

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 2025 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
1-ая неделя														
1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 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
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	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		6,18	6,04	60,7	323,0	0,033	0,3	0,000	0,630	85,0	109,7	28,7	0,73
2 питание														
№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
№ 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
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		19,100	17,798	64,454	551	0,276	10,140	0,100	1,567	111,703	342,083	64,693	3,861
	Итого за день:		25,28	23,84	125,15	874,37	0,31	10,44	0,10	2,20	196,70	451,78	93,39	4,59

2 день (ВТОРНИК) 1 питание														
№ 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
№ 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
№ 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
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		18,23	19,26	70,5	527,4	0,387	14,1	0,100	2,336	172,6	314,4	67,1	3,55
2 питание														
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	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	<i>итого:</i>		6,200	2,900	38,800	210	0,121	4,500	0,2	0,650	36,44	42,100	106,780	2,558
	Итого за день:		24,43	22,16	109,34	737,82	0,51	18,58	0,30	2,99	209,08	356,49	173,88	6,11
3 день (СРЕДА) 1 питание														
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	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		7,58	6,24	52,30	296,4	0,133	0,3	0,000	0,430	93,0	50,8	126,0	2,33
2 питание														
№ 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
№ 280 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
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		15,875	21,673	70,330	501	0,248	15,776	0,18	3,069	190,21	309,413	58,934	1,601
	Итого за день:		23,46	27,91	122,63	797,77	0,38	16,08	0,18	3,50	283,21	360,21	184,93	3,93

4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№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
№ 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
№ 304 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	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		23,690	19,981	86,400	713	0,107	12,097	0,1	2,604	162,60	357,290	103,491	5,737
2 питание														
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
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)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	<i>итого:</i>		5,800	2,300	41,400	215	0,121	12,200	0,200	0,350	62,74	34,700	96,780	2,358
	Итого за день:		29,49	22,28	127,80	928,02	0,23	24,30	0,30	2,95	225,34	391,99	200,27	8,10

5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание														
181/2015, Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,100	6,075	30,800	197,55	0,0	0,3	0,0	0,9	78,6	73,1	13,4	0,37
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		7,580	6,315	55,600	310	0,033	0,300	0,000	1,230	89,30	100,000	21,600	1,400
2 питание														
№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
№ 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
На прод-ию для обуч. Во всех	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)	30	1,5	0,3	13,5	66	0,021	-	-	0,162	4,14	19,080	4,5	0,558
	<i>итого:</i>		13,644	12,692	65,465	448	0,206	9,493	0,160	1,626	103,07	305,700	25,030	1,315
	Итого за день:		21,224	19,007	121,065	758	0,2	9,793	0,160	2,856	192,370	405,700	46,63	2,715
6 день (СУББОТА) Завтрак														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех	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
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	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		16,846	16,814	77,197	533	0,319	21,373	0,080	3,562	183,17	310,355	31,188	1,788
2 Завтрак														
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	0,2	0,2	46,4	70,2	27,0	1,4
	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 РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	<i>итого:</i>		5,800	2,400	39,900	209	0,121	14,000	0,200	0,350	58,94	74,700	47,880	1,958
	Итого за день:		22,65	19,21	117,10	742,12	0,44	35,37	0,28	3,91	242,11	385,06	79,07	3,75

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССОВ

ЗИМНИЙ СЕЗОН

№ РЕЦЕПТУР	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калори йность,	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин н А, мг	Витамин н Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание														
	КАША МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)	150	6,4	6,7	35,6	228,3	0,2	0,3	0	1,2	80,1	133,4	37,8	1,2
182/2015 Дели № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		8,880	6,940	60,400	340	0,23	0,3	0,000	1,530	90,8	160,3	46,0	2,23
2 питание														
№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
№ 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
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		18,010	17,010	61,110	532	0,26	11,2	0,100	1,588	111,5	342,9	66,5	3,46
	Итого за день::		26,890	23,950	121,51	873	0,49	11,5	0,100	3,118	202,31	503,20	112,50	5,692

2 день (ВТОРНИК) 1 питание														
№ 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
№ 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	0,210	0,311	15,201	132,223	44,258	1,475
№ 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 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
	<i>итого:</i>		15,289	14,798	74,959	528	0,21	11,2	0,310	2,550	246,8	343,9	73,7	3,35
2 питание														
№ 100 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Речь 2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,4	6,0	16,1	136,9	0,1	4,5	0,2	2,1	24,6	62,1	20,0	1,1
	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 РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	<i>итого:</i>		5,900	6,300	44,200	261	0,12	4,5	0,200	2,250	37,1	66,6	40,9	1,66
	Итого за день::		21,189	21,098	119,16	789	0,33	15,7	0,510	4,800	283,97	410,54	114,60	5,010

3 день (СРЕДА) 1 питание														
189/2008Речь № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	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
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		7,580	6,240	52,300	296	0,13	0,3	0,000	0,430	93,0	50,8	126,0	2,33
2 питание														
№ 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	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		13,576	15,544	63,837	485	0,285	21,913	0,193	4,288	132,089	286,798	43,968	1,450
	Итого за день::		21,156	21,784	116,14	781	0,42	22,2	0,193	4,718	225,09	337,60	169,97	3,780
4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№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
№ 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
№ 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
№ 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
	<i>итого:</i>		21,570	18,868	78,702	559	0,34	13,9	0,260	2,160	262,0	375,5	51,6	3,64
2 питание														
99/2015 Дели № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	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
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	<i>итого:</i>		9,500	2,600	276,100	234	0,32	4,5	0,200	2,150	57,5	46,9	119,8	3,56
	Итого за день:		31,07	21,468	354,80	793	0,665	18,406	0,460	4,310	319,522	422,407	171,425	7,2

5 день (ПЯТНИЦА) Завтрак														
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
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		7,580	6,315	55,600	310	0,03	0,3	0,000	1,230	89,3	100,0	21,6	1,40
2 питание														
№ 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
№ 304 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
№ 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
№ 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
	<i>итого:</i>		21,424	21,122	104,565	703	0,14	14,1	0,100	1,142	247,4	390,6	83,5	3,42
	Итого за день::		29,004	27,437	160,17	1013	0,17	14,410	0,100	2,372	336,690	490,62	105,090	4,817
6 день (СУББОТА) 1 питание														
№ 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
№ 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
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	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
	<i>итого:</i>		23,568	25,187	76,050	562	0,418	14,217	0,000	2,556	86,474	342,883	84,579	4,596
2 Завтрак														
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	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	<i>итого:</i>		6,000	2,300	36,900	198	0,12	12,2	0,200	0,350	59,0	42,1	99,0	3,06
	Итого за день:		29,568	27,487	112,950	760	0,539	26,42	0,200	2,906	145,514	384,98	183,559	7,7