

«СОГЛАСОВАНО»

*Директор ООО У  
«Лицей №14» НМР РТ  
В.В. Тухетомеева*



« 13 » 2025 г.

«СОГЛАСОВАНО»

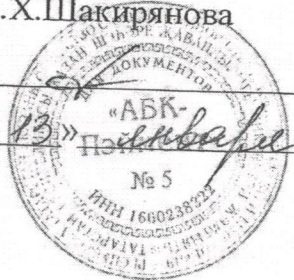
Начальник управления образования  
Исполнительного комитета НМР РТ  
А.Х.Гарифуллин



« 15 » 2025 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор  
ООО «АБК-Пэймент»  
Д.Х.Шакирянова



« 13 » 2025 г.

ООО «АБК-Пэймент»

Примерное цикличное 2-х разовое меню для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет) общеобразовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

## ООО "АБК-Пэймент"

Двухнедельное меню 2-х разового питания для учащихся младших классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

ТТК/№ Сборник рецептур/	Наименование продуктов	Выход	Стоимость,руб.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>I - ая неделя</b>															
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
<b>Завтрак (младшие)</b>															
№1/2017г.	Бутерброд с маслом сливочным (30/10)	40		2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0,00	40,00	0,44	8,40	22,50	4,20	0,35
№173/2017г.	Каша "Дружба" молочная	200		11,44	10,16	27,23	258,12	0,07	0,64	29,93	0,10	89,05	104,60	24,96	0,54
№376/2017г.	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
табл 6 стр 136/2012г.	Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20	0,07	0,00	0,00	1,02	11,40	39,00	7,80	0,72
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,37</b>	<b>19,41</b>	<b>80,96</b>	<b>583,32</b>	<b>0,17</b>	<b>0,67</b>	<b>69,93</b>	<b>1,56</b>	<b>119,74</b>	<b>168,90</b>	<b>38,36</b>	<b>1,86</b>
<b>Обед (младшие)</b>															
№88/2017г.	Щи из св.капусты с картофелем, со сметаной	200/5		7,54	11,91	6,50	153,90	0,05	12,64	5,00	1,90	43,80	42,25	18,15	0,67
тк № 757 от 23.11.23г	Котлеты Домашние с гречкой	90		8,01	11,14	35,71	248,00	0,06	1,79	14,38	1,41	16,80	130,71	16,90	1,79
№203/2017г.	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
тк № 349 от 23.11.23г	Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Дем +	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Дем +	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>126,99</b>	<b>25,81</b>	<b>26,59</b>	<b>120,38</b>	<b>789,05</b>	<b>0,27</b>	<b>15,16</b>	<b>31,38</b>	<b>4,91</b>	<b>118,78</b>	<b>295,72</b>	<b>78,73</b>	<b>5,47</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1203</b>		<b>44,18</b>	<b>46,00</b>	<b>201,34</b>	<b>1372,37</b>	<b>0,44</b>	<b>15,83</b>	<b>101,31</b>	<b>6,47</b>	<b>238,52</b>	<b>464,62</b>	<b>117,09</b>	<b>7,33</b>
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Завтрак (младшие)</b>															
тк № 965 от 15.11.24г	Бутерброд с повидлом (30/20)	50		7,05	2,30	16,80	209,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45
№173/2017г.	Каша гречневая молочная вязкая	200		5,92	12,59	35,42	206,46	0,06	0,96	14,80	0,13	128,27	154,44	36,46	0,58
№ 379/2017г.	Кофейный напиток с молоком	200		3,17	2,68	9,98	60,10	0,04	1,30	20,00	0,00	125,78	90,00	14,00	0,13
стр 134 табл 6 Дем + 2012	Батон нарезной	50		3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>19,89</b>	<b>19,02</b>	<b>87,90</b>	<b>606,56</b>	<b>0,20</b>	<b>2,37</b>	<b>86,30</b>	<b>1,43</b>	<b>420,75</b>	<b>387,94</b>	<b>69,41</b>	<b>1,76</b>
<b>Обед (младшие)</b>															
№ 96/2017г.	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	12,56	93,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75
тк №130 от 25.12.2018г	Биточки куриные Солнышко	90		6,01	11,53	12,88	183,45	0,02	14,26	31,25	0,09	54,33	156,42	33,10	1,87
№ 303/2017г.	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3		6,70	4,38	35,99	227,00	0,13	0,00	20,00	0,81	34,89	154,97	36,66	2,64
тк №555 от 3.06.22г	Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Дем +	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012. Дем +	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>126,99</b>	<b>22,73</b>	<b>23,39</b>	<b>105,43</b>	<b>690,62</b>	<b>0,32</b>	<b>21,71</b>	<b>56,25</b>	<b>3,50</b>	<b>144,73</b>	<b>430,01</b>	<b>112,73</b>	<b>6,85</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1203</b>		<b>42,27</b>	<b>42,41</b>	<b>193,33</b>	<b>1297,18</b>	<b>0,52</b>	<b>24,08</b>	<b>142,55</b>	<b>4,93</b>	<b>565,48</b>	<b>817,95</b>	<b>182,14</b>	<b>8,61</b>
<b>СРЕДА</b>															
<b>Завтрак (младшие)</b>															
об.рц. Стр.186, таб 9/2012г	Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№173/2017г.	Каша пшеничная молочная	150		10,60	13,52	23,68	236,00	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50
№ 377 / 2017	Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34

