Приложение № 3
к Договору № 19/21 от «17» 12 2021 г.

Цикличное меню по обеспечению питанием отдельных категорий обучающихся 5-11 классы 1 смена (время приема пищи до 12.00), завтрак (60,00 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,1	116,96	207,3	7,34	74,1	0	1,2	21,2
День 2														
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	431,8	18,12	10,42	59,32	19,22	34,26	84,42	0,24	0	0	0	2
День 3														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,3	39,76	207,7	0,24	76	0	15	0,9
День 4														
№ 234	Котлета рыбная	80	81,6	8	9,82	5,71	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,9	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	436,3	15,51	22,49	55,91	66,39	49,89	185,8	1,47	63,36	0,14	0,11	18,29

День 5														
№120	Суп молочный с вермишелью	200	123	5	4	17	126	17	106	0	8	0	0	1
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
			397,8	12,22	17,02	47,92	236,3	32,76	187,7	0,24	88	0	0	1
День 6														
№294	Биточки рубленые из птицы	80	76,68	8	1,25	5,02	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	443,5	17,32	8,27	69,24	34,74	25,86	78,72	1,05	4	0,1	0	2,1
День 7														

№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,1	116,96	207,3	7,34	74,1	0	1,2	21,2
День 8														
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	431,8	18,12	10,42	59,32	19,22	34,26	84,42	0,24	0	0	0	2
День 9														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,3	39,76	207,7	0,24	76	0	15	0,9
День 10														
ТТК	Котлета рыбная	80	93,71	5,71	5,25	4,8	15,08	14,62	81,37	0,11	10,97	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,9	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,1	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	448,4	13,22	17,92	55	70,85	53,77	193,1	1,47	64,96	0,14	0,11	18,29
День 11														
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	576,3	18,31	24,47	69,68	29,12	124,96	133,7	2,34	14,2	0	0	0,5
День 12														
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№210	Омлет натуральный с маслом	120/10	224	11	19	2,1	83	12,8	180	1,6	227	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	423,8	18,12	23,82	32,92	192,1	28,56	259,8	1,84	248	0	0	0

Цикличное меню по обеспечению питанием отдельных категорий обучающихся 5-11 классы
2 смена (время приема пищи после 12.00),обед (82,00 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

№297	Фрикадельки куриные	80	215,44	9,97	14,89	5,89	3,42	1,14	6,4	0,11	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	809,04	24,47	33,14	95,3	74,43	112,84	218,79	3,86	24,74	0,04	0	31,32
День 2														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	622,6	26,43	15,33	88,34	73,56	161,64	498,5	0,6	8,5	0	0	28,6
День 3														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0

№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№290	Птица тушеная в соусе	100	166	1,65	11,66	3,51	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	180	221,99	5,87	4,19	38,39	20,63	15,59	57,11	0,72	0	0,11	0	0,72
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	732,39	22,14	20,51	103,66	97,79	166,73	518,41	2,22	0	0,11	0	28,12
День 4														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	180	207,41	3,07	10,98	21,5	49,97	32,86	104,42	1,22	59,98	0,11	0,13	21,34
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	675,13	16,97	29,68	78,69	91,75	60,74	244,47	2,03	81,85	0,11	0,13	49,34
День 5														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	738,8	26,44	27,1	92,74	46,91	106,3	197,89	3,09	20,74	0	0	28,3
День 6														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№98	Суп крестьянский с пшеном	200	56	1	3,2	6,2	15,7	10,5	26,1	0	0	0	0	10,5
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	180	221,99	5,87	4,19	38,39	20,63	15,59	57,11	0	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,72	4,79	0	0	0,59
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	648,59	18,51	10,5	90,69	52,31	34,43	126,91	1,43	4,79	0,1	0	30,89
День 7														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62

	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№278	Тефтели куриные с соусом	80/30	134	7	5,2	7,2	12	3	18	0,1	3,6	0	0	1
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	710,6	21,2	22,05	95,21	78,01	113,7	225,49	3,75	24,34	0,04	0	31,82
День 8														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№ 291	Плов из птицы	200	305,33	16,94	10,46	35,73	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	649,73	31,56	15,12	97,49	85,16	174,14	521,9	1,4	0	0	0	29,4
День 9														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0

№ 309	Макароны отварные с овощами	180	221,99	5,87	4,19	38,39	20,63	15,59	57,11	0	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	772,59	27,15	13,73	106,93	101,61	156,73	491,51	0,81	12,5	0,1	0	30,4
День 10														
№103	Суп картофельный с вермишелью	200	94,6	2,15	2,27	13,96	9	11,6	30,9	0	0	0	0	7,7
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	180	207,41	3,07	10,98	21,5	49,97	32,86	104,42	1,22	59,98	0,11	0,13	21,34
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	676,53	17,65	26,26	85,04	82,15	62,44	246,67	2,03	73,35	0,11	0,13	47,74
День 11														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	739,6	20,27	30,36	92,77	45,51	146,8	209,59	3,09	24,74	0	0	27,1
День 12														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	180	239,94	4,35	5,26	43,99	9,47	25,67	79,79	0	25,67	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	736,94	28,68	22,49	103,87	77,73	162,31	504,89	0,7	34,17	0	0	27,5

Заказчик:

И.о.директора МАОУ гимназии №26

_____ /Ю.А. Уралова /

М.П.

