

Утверждаю:  
Заместитель руководителя  
Исполнительного комитета  
Кукморского муниципального  
района Республики Татарстан  
-начальник Управления образования

  
И.И.Ахмадуллин



## **Примерное двенадцатидневное меню (сезон - зимний)**

Для организации бесплатного горячего питания для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Кукморского муниципального района на 2024 учебный год

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ  
ЗИМНИЙ СЕЗОН**

| № рецептуры   | Наименование блюд                                     | Выход  | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г     | Калорийность, | Витами н В1, мг | Витами н С, мг | Витами н А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг         | Р, мг          | Mg, мг         | Fe, мг       |
|---|---|--------|---------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| <b>1-ая неделя</b>  |   |        |               |               |                 |               |                 |                |                |               |                |                |                |              |
| <b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание</b>                               |   |        |               |               |                 |               |                 |                |                |               |                |                |                |              |
| 182/2015 Дели   | КАША МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)                               | 150    | 6,4           | 6,7           | 35,6            | 228,3         | 0,2             | 0,3            | 0,0            | 1,2           | 80,1           | 133,4          | 37,8           | 1,2          |
| 349/2015, Дели  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                           | 200    | 0             | 0             | 14,6            | 58,1          | 0               | 0              | 0              | 0             | 8,4            | 0              | 1,8            | 0,000        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                                      | 40     | 3,040         | 0,320         | 19,600          | 94,6          | 0,044           | 0,000          | 0,000          | 0,440         | 8,000          | 26,000         | 5,600          | 0,440        |
| <b>2 питание</b>  |   |        |               |               |                 |               |                 |                |                |               |                |                |                |              |
| № 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ                            | 60     | 0,516         | 2,132         | 4,450           | 50            | 0,029           | 13,430         |                | 0,234         | 23,302         | 10,850         | 2,468          | 0,158        |
| № 280 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ                                    | 55/50  | 8,330         | 7,743         | 3,194           | 175           | 0,030           | 0,650          | 0,100          | 1,256         | 100,530        | 110,071        | 0,077          | 1,000        |
| № 313 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)                               | 150    | 6,662         | 9,024         | 34,000          | 170           | 0,292           | -              |                | 0,518         | 37,352         | 170,553        | 44,550         | 1,101        |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ   | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470           | 40            | -               | 0,27           | -              | -             | 13,600         | 22,13          | 11,73          | 0,100        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                                      | 20     | 1,520         | 0,160         | 9,800           | 47,32         | 0,022           | -              | -              | 0,220         | 4,000          | 2,800          | 13,000         | 0,220        |
|   | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                         | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000           | 44            | 0,014           | -              | -              | 0,108         | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|   | <b>Итого:</b>   |        | <b>27,998</b> | <b>26,279</b> | <b>1047,074</b> | <b>907</b>    | <b>0,631</b>    | <b>14,650</b>  | <b>0,100</b>   | <b>3,976</b>  | <b>278,044</b> | <b>488,524</b> | <b>120,025</b> | <b>4,591</b> |
| <b>2 день (ВТОРНИК) 1 питание</b>                                   |   |        |               |               |                 |               |                 |                |                |               |                |                |                |              |
| № 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015   | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                         | 60     | 0,780         | 1,940         | 3,870           | 36,0          | 0,013           | 6,250          | -              | 0,060         | 16,98          | 46,98          | 6,05           | 0,27         |
| № 289 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ   | 50/150 | 12,300        | 17,660        | 29,850          | 313           | 0,201           | 8,076          | 0,180          | 2,100         | 57,660         | 201,911        | 26,394         | 0,111        |
| № 382 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | КАКАО С МОЛОКОМ                                       | 200    | 3,780         | 0,670         | 26,000          | 125           | 0,020           | 1,330          |                | 0,012         | 133,330        | 111,110        | 25,560         | 2,000        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                                      | 20     | 1,520         | 0,160         | 9,800           | 47,32         | 0,022           | -              | -              | 0,220         | 4,000          | 2,800          | 13,000         | 0,220        |
|   | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                         | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000           | 44            | 0,014           | -              | -              | 0,108         | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
| <b>2 питание</b>  |   |        |               |               |                 |               |                 |                |                |               |                |                |                |              |
| 98/2008Речь   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛОСОМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 250    | 4,5           | 2,6           | 15,200          | 103           | 0,1             | 4,5            | 0,2            | 0,5           | 27,6           | 30,2           | 83,7           | 1,3          |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ   | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470           | 40            | -               | 0,27           | -              | -             | 13,600         | 22,13          | 11,73          | 0,100        |
|   | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                         | 40     | 2             | 0,4           | 18,000          | 88            | 0,028           | 0              | 0              | 0,21          | 5,520          | 6              | 25,44          | 0,744        |
|   | <b>Итого:</b>   |        | <b>26,410</b> | <b>23,630</b> | <b>121,190</b>  | <b>797</b>    | <b>0,398</b>    | <b>20,426</b>  | <b>0,4</b>     | <b>3,210</b>  | <b>261,45</b>  | <b>433,851</b> | <b>194,874</b> | <b>5,117</b> |

