

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



И.И.Ахмадуллин

Примерное двенадцатидневное меню (сезон - весенний)

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
ВЕСЕННИЙ СЕЗОН**

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность,	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины 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													
№ 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
№ 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>		19,175	19,511	72,164	571	0,274	11,590	0,100	2,148	215,813	379,685	71,183	3,789
	Итого за день:		25,36	25,55	132,86	894,37	0,31	11,89	0,10	2,78	300,81	489,39	99,88	4,52

№137 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2012	2 день (ВТОРНИК) 1 питание													
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,500	2,400	5,800	51,7	0	12,3	0,2	1,1	37,8	27,3	13,8	0,7
	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	-		0,518	37,352	170,553	44,550	1,101
	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
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
№303 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	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
	итого:		19,21	19,53	71,9	529,1	0,358	13,0	0,100	3,202	187,1	330,8	78,4	4,09
	2 питание													
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ 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
	итого:		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:		25,41	22,43	110,69	739,52	0,48	17,45	0,30	3,85	223,58	372,94	185,21	6,65
	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 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
	итого:		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													
№35 Сбор.рец. на прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,600	2,900	6,200	54,8	0,000	2,000	-	1,500	15,000	16,900	8,700	0,800
	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
	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
№289 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	итого:		15,620	20,920	64,950	500	0,237	10,076	0,18	3,928	84,12	241,731	55,094	2,203
	Итого за день:		23,20	27,16	117,25	796,57	0,37	10,38	0,18	4,36	177,12	292,53	181,09	4,53

	4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№ 47 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	2,600	5,058	4,944	56	0,013	5,180	-	1,381	25,278	18,606	8,616	0,010	
№ 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	
	итого:		22,790	18,929	81,444	645	0,110	5,967	0,1	3,585	61,00	255,486	70,777	3,847	
	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	
	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	
	итого:		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:		28,59	21,23	122,84	860,02	0,23	18,17	0,30	3,94	123,74	290,19	167,56	6,21	

5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание														
181/2015, Дели № 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-Дели 2015	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
	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
	итого:		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														
№ 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
	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
	итого:		13,719	14,405	73,175	468	0,204	10,943	0,160	2,207	207,18	343,302	31,520	1,243
	Итого за день:		21,299	20,720	128,775	778	0,2	11,243	0,160	3,437	296,480	443,302	53,12	2,643
6 день (СУББОТА) Завтрак														
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
	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
№ 312 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
	итого:		16,330	14,682	72,747	483	0,290	7,943	0,080	3,328	159,87	299,505	28,720	1,630
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
	итого:		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:		22,13	17,08	112,65	692,12	0,41	21,94	0,28	3,68	218,81	374,21	76,60	3,59

№ 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													
182/2015 Дели	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
№ 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													
№132 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,500	2,400	5,800	51,7	0	12,3	0,2	1,1	37,8	27,3	13,8	0,7
№ 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>		18,730	17,470	63,040	548	0,25	17,2	0,100	2,628	132,3	323,2	74,3	3,89
	Итого за день:		27,610	24,410	123,44	888	0,48	17,5	0,100	4,158	223,13	483,52	120,25	6,122

	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 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>		15,289	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
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>		5,900	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	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
	итого:		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														
№132 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,500	2,400	5,800	51,7	0	12,3	0,2	1,1	37,8	27,3	13,8	0,7
№ 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 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
	итого:		14,560	15,812	65,187	487	0,256	20,783	0,393	5,154	146,587	303,248	55,300	1,992
	Итого за день::		22,140	22,052	117,49	783	0,39	21,1	0,393	5,584	239,59	354,05	181,30	4,322
4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№ 35 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,600	2,900	6,200	54,8	0,000	2,000	-	1,500	15,000	16,900	8,700	0,800
№ 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 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
	итого:		21,390	19,828	81,032	578	0,33	9,7	0,260	3,600	260,0	345,4	54,3	4,17
2 питание														
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	200/10	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
	итого:		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:		30,89	22,428	357,13	812	0,652	14,156	0,460	5,750	317,542	392,327	174,075	7,7

5 день (ПЯТНИЦА) Завтрак														
181/2015, Дели № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	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
	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														
№132 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,500	2,400	5,800	51,7	0	12,3	0,2	1,1	37,8	27,3	13,8	0,7
№ 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>		19,424	17,412	100,465	631	0,13	15,1	0,300	1,842	158,3	297,5	56,0	2,22
	Итого за день:		27,004	23,727	156,07	940	0,16	15,400	0,300	3,072	247,610	397,51	77,560	3,617
6 день (СУББОТА) 1 питание														
№ 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>		23,052	23,055	71,600	512	0,389	0,787	0,000	2,322	63,172	332,033	82,111	4,438
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:		29,052	25,355	108,500	710	0,510	12,99	0,200	2,672	122,212	374,13	181,091	7,5