Исполнитель:

ИП Ляпко И.Г.

_____ / И.Г. Ляпко /

м.п.

Приложение № 4
к Договору № 19/21 от «17» 12 2021г.

Цикличное меню на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих начальное общее образование, 1-4 классы , 1 смена , 2-х разовое питание (121,82 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1 Завтрак														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,12	116,96	207,32	7,34	74,1	0	1,2	21,2
День 1 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**866,3**	**14,92**	**26,22**	**145,82**	**204,12**	**144,16**	**250,62**	**12,14**	**81,7**	**0**	**2,4**	**59,8**
День 2 Завтрак														

№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	431,8	18,12	10,42	59,32	19,22	34,26	84,42	0,24	0	0	0	2
День 2 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**753,8**	**21,42**	**19,92**	**121,92**	**73,22**	**61,46**	**127,72**	**5,04**	**7,6**	**0**	**1,2**	**40,6**
День 3 Завтрак														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,32	39,76	207,72	0,24	76	0	15	0,9
День 3 Второй Завтрак														

№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**886,8**	**22,52**	**32,82**	**130,52**	**214,32**	**66,96**	**251,02**	**5,04**	**83,6**	**0**	**16,2**	**39,5**
День 4 Завтрак														
№ 234	Котлета рыбная	80	81,6	8	9,82	5,71	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	436,25	15,51	22,49	55,91	66,39	49,89	185,79	1,47	63,36	0,14	0,11	18,29
День 4 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
			758,25	**18,81**	**31,99**	**118,51**	**120,39**	**77,09**	**229,09**	**6,27**	**70,96**	**0,14**	**1,31**	**56,89**
День 5 Завтрак														
№120	Суп молочный с вермишелью	200	123	5	4	17	126	17	106	0	8	0	0	1
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
			397,8	12,22	17,02	47,92	236,32	32,76	187,72	0,24	88	0	0	1
День 5 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**719,8**	**15,52**	**26,52**	**110,52**	**290,32**	**59,96**	**231,02**	**5,04**	**95,6**	**0**	**1,2**	**39,6**
День 6 Завтрак														
№294	Биточки рубленые из птицы	80	76,68	8	1,25	5,02	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	443,48	17,32	8,27	69,24	34,74	25,86	78,72	1,05	4	0,1	0	2,1
День 6 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2

№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**765,48**	**20,62**	**17,77**	**131,84**	**88,74**	**53,06**	**122,02**	**5,85**	**11,6**	**0,1**	**1,2**	**40,7**
День 7 Завтрак														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,12	116,96	207,32	7,34	74,1	0	1,2	
День 7 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**866,3**	**14,92**	**26,22**	**145,82**	**204,12**	**144,16**	**250,62**	**12,14**	**81,7**	**0**	**2,4**	**38,6**
День 8 Завтрак														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	511,8	26,12	11,22	72,72	59,22	154,26	444,42	0,24	0	0	0	2
День 8 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**833,8**	**29,42**	**20,72**	**135,32**	**113,22**	**181,46**	**487,72**	**5,04**	**7,6**	**0**	**1,2**	**40,6**
День 9 Завтрак														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,32	39,76	207,72	0,24	76	0	15	0,9
День 9 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0

	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**886,8**	**22,52**	**32,82**	**130,52**	**214,32**	**66,96**	**251,02**	**5,04**	**83,6**	**0**	**16,2**	**39,5**
День 10 Завтрак														
ТТК	Котлета рыбная	80	93,71	5,71	5,25	4,8	15,08	14,62	81,37	0,11	10,97	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	448,36	13,22	17,92	55	70,85	53,77	193,11	1,47	64,96	0,14	0,11	18,29
День 10 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**770,36**	**16,52**	**27,42**	**117,6**	**124,85**	**80,97**	**236,41**	**6,27**	**72,56**	**0,14**	**1,31**	**56,89**
День 11 Завтрак														
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0

№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	576,3	18,31	24,47	69,68	29,12	124,96	133,72	2,34	14,2	0	0	0,5
День 11 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**898,3**	**21,61**	**33,97**	**132,28**	**83,12**	**152,16**	**177,02**	**7,14**	**21,8**	**0**	**1,2**	**39,1**
День 12 Завтрак														
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№210	Омлет натуральный с маслом	120/10	224	11	19	2,1	83	12,8	180	1,6	227	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	423,8	18,12	23,82	32,92	192,12	28,56	259,82	1,84	248	0	0	0
День 12 Второй Завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2