| 3 день (СРЕДА) 1 питание   |                                      |        |               |               |                 |             |              |               |              |              |                |                |                |              |
|--|--------------------------------------|--------|---------------|---------------|-----------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 182/2015, Дели   | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                | 150    | 3,9           | 5,8           | 31,4            | 193,9       | 0            | 0,3           | 0            | 0,3          | 70,600         | 90,2           | 22,7           | 0,4          |
| № 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470           | 40          | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                     | 40     | 3,040         | 0,320         | 19,600          | 94,6        | 0,044        | 0,000         | 0,000        | 0,440        | 8,000          | 26,000         | 5,600          | 0,440        |
| <b>2 питание</b>   |                                      |        |               |               |                 |             |              |               |              |              |                |                |                |              |
| № 52 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ             | 60     | 0,855         | 3,653         | 11,580          | 56          | 0,011        | 7,700         |              | 0,641        | 121,090        | 84,582         | 12,540         | 0,198        |
| № 256 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | МЯСО ТУШЕНОЕ                         | 50/50  | 10,500        | 11,030        | 3,184           | 196         | 0,140        | 3,890         |              | 0,363        | 66,806         | 215,174        | 30,164         | 1,430        |
| № 203 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5  | 5,100         | 4,468         | 28,500          | 187         | 0,087        | -             | 0,100        | 0,816        | 16,457         | 57,009         | 8,479          | 0,869        |
| № 379 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ           | 200    | 3,600         | 2,670         | 29,200          | 155         | 0,030        | 1,470         |              |              | 158,670        | 132,000        | 29,330         | 2,400        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                     | 20     | 1,520         | 0,160         | 9,800           | 47,32       | 0,022        | -             | -            | 0,220        | 4,000          | 2,800          | 13,000         | 0,220        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)        | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000           | 44          | 0,014        | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|  | <b>Итого:</b>                        |        | <b>30,045</b> | <b>28,301</b> | <b>1165,794</b> | <b>1014</b> | <b>0,348</b> | <b>13,63</b>  | <b>0,100</b> | <b>2,89</b>  | <b>461,983</b> | <b>642,62</b>  | <b>136,543</b> | <b>6,429</b> |
| <b>4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание</b>                                    |                                      |        |               |               |                 |             |              |               |              |              |                |                |                |              |
| № 303 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)              | 150    | 6,662         | 9,024         | 34,000          | 170         | 0,292        | -             |              | 0,518        | 37,352         | 170,553        | 44,550         | 1,101        |
|  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 200    | 0             | 0             | 14,6            | 58,1        | 0            | 0             | 0            | 0            | 8,4            | 0              | 1,8            | 0,000        |
| 349/2015, Дели   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                     | 40     | 3,040         | 0,320         | 19,600          | 94,6        | 0,044        | 0,000         | 0,000        | 0,440        | 8,000          | 26,000         | 5,600          | 0,440        |
| 2008, Речь   | ФРУКТЫ (БАНАН)                       | 108    | 1,6           | 0,5           | 22,7            | 103,7       | 0            | 10,8          |              | 0            | 8,6            | 30,2           | 45,4           | 0,6          |
| <b>2 питание</b>   |                                      |        |               |               |                 |             |              |               |              |              |                |                |                |              |
| № 56 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015  | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ             | 60     | 3,500         | 6,110         | 9,900           | 124,0       | 0            | 11,3          | -            | 0,4          | 126,9          | 120,4          | 41,3           | 1,9          |
| № 295 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ  | 90     | 11,520        | 6,040         | 21,780          | 178,8       | 0,090        | 0,000         |              | -            | 100,600        | 177,75         | 0,720          | 0,338        |
| № 312 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 150    | 3,090         | 8,282         | 22              | 172         | 0,164        | 7,943         | 0,080        | 3,000        | 47,805         | 98,835         | 8,000          | 0,000        |
| № 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470           | 40          | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                     | 20     | 1,520         | 0,160         | 9,800           | 47,32       | 0,022        | -             | -            | 0,220        | 4,000          | 2,800          | 13,000         | 0,220        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)        | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000           | 44          | 0,014        | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|  | <b>Итого:</b>                        |        | <b>32,462</b> | <b>30,636</b> | <b>172,917</b>  | <b>929</b>  | <b>0,64</b>  | <b>30,833</b> | <b>0,1</b>   | <b>4,686</b> | <b>357,997</b> | <b>631,198</b> | <b>129,730</b> | <b>4,471</b> |

