычатая с маслом	180/5	13,47	10,63	7,18	47,77	316,00	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№71г сбор 2005г под ред Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,27	0,5	0	2	9,6	0,012	1,08	0	0,036	8,28	15,3	5	1,42
№495 сбор 2021г под ред Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,43	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	1,50	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	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			79,38	33,44	22,04	120,26	881,80	0,64	7,03	58,50	4,74	137,64	543,47	250,53	12,39	
Итого 14 день:			151,28	49,24	44,82	192,93	1529,15	0,86	20,34	176,70	6,83	445,24	765,77	318,78	14,40	
15 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№240 сбор 2012г. под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с медом и сухими фруктами	150/10	57,25	29,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	243,65	28,20	1,78	
№338 сбор 2005г. под ред. Могильного	Ванна свежих какао-бобовых 1 шт	2/0	30,94	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	1,31	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 пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			90,90	25,89	16,41	100,43	622,00	0,20	19,99	108,00	0,95	201,75	339,45	115,30	4,14	
<i>Обед</i>																
№102 сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофе пасты с овощами	280	7,82	5,49	5,27	16,32	189,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	57,18	35,30	2,03	
№291 сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,08	27,38	30,44	57,34	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,58	267,30	62,64	2,78	
№71 сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (стандарт)	60	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,00	0,04	8,28	18,10	5,00	1,41	
№489 сбор 2005г. под ред. Могильного	Паштет из курицы с грибами	70	7,14	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	0,00	0,00	0,00	21,55	3,44	3,44	0,63	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,62	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	17,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			73,79	38,62	36,77	121,69	1045,55	0,43	16,97	64,80	3,58	145,47	446,52	130,38	8,62	
Итого 15 день:			164,69	64,51	53,18	222,12	1667,55	0,63	36,96	172,80	4,53	347,22	785,97	245,68	12,76	
4 недели																
16 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№294 сбор 2005г. под ред. Могильного	Коктейль рубленые птицы	100	12,12	16,64	15,44	70,79	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86	
№321 сб 2005г. под ред. Могильного	Каша из пшена	180	16,31	3,76	6,67	17,39	244,00	0,06	29,99	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	2,61	0,3	0,1	9,30	40	0	1	0,00	0,0	7,9	9,1	5	0,87	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
№338 сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные какао-бобовые	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,35	13,42	10,88	2,68	
Итого завтрак:			63,16	23,55	22,89	83,52	742,53	0,23	44,28	48,50	5,25	178,46	272,68	81,84	23,45	
<i>Обед</i>																
№80 сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофе пасты с крупой	250	7,54	2,18	4,39	14,79	129,50	0,11	8,27	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97	
№279 сбор 2005г. под ред. Могильного	Терфел из говядины с соусом сметанным с помидом	100/50	51,62	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	Макарон отварные с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	37,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,64	12,88	7,13	0,071	
№495 сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кожинг из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,00	84,90	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,62	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	17,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			74,51	31,01	32,10	113,88	915,03	0,36	9,47	110,00	4,27	129,93	395,45	112,35	5,17	
Итого 16 день:			137,67	54,56	54,99	197,40	1657,56	0,59	53,75	158,50	9,52	308,39	668,13	194,19	28,62	
17 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№174 сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	16,11	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 м.ж не менее 72,5%	10	7,46	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	1,31	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 пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	

к/к	Бюджетный лист	125	28,11	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80	
Итого завтрак:			54,40	10,64	16,13	79,02	556,60	0,18	12,50	60,20	1,24	70,10	118,80	70,90	2,69	
Обед																
№88 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	9,30	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,17	41,34	47,61	22,25	0,80	
№229 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	47,81	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82	
№110 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	17,49	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	10,44	100,20	46,84	1,65	
№71 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	4,84	0,72	0,12	2,80	15,60	0,01	0,08	0,00	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41	
342 еб 2005г.	Копчености свиные, вячен	50	5,65	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,00	0,00	0,00	3,25	8,24	4,40	0,87	
к/к	Хлеб ржаной, пшеничный	30	1,50	1,98	0,30	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	6,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			88,00	25,77	18,47	101,61	823,85	0,46	47,48	48,60	5,39	158,70	470,67	121,29	7,30	
Итого 17 дней:			142,40	36,41	34,60	180,63	1380,45	0,64	59,98	108,80	6,63	228,80	589,47	192,19	9,99	
18. III																
Завтрак																
№210 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Омлет из картофеля	100/5	37,31	17,40	17,50	14,09	254,20	0,10	11,29	380,50	1,07	175,00	276,00	20,70	3,30	
№71 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	4,27	0,50	0,00	2,00	9,60	0,02	0,08	0,00	0,04	8,35	15,30	5,00	1,42	
№15 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Сыр Брынзский	15	11,44	3,47	3,43	0,00	93,75	0,00	0,10	39,00	0,60	162,00	75,00	5,28	0,70	
№14 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Масло сливочное крестьянское несоленое 72,5%	50	7,46	0,08	0,20	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,43	3,00	0,00	0,02	
№459 сбор 2021г. подг. р.д. Перевалова	Чай с сахаром в пакетиках	50/10/7	2,61	0,30	0,00	9,50	4,00	0,00	1,00	0,00	0,00	7,00	9,10	5,00	0,57	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			64,50	24,12	29,59	41,12	534,15	0,16	2,48	459,50	2,22	282,48	404,50	45,85	6,13	
Обед																
№82 сбор 2012г. подг. р.д. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,88	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	71,00	66,65	27,00	1,38	
№294 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Биточки свиные в сметане	100	32,12	16,64	17,54	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	12,33	146,86	17,86	17,86	
№203 сбор 2005г. подг. р.д. Могильного	Макаронные изделия с маслом	180/5	8,01	5,70	0,07	32,00	225,50	0,01	0,00	25,00	0,71	10,00	32,88	2,13	0,71	
№495 сбор 2021г. подг. р.д. Перевалова	Копчености свиные	200	4,43	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 ржаной, пшеничный	30	1,50	1,98	0,30	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	6,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			55,35	29,97	25,01	124,04	845,45	0,34	9,75	73,50	4,64	115,06	339,09	90,39	21,47	
Итого 18 дней:			119,85	54,09	54,60	165,16	1379,60	0,49	12,23	533,00	6,86	397,54	743,59	136,24	27,60	
Средняя за 18 дней:			144,66	51,96	46,55	194,22	1486,66	0,70	38,52	196,15	6,72	338,82	755,95	230,06	16,62	

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

Стоимость рациона - 144,66 рубля в сутки (0% НДС на стоимость хлеба и 0% НДС на стоимость молока)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников

рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005, 1997, 2004, 2011, 2012) с учетом физиологических

норм питания для детей раннего возраста. Стоимость рациона питания - 144,66 руб.

Нормы выхода

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов,

обусов. сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выпаривание

начальник отдела охраны и укрепления
здоровья

Кузнецова Ю.С.