№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	**745,8**	**21,42**	**33,32**	**95,52**	**246,12**	**55,76**	**303,12**	**6,64**	**255,6**	**0**	**1,2**	**38,6**

Цикличное меню на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих начальное общее образование, 1-4 классы , 2 смена , 2-х разовое питание (121,82 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1 Обед														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№297	Фрикадельки куриные	80	215,44	9,97	14,89	5,89	3,42	1,14	6,4	0,11	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	756,54	22,82	31,36	87,83	72,38	98,38	197	3,47	22,7	0,04	0	31,32
День 1 Полдник														

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1106,5	28,82	42,76	149,13	132,38	134,18	248	8,27	30,3	0,04	1,2	51,72
День 2 Обед														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	622,6	26,43	15,33	88,34	73,56	161,64	498,5	0,6	8,5	0	0	28,6
День 2 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/50	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4

		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	972,6	32,43	26,73	149,64	133,56	197,44	549,5	5,4	16,1	0	1,2	49
День 3 Обед														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№290	Птица тушеная в соусе	100	166	1,65	11,66	3,51	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	695,4	21,17	19,82	97,27	94,36	164,14	508,9	2,1	0	0,1	0	29
День 3 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1045,4	27,17	31,22	158,57	154,36	199,94	559,9	6,9	7,6	0,1	1,2	49,4
День 4 Обед														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3

	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	640,57	16,99	27,85	75,17	83,43	55,27	227,07	1,83	71,86	0,14	0,11	45,79
День 4 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	990,57	22,99	39,25	136,47	143,43	91,07	278,07	6,63	79,46	0,14	1,31	66,19
День 5 Обед														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0

№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	686,3	24,79	25,32	85,27	44,86	91,84	176,1	2,7	18,7	0	0	28,3
День 5 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1036,3	30,79	36,72	146,57	104,86	127,64	227,1	7,5	26,3	0	1,2	48,7
День 6 Обед														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№98	Суп крестьянский с пшеном	200	56	1	3,2	6,2	15,7	10,5	26,1	0	0	0	0	10,5
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0

		Итого:	691,6	25,54	10,61	97,7	88,88	151,84	477,4	1,41	4	0,1	0	30,8
День 6 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1041,6	31,54	22,01	159	148,88	187,64	528,4	6,21	11,6	0,1	1,2	51,2
День 7 Обед														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№278	Тефтели куриные с соусом	80/30	134	7	5,2	7,2	12	3	18	0,1	3,6	0	0	1
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	658,1	19,55	20,27	87,74	75,96	99,24	203,7	3,36	22,3	0,04	0	31,82
День 7 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/50	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0

	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1008,1	25,55	31,67	149,04	135,96	135,04	254,7	8,16	29,9	0,04	1,2	52,22
День 8 Обед														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№ 291	Плов из птицы	200	305,33	16,94	10,46	35,73	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	649,73	31,56	15,12	97,49	85,16	174,14	521,9	1,4	0	0	0	29,4
День 8 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/50	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	999,73	37,56	26,52	158,79	145,16	209,94	572,9	6,2	7,6	0	1,2	49,8
День 9 Обед														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	735,6	26,18	13,04	100,54	98,18	154,14	482	1,41	12,5	0,1	0	30,4
День 9 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/50	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1085,6	32,18	24,44	161,84	158,18	189,94	533	6,21	20,1	0,1	1,2	50,8
День 10 Обед														
№103	Суп картофельный с вермишелью	200	94,6	2,15	2,27	13,96	9	11,6	30,9	0	0	0	0	7,7
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	641,97	17,67	24,43	81,52	73,83	56,97	229,27	1,83	63,36	0,14	0,11	44,19
День 10 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/50	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	991,97	23,67	35,83	142,82	133,83	92,77	280,27	6,63	70,96	0,14	1,31	64,59
День 11 Обед														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0

		Итого:	687,1	18,62	28,58	85,3	43,46	132,34	187,8	2,7	22,7	0	0	27,1
День 11 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	1037,1	24,62	39,98	146,6	103,46	168,14	238,8	7,5	30,3	0	1,2	47,5
День 12 Обед														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	150	199,95	3,63	4,39	36,66	7,9	21,4	66,5	0	21,4	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	616,95	19,96	20,82	83,14	36,16	38,04	131,6	0,7	29,9	0	0	27,5
День 12 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0

№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/50	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	350	6	11,4	61,3	60	35,8	51	4,8	7,6	0	1,2	20,4
		Всего:	966,95	25,96	32,22	144,44	96,16	73,84	182,6	5,5	37,5	0	1,2	47,9