|  |  |          |               |               |                |               |             |               |              |              |                |                |               |              |
|--|--|----------|---------------|---------------|----------------|---------------|-------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| № 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ                           | 60       | 0,516         | 2,132         | 4,450          | 50            | 0,029       | 13,430        |              | 0,234        | 23,302         | 10,850         | 2,468         | 0,158        |
| № 268 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ  | 90       | 13,670        | 13,671        | 8,700          | 209,6         | 0,061       | 0,787         | -            | 1,476        | 14,360         | 138,560        | 17,561        | 2,045        |
| № 314 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | РИС ОТВАРНОЙ   | 150      | 3,8           | 8,6           | 38,9           | 247,0         | 0,0         | 0,0           | 0,1          | 0,4          | 9,9            | 75,4           | 24,6          | 0,5          |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470          | 40            | -           | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73         | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                                     | 20       | 1,520         | 0,160         | 9,800          | 47,32         | 0,022       | -             | -            | 0,220        | 4,000          | 2,800          | 13,000        | 0,220        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                        | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44            | 0,014       | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|  | <b>2 питание</b>                                     |          |               |               |                |               |             |               |              |              |                |                |               |              |
| 2012, Дели   | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 250      | 4,300         | 2,000         | 13,300         | 91            | 0,100       | 12,2          | 0,2          | 0,200        | 50,200         | 30,200         | 75,900        | 1,800        |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470          | 40            | -           | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73         | 0,100        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                        | 40       | 2             | 0,4           | 18,000         | 88            | 0,028       | 0             | 0            | 0,21         | 5,520          | 6              | 25,44         | 0,744        |
|  | <b>Итого:</b>  |          | <b>27,866</b> | <b>27,163</b> | <b>121,090</b> | <b>857</b>    | <b>0,3</b>  | <b>26,957</b> | <b>0,300</b> | <b>2,848</b> | <b>137,242</b> | <b>320,790</b> | <b>185,43</b> | <b>6,039</b> |
|  | <b>6 день (СУББОТА) Завтрак</b>                      |          |               |               |                |               |             |               |              |              |                |                |               |              |
| 189/2008Речь   | КАША ПШЕНИЧНАЯ                                       | 150      | 5,1           | 6,0           | 27,5           | 184           | 0,1         | 0,3           | 0,0          | 0,1          | 82,3           | 23,9           | 117,8         | 1,3          |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470          | 40            | -           | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73         | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                                     | 40       | 3,040         | 0,320         | 19,600         | 94,6          | 0,044       | 0,000         | 0,000        | 0,440        | 8,000          | 26,000         | 5,600         | 0,440        |
|  | <b>2 Завтрак</b>                                     |          |               |               |                |               |             |               |              |              |                |                |               |              |
| №45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015   | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                        | 60       | 0,780         | 1,940         | 3,870          | 36,0          | 0,013       | 6,250         | -            | 0,060        | 16,98          | 46,98          | 6,05          | 0,27         |
| № 334 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ                             | 165/3    | 9,000         | 10,200        | 18,150         | 213           | 0,136       | 0,443         | 0,160        | 1,06         | 72,70          | 218,6          | 9,44          | 0,07         |
| № 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 200/15/7 | 0,084         | 0,012         | 15,185         | 62            | 0,003       | 2,8           |              | 0,014        | 3,250          | 1,54           | 0,84          | 0,087        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ                                     | 30       | 2,280         | 0,240         | 14,760         | 71            | 0,033       | -             | -            | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                        | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44            | 0,014       | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|  | <b>Итого:</b>  |          | <b>21,81</b>  | <b>18,91</b>  | <b>117,54</b>  | <b>745,24</b> | <b>0,34</b> | <b>10,06</b>  | <b>0,16</b>  | <b>2,11</b>  | <b>205,59</b>  | <b>371,37</b>  | <b>158,66</b> | <b>2,97</b>  |