Цикличное меню по обеспечению питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающим общее образование, за исключением начального образования (в возрасте с 7 до 11 лет включительно), 2-х разовое питание для каждой смены

Обучающиеся 5-11 классов с ОВЗ в возрасте 7-11 лет в первую смену (104.70 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1 Завтрак														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,12	116,96	207,32	7,34	74,1	0	1,2	21,2

День 1 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	14,92	26,22	145,82	204,12	144,16	250,62	12,14	81,7	0	2,4	59,8
		Всего:	866,3	26,54	42,94	229,04	354,24	261,12	457,94	19,48	155,8	0	3,6	81
День 2 Завтрак														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	431,8	18,12	10,42	59,32	19,22	34,26	84,42	0,24	0	0	0	2
День 2 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	753,8	21,42	19,92	121,92	73,22	61,46	127,72	5,04	7,6	0	1,2	40,6

День 3 Завтрак														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,32	39,76	207,72	0,24	76	0	15	0,9
День 3 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	886,8	22,52	32,82	130,52	214,32	66,96	251,02	5,04	83,6	0	16,2	39,5
День 4 Завтрак														
№ 234	Котлета рыбная	80	81,6	8	9,82	5,71	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0

		Итого:	436,25	15,51	22,49	55,91	66,39	49,89	185,79	1,47	63,36	0,14	0,11	18,29
День 4 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	758,25	18,81	31,99	118,51	120,39	77,09	229,09	6,27	70,96	0,14	1,31	56,89
День 5 Завтрак														
№120	Суп молочный с вермишелью	200	123	5	4	17	126	17	106	0	8	0	0	1
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	397,8	12,22	17,02	47,92	236,32	32,76	187,72	0,24	88	0	0	1
День 5 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	719,8	15,52	26,52	110,52	290,32	59,96	231,02	5,04	95,6	0	1,2	39,6

День 6 Завтрак														
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	76,68	8	1,25	5,02	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	443,48	17,32	8,27	69,24	34,74	25,86	78,72	1,05	4	0,1	0	2,1
День 6 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	765,48	20,62	17,77	131,84	88,74	53,06	122,02	5,85	11,6	0,1	1,2	40,7
День 7 Завтрак														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,12	116,96	207,32	7,34	74,1	0	1,2	21,2
День 7 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	866,3	14,92	26,22	145,82	204,12	144,16	250,62	12,14	81,7	0	2,4	59,8
День 8 Завтрак														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	511,8	26,12	11,22	72,72	59,22	154,26	444,42	0,24	0	0	0	2
День 8 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6

		Всего:	833,8	29,42	20,72	135,32	113,22	181,46	487,72	5,04	7,6	0	1,2	40,6
День 9 Завтрак														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,32	39,76	207,72	0,24	76	0	15	0,9
День 9 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	886,8	22,52	32,82	130,52	214,32	66,96	251,02	5,04	83,6	0	16,2	39,5
День 10 Завтрак														
ТТК	Котлета рыбная	80	93,71	5,71	5,25	4,8	15,08	14,62	81,37	0,11	10,97	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,9	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	448,36	13,22	17,92	55	70,85	53,77	193,11	1,47	64,96	0,14	0,11	18,29
День 10 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	770,36	16,52	27,42	117,6	124,85	80,97	236,41	6,27	72,56	0,14	1,31	56,89
День 11 Завтрак														
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	576,3	18,31	24,47	69,68	29,12	124,96	133,72	2,34	14,2	0	0	0,5
День 11 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4

		Итого:	322	3,3	9,5	62,6	54	27,2	43,3	4,8	7,6	0	1,2	38,6
		Всего:	898,3	21,61	33,97	132,28	83,12	152,16	177,02	7,14	21,8	0	1,2	39,1
День 12 Завтрак														
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№210	Омлет натуральный с маслом	120/10	224	11	19	2,1	83	12,8	180	1,6	227	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	423,8	18,12	23,82	32,92	192,12	28,56	259,82	1,84	248	0	0	0
День 12 Второй завтрак														
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	322	21,42	33,32	95,52	246,12	55,76	303,12	6,64	255,6	0	1,2	38,6
		Всего:	745,8	39,54	57,14	128,44	438,24	84,32	562,94	8,48	503,6	0	1,2	38,6

Обучающиеся 5-11 классов с ОВЗ в возрасте 7-11 лет во вторую смену (104.70 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1 Обед														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62

	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№297	Фрикадельки куриные	80	215,44	9,97	14,89	5,89	3,42	1,14	6,4	0,11	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	756,54	22,82	31,36	87,83	72,38	98,38	197	3,47	22,7	0,04	0	31,32
День 1 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	1012,54	28,42	42,16	129,53	98,18	114,78	247,2	3,47	30,3	0,04	0	31,32
День 2 Обед														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0

ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	542,6	18,43	14,53	74,94	33,56	41,64	138,5	0,6	8,5	0	0	28,6
День 2 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	798,6	24,03	25,33	116,64	59,36	58,04	188,7	0,6	16,1	0	0	28,6
День 3 Обед														
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№290	Птица тушеная в соусе	100	166	1,65	11,66	3,51	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	615,4	13,17	19,02	83,87	54,36	44,14	148,9	2,1	0	0,1	0	29
День 3 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0

		Всего:	871,4	18,77	29,82	125,57	80,16	60,54	199,1	2,1	7,6	0,1	0	29
День 4 Обед														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	640,57	16,99	27,85	75,17	83,43	55,27	227,07	1,83	71,86	0,14	0,11	45,79
День 4 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	896,57	22,59	38,65	116,87	109,23	71,67	277,27	1,83	79,46	0,14	0,11	45,79
День 5 Обед														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0

№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	686,3	24,79	25,32	85,27	44,86	91,84	176,1	2,7	18,7	0	0	28,3
День 5 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	942,3	30,39	36,12	126,97	70,66	108,24	226,3	2,7	26,3	0	0	28,3
		Всего:	1628,6	55,18	61,44	212,24	115,52	200,08	402,4	5,4	45	0	0	56,6
День 6 Обед														
№98	Суп крестьянский с пшеном	200	56	1	3,2	6,2	15,7	10,5	26,1	0	0	0	0	10,5
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	611,6	17,54	9,81	84,3	48,88	31,84	117,4	1,41	4	0,1	0	30,8

День 6 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	867,6	23,14	20,61	126	74,68	48,24	167,6	1,41	11,6	0,1	0	30,8
День 7 Обед														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№278	Тефтели куриные с соусом	80/30	134	7	5,2	7,2	12	3	18	0,1	3,6	0	0	1
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	658,1	19,55	20,27	87,74	75,96	99,24	203,7	3,36	22,3	0,04	0	31,82
День 7 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	914,1	25,15	31,07	129,44	101,76	115,64	253,9	3,36	29,9	0,04	0	31,82

День 8 Обед														
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№ 291	Плов из птицы	200	305,33	16,94	10,46	35,73	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	569,73	23,56	14,32	84,09	45,16	54,14	161,9	1,4	0	0	0	29,4
День 8 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	825,73	29,16	25,12	125,79	70,96	70,54	212,1	1,4	7,6	0	0	29,4
День 9 Обед														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	655,6	18,18	12,24	87,14	58,18	34,14	122	1,41	12,5	0,1	0	30,4
День 9 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	911,6	23,78	23,04	128,84	83,98	50,54	172,2	1,41	20,1	0,1	0	30,4
День 10 Обед														
№103	Суп картофельный с вермишелью	200	94,6	2,15	2,27	13,96	9	11,6	30,9	0	0	0	0	7,7
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	641,97	17,67	24,43	81,52	73,83	56,97	229,27	1,83	63,36	0,14	0,11	44,19
День 10 Полдник														

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	897,97	23,27	35,23	123,22	99,63	73,37	279,47	1,83	70,96	0,14	0,11	44,19
День 11 Обед														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	687,1	18,62	28,58	85,3	43,46	132,34	187,8	2,7	22,7	0	0	27,1
День 11 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0

		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	943,1	24,22	39,38	127	69,26	148,74	238	2,7	30,3	0	0	27,1
День 12 Обед														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	150	199,95	3,63	4,39	36,66	7,9	21,4	66,5	0	21,4	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	616,95	19,96	20,82	83,14	36,16	38,04	131,6	0,7	29,9	0	0	27,5
День 12 Полдник														
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	256	5,6	10,8	41,7	25,8	16,4	50,2	0	7,6	0	0	0
		Всего:	872,95	25,56	31,62	124,84	61,96	54,44	181,8	0,7	37,5	0	0	27,5

Цикличное меню на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в возрасте от 12 лет и старше (5-11 классы), 2-х разовое питание для каждой смены (114,60 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 1 ОБЕД														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№297	Фрикадельки куриные	80	215,44	9,97	14,89	5,89	3,42	1,14	6,4	0,11	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		809,04	24,47	33,14	95,3	74,43	112,84	218,79	3,86	24,74	0,04	0	31,32
	Итого за день:		1275,5	37,07	49,74	169,7	205,83	216,04	453,79	6,16	47,44	0,04	0	32,12