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ**  
**ЗИМНИЙ СЕЗОН**

| № РЕЦЕПТУР  | Наименование блюд             | Выход    | Белки, г      | Жиры, г       | Углевод<br>ы, г | Калори<br>йность, | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витами<br>н А, мг | Витами<br>н Е, мг | Са, мг         | Р, мг          | Mg, мг        | Fe, мг       |
|---|-------------------------------|----------|---------------|---------------|-----------------|-------------------|-------------------|------------------|-------------------|-------------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| <b>2-ая неделя</b>  |                               |          |               |               |                 |                   |                   |                  |                   |                   |                |                |               |              |
| <b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание</b>                               |                               |          |               |               |                 |                   |                   |                  |                   |                   |                |                |               |              |
| 181/2015, Дели  | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ          | 150      | 5,100         | 6,075         | 30,800          | 197,55            | 0                 | 0,3              | 0                 | 0,9               | 78,6           | 73,1           | 13,4          | 0,37         |
| 349/2015, Дели  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ   | 200      | 0             | 0             | 14,6            | 58,1              | 0                 | 0                | 0                 | 0                 | 8,4            | 0              | 1,8           | 0,000        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ              | 40       | 3,040         | 0,320         | 19,600          | 94,6              | 0,044             | 0,000            | 0,000             | 0,440             | 8,000          | 26,000         | 5,600         | 0,440        |
| <b>2 питание</b>  |                               |          |               |               |                 |                   |                   |                  |                   |                   |                |                |               |              |
| №45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015    | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60       | 0,780         | 1,940         | 3,870           | 36,0              | 0,013             | 6,250            | -                 | 0,060             | 16,98          | 46,98          | 6,05          | 0,27         |
| № 280 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ           | 55/50    | 8,330         | 7,743         | 3,194           | 175               | 0,030             | 0,650            | 0,100             | 1,256             | 100,530        | 110,071        | 0,077         | 1,000        |
| № 302 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ          | 150      | 3,500         | 3,030         | 26,200          | 144               | 0,130             | 0                | 21,000            | 0,311             | 15,201         | 132,223        | 44,258        | 1,475        |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470           | 40                | -                 | 0,27             | -                 | -                 | 13,600         | 22,13          | 11,73         | 0,100        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ              | 20       | 1,520         | 0,160         | 9,800           | 47,32             | 0,022             | -                | -                 | 0,220             | 4,000          | 2,800          | 13,000        | 0,220        |
|   | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000           | 44                | 0,014             | -                | -                 | 0,108             | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|   | <b>Итого:</b>                 |          | <b>23,800</b> | <b>19,468</b> | <b>126,534</b>  | <b>837</b>        | <b>0,25</b>       | <b>7,470</b>     | <b>21,1</b>       | <b>3,295</b>      | <b>248,071</b> | <b>426,024</b> | <b>98,9</b>   | <b>4,25</b>  |
| <b>2 день (ВТОРНИК) 1 питание</b>                                   |                               |          |               |               |                 |                   |                   |                  |                   |                   |                |                |               |              |
| 182/2015 Дели   | КАША ЯЧНЕВАЯ                  | 150      | 5,470         | 6,220         | 31,720          | 204               | 0,075             | 0,300            | 0,075             | 0,150             | 97,500         | 162,450        | 24,400        | 0,750        |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470           | 40                | -                 | 0,27             | -                 | -                 | 13,600         | 22,13          | 11,73         | 0,100        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ              | 40       | 3,040         | 0,320         | 19,600          | 94,6              | 0,044             | 0,000            | 0,000             | 0,440             | 8,000          | 26,000         | 5,600         | 0,440        |
| <b>2 питание</b>  |                               |          |               |               |                 |                   |                   |                  |                   |                   |                |                |               |              |
| № 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015   | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ      | 60       | 0,855         | 3,653         | 11,580          | 56                | 0,011             | 7,700            |                   | 0,641             | 121,090        | 84,582         | 12,540        | 0,198        |
| № 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                 | 50/150   | 14,510        | 14,710        | 28,340          | 364               | 0,210             | 4,900            | 0,100             | 1,200             | 83,070         | 273,000        | 40,450        | 1,900        |
| № 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                 | 200/15/7 | 0,084         | 0,012         | 15,185          | 62                | 0,003             | 2,8              |                   | 0,014             | 3,250          | 1,54           | 0,84          | 0,087        |
|   | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ              | 20       | 1,520         | 0,160         | 9,800           | 47,32             | 0,022             | -                | -                 | 0,220             | 4,000          | 2,800          | 13,000        | 0,220        |
|   | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000           | 44                | 0,014             | -                | -                 | 0,108             | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|   | <b>Итого:</b>                 |          | <b>27,009</b> | <b>25,275</b> | <b>134,70</b>   | <b>912</b>        | <b>0,38</b>       | <b>16,0</b>      | <b>0,175</b>      | <b>2,773</b>      | <b>333,27</b>  | <b>585,22</b>  | <b>111,56</b> | <b>4,067</b> |