День 2 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 2 ОБЕД														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		542,6	18,43	14,53	74,94	33,56	41,64	138,5	0,6	8,5	0	0	28,6
	Итого за день:		1009,1	31,03	31,13	149,34	164,96	144,84	373,5	2,9	31,2	0	0	29,4
День 3 ЗАВТРАК														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Итого:		564,8	19,22	23,32	67,92	160,32	39,76	207,72	0,24	76	0	15	0,9
День 3 ОБЕД														
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№290	Птица тушеная в соусе	100	166	1,65	11,66	3,51	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	180	221,99	5,87	4,19	38,39	20,63	15,59	57,11	0,72	0	0,11	0	0,72
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		652,39	14,14	19,71	90,26	57,79	46,73	158,41	2,22	0	0,11	0	28,12
	Итого за день:		1217,2	33,36	43,03	158,18	218,11	86,49	366,13	2,46	76	0,11	15	29,02
День 4 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 4 ОБЕД														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	180	207,41	3,07	10,98	21,5	49,97	32,86	104,42	1,22	59,98	0,11	0,13	21,34
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		675,13	16,97	29,68	78,69	91,75	60,74	244,47	2,03	81,85	0,11	0,13	49,34
	Итого за день:		675,13	16,97	29,68	78,69	91,75	60,74	244,47	2,03	81,85	0,11	0,13	49,34
День 5 ЗАВТРАК														
№120	Суп молочный с вермишелью	200	123	5	4	17	126	17	106	0	8	0	0	1
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Итого:		397,8	12,22	17,02	47,92	236,32	32,76	187,72	0,24	88	0	0	1
День 5 ОБЕД														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	55	1,1	2,8	7,1	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		710,8	26,1	25,97	91,1	46,91	106,3	197,89	3,09	20,74	0	0	28,3
	Итого за день:		1108,6	38,32	42,99	139,02	283,23	139,06	385,61	3,33	108,74	0	0	29,3
День 6 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
	Итого :		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 6 ОБЕД														
№98	Суп крестьянский с пшеном	200	56	1	3,2	6,2	15,7	10,5	26,1	0	0	0	0	10,5
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	180	221,99	5,87	4,19	38,39	20,63	15,59	57,11	0	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,72	4,79	0	0	0,59
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		648,59	18,51	10,5	90,69	52,31	34,43	126,91	1,43	4,79	0,1	0	30,89
	Итого за день:		1115,1	31,11	27,1	165,09	183,71	137,63	361,91	3,73	27,49	0,1	0	31,69
День 7 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 7 ОБЕД														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	42	0,9	2,5	4,4	16,5	9,5	20,1	0	0	0	0	13,6
	Сметана	10	17	0	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№278	Тефтели куриные с соусом	80/30	134	7	5,2	7,2	12	3	18	0,1	3,6	0	0	1
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	194,4	6,95	4,55	31,55	12,24	86,76	130,79	2,3	12,24	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		560,2	17,47	14,41	80,01	55,1	105,5	206,39	3	24,34	0	0	32,8
	Итого за день:		1026,7	30,07	31,01	154,41	186,5	208,7	441,39	5,3	47,04	0	0	33,6

День 8 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 8 ОБЕД														
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№ 291	Плов из птицы	200	305,33	16,94	10,46	35,73	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	569,73	23,56	14,32	84,09	45,16	54,14	161,9	1,4	0	0	0	29,4
	Итого за день:		1036,2	36,16	30,92	158,49	176,56	157,34	396,9	3,7	22,7	0	0	30,2
День 9 ЗАВТРАК														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Итого:		564,8	19,22	23,32	67,92	160,32	39,76	207,72	0,24	76	0	15	0,9

День 9 ОБЕД														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	55	1,1	2,8	7,1	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	180	221,99	5,87	4,19	38,39	20,63	15,59	57,11	0,72	0	0,11	0	1,91
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		664,59	18,81	11,8	91,89	61,61	36,73	131,51	1,53	12,5	0,11	0	30,71
	Итого за день:		1229,4	38,03	35,12	159,81	221,93	76,49	339,23	1,77	88,5	0,11	15	31,61
День 10 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 10 ОБЕД														
№103	Суп картофельный с вермишелью	200	94,6	2,15	2,27	13,96	9	11,6	30,9	0	0	0	0	7,7
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	180	207,41	3,07	10,98	21,5	49,97	32,86	104,42	1,22	59,98	0,11	0,13	21,34
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5

№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		676,53	17,65	26,26	85,04	82,15	62,44	246,67	2,03	73,35	0,11	0,13	47,74
	Итого за день:		1143	30,25	42,86	159,44	213,55	165,64	481,67	4,33	96,05	0,11	0,13	48,54
День 11 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
	Итого:		466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 11 ОБЕД														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	180	315	9,94	10,73	44,83	12,25	86,76	130,79	2,39	12,24	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
	Итого:		739,6	20,27	30,36	92,77	45,51	146,8	209,59	3,09	24,74	0	0	27,1
	Итого за день:		1206,1	32,87	46,96	167,17	176,91	250	444,59	5,39	47,44	0	0	27,9

День 12 ЗАВТРАК														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
№421	Мучное кулинарное / Сдобное изделие	50/75	132	2,8	8,8	19,4	19,8	7,8	42,5	0	7,6	0	0	0
		Итого:	466,5	12,6	16,6	74,4	131,4	103,2	235	2,3	22,7	0	0	0,8
День 12 ОБЕД														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	180	239,94	4,35	5,26	43,99	9,47	25,67	79,79	0	25,67	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	656,94	20,68	21,69	90,47	37,73	42,31	144,89	0,7	34,17	0	0	27,5
		Итого за день:	1123,4	33,28	38,29	164,87	169,13	145,51	379,89	3	56,87	0	0	28,3

Заказчик:

И.о. директора МАОУ гимназии №26

_____ / Ю.А. Уралова /

м.п.

Исполнитель:

ИП Ляпко И.Г.

_____ / И.Г. Ляпко /

м.п.

Приложение № 5
к Договору № 19/21 от «17» 12 2021г.

Цикличное меню на обеспечение питанием обучающихся по программе начального общего образования 1-4 классы (за исключением обучающихся с ОВЗ), 1 смена, время приема пищи до 12-00, завтрак (60,91 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,1	117	207,3	7,34	74,1	0	1,2	21,2
День 2														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	431,8	18,12	10,42	59,32	19,22	34,26	84,42	0,24	0	0	0	2

День 3														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,3	39,76	207,7	0,24	76	0	15	0,9
День 4														
№ 234	Котлета рыбная	80	81,6	8	9,82	5,71	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,9	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	436,3	15,51	22,49	55,91	66,39	49,89	185,8	1,47	63,36	0,14	0,11	18,29
День 5														
№120	Суп молочный с вермишелью	200	123	5	4	17	126	17	106	0	8	0	0	1
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
			397,8	12,22	17,02	47,92	236,3	32,76	187,7	0,24	88	0	0	1
День 6														
№294	Биточки рубленые из птицы	80	76,68	8	1,25	5,02	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	443,5	17,32	8,27	69,24	34,74	25,86	78,72	1,05	4	0,1	0	2,1
День 7														
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210,5	7	5,8	32,7	105,6	86,8	184,8	2,3	15,1	0	0	0,8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
	Свежие фрукты	1 шт	94	0,4	0,6	19,6	34,2	19,4	0,8	4,8	0	0	1,2	20,4
		Итого:	544,3	11,62	16,72	83,22	150,1	117	207,3	7,34	74,1	0	1,2	21,2
День 8														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2

№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	511,8	26,12	11,22	72,72	59,22	154,3	444,4	0,24	0	0	0	2
День 9														
№ 224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	130/20	325	15	13	37	150	29	186	0	17	0	15	0,9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0,1	8,2	0,1	1,2	0	1,9	0	59	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	564,8	19,22	23,32	67,92	160,3	39,76	207,7	0,24	76	0	15	0,9
День 10														
ТТК	Котлета рыбная	80	93,71	5,71	5,25	4,8	15,08	14,62	81,37	0,11	10,97	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,9	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	448,4	13,22	17,92	55	70,85	53,77	193,1	1,47	64,96	0,14	0,11	18,29
День 11														
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0

№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	576,3	18,31	24,47	69,68	29,12	125	133,7	2,34	14,2	0	0	0,5
День 12														
№ 15	Сыр порционно	10	35	3	2,7	0	100	5	60	0	21	0	0	0
№210	Омлет натуральный с маслом	120/10	224	11	19	2,1	83	12,8	180	1,6	227	0	0	0
№ 379/380/382/383 /242 /349 /346/348 / 378 / 377 /376	Кофейный напиток с молоком /Кофейный напиток с молоком сгущенным / Какао с молоком / Какао с молоком сгущенным /Чай с сахаром/Чай с молоком /Чай с медом/ Чай с лимоном /Чай со сгущенным молоком	200	124	2,8	2	22,3	6	8,6	7,7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
		Итого:	423,8	18,12	23,82	32,92	192,1	28,56	259,8	1,84	248	0	0	0

Цикличное меню на обеспечение питанием обучающихся по программе начального общего образования 1-4 классы (за исключением обучающихся с ОВЗ), 2 смена, время приема пищи после 12-00, обед (78,00 руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№297	Фрикадельки куриные	80	215,44	9,97	14,89	5,89	3,42	1,14	6,4	0,11	0	0	0	0