|  |   |          |               |               |                |            |              |               |              |              |                |                |                |              |
|--|---|----------|---------------|---------------|----------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| № 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ                                | 60       | 0,516         | 2,132         | 4,450          | 50         | 0,029        | 13,430        |              | 0,234        | 23,302         | 10,850         | 2,468          | 0,158        |
| № 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ  | 90       | 7,250         | 4,770         | 8,42           | 130,5      | 0,056        | 0,540         | 0,113        | 0,726        | 49,522         | 154,193        | 13,500         | 0,000        |
| № 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   | 150      | 3,090         | 8,282         | 22             | 172        | 0,164        | 7,943         | 0,080        | 3,000        | 47,805         | 98,835         | 8,000          | 0,000        |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ   | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470          | 40         | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ  | 20       | 1,520         | 0,160         | 9,800          | 47,32      | 0,022        | -             | -            | 0,220        | 4,000          | 2,800          | 13,000         | 0,220        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                             | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44         | 0,014        | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
| <b>2 питание</b>   |   |          |               |               |                |            |              |               |              |              |                |                |                |              |
| 67/2015, Дели  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 250      | 4,3           | 2,1           | 11,8           | 84,8       | 0,1          | 14            | 0,2          | 0,2          | 46,4           | 70,2           | 27             | 1,4          |
| 349/2015, Дели   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                               | 200      | 0             | 0             | 14,6           | 58,1       | 0            | 0             | 0            | 0            | 8,4            | 0              | 1,8            | 0,000        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                             | 40       | 2             | 0,4           | 18,000         | 88         | 0,028        | 0             | 0            | 0,21         | 5,520          | 6              | 25,44          | 0,744        |
|  | <b>Итого:</b>   |          | <b>20,206</b> | <b>18,044</b> | <b>822,327</b> | <b>0</b>   | <b>0,413</b> | <b>36,183</b> | <b>0,393</b> | <b>4,698</b> | <b>201,309</b> | <b>377,728</b> | <b>105,938</b> | <b>2,994</b> |
| <b>4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание</b>                                  |   |          |               |               |                |            |              |               |              |              |                |                |                |              |
| 182/2015, Дели   | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                                     | 150      | 3,9           | 5,8           | 31,4           | 193,9      | 0            | 0,3           | 0            | 0,3          | 70,600         | 90,2           | 22,7           | 0,4          |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ   | 200/15   | 0,53          | -             | 9,470          | 40         | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13          | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ  | 40       | 3,040         | 0,320         | 19,600         | 94,6       | 0,044        | 0,000         | 0,000        | 0,440        | 8,000          | 26,000         | 5,600          | 0,440        |
| <b>2 питание</b>   |   |          |               |               |                |            |              |               |              |              |                |                |                |              |
| №56 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015   | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ                                  | 60       | 3,500         | 6,110         | 9,900          | 124,0      | 0            | 11,3          | -            | 0,4          | 126,9          | 120,4          | 41,3           | 1,9          |
| № 392 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ                                  | 165/3    | 9,000         | 10,200        | 18,150         | 213        | 0,136        | 0,443         | 0,160        | 1,06         | 72,70          | 218,6          | 9,44           | 0,07         |
| № 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ   | 200/15/7 | 0,084         | 0,012         | 15,185         | 62         | 0,003        | 2,8           |              | 0,014        | 3,250          | 1,54           | 0,84           | 0,087        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ  | 30       | 2,280         | 0,240         | 14,760         | 71         | 0,033        | -             | -            | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200          | 0,330        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)                             | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44         | 0,014        | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|  | <b>Итого:</b>   |          | <b>23,33</b>  | <b>22,882</b> | <b>127,47</b>  | <b>843</b> | <b>0,240</b> | <b>15,123</b> | <b>0,160</b> | <b>2,652</b> | <b>303,790</b> | <b>511,100</b> | <b>98,840</b>  | <b>4</b>     |