№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	756,54	22,82	31,36	87,83	72,38	98,38	197	3,47	22,7	0,04	0	31,32
День 2														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8,3	28,5	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	622,6	26,43	15,33	88,34	73,56	161,64	498,5	0,6	8,5	0	0	28,6
День 3														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№290	Птица тушеная в соусе	100	166	1,65	11,66	3,51	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	695,4	21,17	19,82	97,27	94,36	164,14	508,9	2,1	0	0,1	0	29
День 4														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	640,57	16,99	27,85	75,17	83,43	55,27	227,07	1,83	71,86	0,14	0,11	45,79
День 5														
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	686,3	24,79	25,32	85,27	44,86	91,84	176,1	2,7	18,7	0	0	28,3

День 6														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№98	Суп крестьянский с пшеном	200	56	1	3,2	6,2	15,7	10,5	26,1	0	0	0	0	10,5
№294	Биточки рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	691,6	25,54	10,61	97,7	88,88	151,84	477,4	1,41	4	0,1	0	30,8
День 7														
№88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8	1,44	3,96	6,32	39,4	17,7	39,2	0,66	0	0,04	0	12,62
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№278	Тефтели куриные с соусом	80/30	134	7	5,2	7,2	12	3	18	0,1	3,6	0	0	1
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	658,1	19,55	20,27	87,74	75,96	99,24	203,7	3,36	22,3	0,04	0	31,82
День 8														

№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№119	Суп с бобовыми	200	91,6	4	3,4	11,8	27,5	24,4	64,9	0,8	0	0	0	9,2
№ 291	Плов из птицы	200	305,33	16,94	10,46	35,73	10,1	23,5	64,6	0	0	0	0	2
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	649,73	31,56	15,12	97,49	85,16	174,14	521,9	1,4	0	0	0	29,4
День 9														
№ 70, 71, 136	Овощи свежие или консервированные / тушеные	30/60	80	8	0,8	13,4	40	120	360	0	0	0	0	0
№82	Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,93	8,74	18,2	12,8	25,6	0	0	0	0	10,1
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№294	Биточки рубленые из птицы	80	180,8	8,72	1,25	8,14	3,42	1,1	6,4	0,11	0	0	0	0
№ 309	Макароны отварные с овощами	150	185	4,9	3,5	32	17,2	13	47,6	0,6	0	0,1	0	1,6
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	735,6	26,18	13,04	100,54	98,18	154,14	482	1,41	12,5	0,1	0	30,4
День 10														
№103	Суп картофельный с вермишелью	200	94,6	2,15	2,27	13,96	9	11,6	30,9	0	0	0	0	7,7
ТТК	Котлета рыбная	80	184,72	9,51	11,15	11,62	10,62	10,74	74,05	0,11	9,37	0	0	0

№312	Пюре картофельное	150	172,85	3,09	9,15	17,98	41,65	27,39	87,02	1,02	49,99	0,14	0,11	17,79
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	641,97	17,67	24,43	81,52	73,83	56,97	229,27	1,83	63,36	0,14	0,11	44,19
День 11														
№96	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	85,8	1,61	4,07	9,58	9,1	11,9	36,4	0	0	0	0	8,4
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0
№ 243	Сосиски или колбаса отварные	50	132	5,6	12	0,1	4,8	40,9	0	0	0	0	0	0
№171	Каша рассыпчатая гречневая	150	262,5	8,29	8,95	37,36	10,2	72,3	109	2	10,2	0	0	0
№330,№331,№332, №333	Соус сметанный (с томатом, с луком, с томатом и луком), соус молочный, соус томатный.	30	17	0,3	1,4	1,4	5	1	4,9	0,1	4	0	0	0,5
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	687,1	18,62	28,58	85,3	43,46	132,34	187,8	2,7	22,7	0	0	27,1
День 12														
№99	Суп из овощей	200	76,2	1,27	3,99	7,31	11,8	9,9	23,6	0	0	0	0	9,3
	Сметана	10	17	0,2	1,7	0,3	6,8	0	5,1	0	8,5	0	0	0

№ 246	Гуляш из куриного филе	80	151	12,24	10,28	2,31	2,1	0,5	4	0,1	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	150	199,95	3,63	4,39	36,66	7,9	21,4	66,5	0	21,4	0	0	0
№342, №346, №348, №349, №350, №355, №356, №358	Компот из свежих фруктов или свежих ягод или сухофруктов или напиток / кисель витаминизированный	200	96	0,1	0,1	23,6	0	0	0	0	0	0	0	18,2
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40,8	1,32	0,12	8,52	3,12	2,16	12,12	0,24	0	0	0	0
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия	30	36	1,2	0,24	4,44	4,44	4,08	20,28	0,36	0	0	0	0
		Итого:	616,95	19,96	20,82	83,14	36,16	38,04	131,6	0,7	29,9	0	0	27,5

Заказчик:

И.о. директора МАОУ гимназии №26

_____ / Ю.А. Уралова /

м.п.

Исполнитель:

ИП Ляпко И.Г.

_____ / И.Г. Ляпко /

м.п.