| 5 день (ПЯТНИЦА) Завтрак   |                                       |        |               |               |                |            |              |               |              |              |                |               |                |              |
|--|---------------------------------------|--------|---------------|---------------|----------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|----------------|---------------|----------------|--------------|
| 189/2008Речь   | КАША ПШЕНИЧНАЯ                        | 150    | 5,1           | 6,0           | 27,5           | 184        | 0,1          | 0,3           | 0,0          | 0,1          | 82,3           | 23,9          | 117,8          | 1,3          |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470          | 40         | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13         | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40     | 3,040         | 0,320         | 19,600         | 94,6       | 0,044        | 0,000         | 0,000        | 0,440        | 8,000          | 26,000        | 5,600          | 0,440        |
| <b>2 питание</b>   |                                       |        |               |               |                |            |              |               |              |              |                |               |                |              |
| № 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ              | 60     | 0,855         | 3,653         | 11,580         | 56         | 0,011        | 7,700         |              | 0,641        | 121,090        | 84,582        | 12,540         | 0,198        |
| № 290 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                | 50/50  | 11,65         | 10,75         | 11,6           | 164,0      | 0,168        | 6,326         |              | 0,956        | 85,2           | 163,198       | 15,716         | 1,8          |
| № 303 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)               | 150    | 6,662         | 9,024         | 34,000         | 170        | 0,292        | -             |              | 0,518        | 37,352         | 170,553       | 44,550         | 1,101        |
| № 378 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                         | 200    | 1,52          | 1,35          | 15,9           | 81,0       | 0,04         | 1,33          | 0,16         | 0            | 136,6          | 92,8          | 5,4            | 0,110        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20     | 1,520         | 0,160         | 9,800          | 47,32      | 0,022        | -             | -            | 0,220        | 4,000          | 2,800         | 13,000         | 0,220        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)         | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44         | 0,014        | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720        | 3,000          | 0,372        |
|  | <b>Итого:</b>                         |        | <b>31,877</b> | <b>31,457</b> | <b>1029,74</b> | <b>881</b> | <b>0,69</b>  | <b>15,926</b> | <b>0,160</b> | <b>2,983</b> | <b>490,887</b> | <b>598,68</b> | <b>229,336</b> | <b>5,641</b> |
| <b>6 день (СУББОТА) 1 питание</b>                                  |                                       |        |               |               |                |            |              |               |              |              |                |               |                |              |
| № 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ            | 60     | 0,516         | 2,132         | 4,450          | 50         | 0,029        | 13,430        |              | 0,234        | 23,302         | 10,850        | 2,468          | 0,158        |
| № 268 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ                               | 90     | 13,670        | 13,671        | 8,700          | 209,6      | 0,061        | 0,787         | -            | 1,476        | 14,360         | 138,560       | 17,561         | 2,045        |
| № 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ  | 150/5  | 5,100         | 4,468         | 28,500         | 187        | 0,087        | -             | 0,100        | 0,816        | 16,457         | 57,009        | 8,479          | 0,869        |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470          | 40         | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13         | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20     | 1,520         | 0,160         | 9,800          | 47,32      | 0,022        | -             | -            | 0,220        | 4,000          | 2,800         | 13,000         | 0,220        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)         | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44         | 0,014        | -             | -            | 0,108        | 2,760          | 12,720        | 3,000          | 0,372        |
| <b>2 Завтрак</b>   |                                       |        |               |               |                |            |              |               |              |              |                |               |                |              |
| 99/2015 Дели   | СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 250    | 7,8           | 2,3           | 18,5           | 126,9      | 0,3          | 4,5           | 0,2          | 2,0          | 48,7           | 35,0          | 96,7           | 2,3          |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200/15 | 0,53          | -             | 9,470          | 40         | -            | 0,27          | -            | -            | 13,600         | 22,13         | 11,73          | 0,100        |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)         | 40     | 2             | 0,4           | 18,000         | 88         | 0,028        | 0             | 0            | 0,21         | 5,520          | 6             | 25,44          | 0,744        |
|  | <b>Итого:</b>                         |        | <b>32,666</b> | <b>23,331</b> | <b>115,890</b> | <b>833</b> | <b>0,541</b> | <b>19,26</b>  | <b>0,300</b> | <b>5,064</b> | <b>142,299</b> | <b>307,20</b> | <b>190,108</b> | <b>6,9</b>   |