стр 134 табл 6 Дневн +2012	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>14,88</b>	<b>15,39</b>	<b>67,38</b>	<b>448,02</b>	<b>0,20</b>	<b>13,50</b>	<b>22,37</b>	<b>1,15</b>	<b>118,47</b>	<b>153,32</b>	<b>45,33</b>	<b>3,64</b>
	<b>Обед (младшие)</b>													
№113/2017г.	Суп - лапша домашняя с картофелем	200	4,35	4,83	29,30	92,40	0,04	0,40	10,00	2,06	22,84	30,80	8,54	0,52
№291/2017г.	Плов из куриной грудки(50/150)	200	15,42	17,96	38,93	390,50	0,16	6,76	16,95	0,39	27,21	172,00	55,61	1,63
№10/2016	Горошек консервированный(доп.гарнир)	40	1,09	2,87	5,82	53,52	0,02	1,87	0,00	5,92	36,37	22,32	7,24	0,30
№388/2017г.	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дневн +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дневн +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>25,72</b>	<b>26,36</b>	<b>120,89</b>	<b>789,92</b>	<b>0,30</b>	<b>10,13</b>	<b>26,95</b>	<b>9,12</b>	<b>116,91</b>	<b>305,94</b>	<b>93,05</b>	<b>4,32</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1200</b>	<b>40,60</b>	<b>41,75</b>	<b>188,27</b>	<b>1237,94</b>	<b>0,50</b>	<b>23,63</b>	<b>49,32</b>	<b>10,27</b>	<b>235,38</b>	<b>459,26</b>	<b>138,38</b>	<b>7,96</b>
	<b>ЧЕТВЕРГ</b>													
	<b>Завтрак (младшие)</b>													
№82/2017г.	Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50	6,27	7,86	14,83	155,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45
№179/2017г.	Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5	4,99	7,40	28,81	206,30	0,16	0,86	33,52	133,70	210,28	63,74	1,55	0,60
№ 382/2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
стр 134 табл 6 Дневн +2012	Батон нарезной	65	4,87	1,88	33,41	170,30	0,08	0,00	0,00	1,11	12,35	42,25	8,45	0,78
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,21</b>	<b>20,68</b>	<b>79,66</b>	<b>590,20</b>	<b>0,34</b>	<b>2,56</b>	<b>109,42</b>	<b>135,26</b>	<b>531,60</b>	<b>341,55</b>	<b>43,79</b>	<b>2,26</b>
	<b>Обед (младшие)</b>													
№ 82/2017г.	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,80	6,92	16,93	133,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
тк №862 от 5.02.24г	Овощи тушеные с мясом	50/150	14,05	15,97	32,80	374,45	0,20	0,41	43,01	1,65	33,88	177,84	45,06	1,64
тк № 388 от 12.12.23г	Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	0,02	0,60	0,00	0,83	33,22	22,80	18,16	0,48
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дневн +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дневн +	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	0,06	0,00	0,00	0,56	11,72	60,00	18,80	1,56
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>22,52</b>	<b>23,67</b>	<b>96,28</b>	<b>726,42</b>	<b>0,36</b>	<b>11,69</b>	<b>43,01</b>	<b>5,77</b>	<b>134,55</b>	<b>334,74</b>	<b>112,35</b>	<b>5,24</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1220</b>	<b>42,73</b>	<b>44,35</b>	<b>175,94</b>	<b>1316,62</b>	<b>0,70</b>	<b>14,25</b>	<b>152,43</b>	<b>141,03</b>	<b>666,15</b>	<b>676,29</b>	<b>156,14</b>	<b>7,50</b>
	<b>ПЯТНИЦА</b>													
	<b>Завтрак (младшие)</b>													
об рац. Стр.186, табл 9/2012г.	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
тк № 761 от 23.11.23г	Сырники из творога со сгущенным молоком	120/30	15,55	18,35	36,06	398,93	2,27	55,55	78,88	5,67	428,93	442,84	51,83	1,30
№376/2017г.	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
стр 134 табл 6 Дневн +2012	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>19,77</b>	<b>20,22</b>	<b>79,56</b>	<b>608,93</b>	<b>2,36</b>	<b>65,58</b>	<b>78,88</b>	<b>6,72</b>	<b>465,32</b>	<b>489,14</b>	<b>68,73</b>	<b>4,35</b>
	<b>Обед (младшие)</b>													
№102/2017г.	Суп картофельный с горохом	200	4,35	5,22	26,53	218,60	0,18	4,66	0,00	1,94	34,14	70,48	28,46	1,64
тк №966 от 15.11.2024г	Сосиска с томатным соусом , с кашей гречневой	50/20/180	13,62	17,31	39,57	326,70	0,09	0,69	30,40	0,71	24,82	142,16	27,30	1,64
№342/2017г.	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дневн +	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дневн +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>22,39</b>	<b>23,29</b>	<b>103,65</b>	<b>721,80</b>	<b>0,35</b>	<b>5,35</b>	<b>30,40</b>	<b>3,40</b>	<b>87,42</b>	<b>277,14</b>	<b>74,06</b>	<b>5,68</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1210</b>	<b>42,16</b>	<b>43,51</b>	<b>183,21</b>	<b>1330,73</b>	<b>2,71</b>	<b>70,93</b>	<b>109,28</b>	<b>10,12</b>	<b>552,74</b>	<b>766,28</b>	<b>142,79</b>	<b>10,03</b>
	<b>Всего за 5 дней:</b>	<b>6036</b>	<b>211,94</b>	<b>218,02</b>	<b>942,09</b>	<b>6554,84</b>	<b>4,87</b>	<b>148,72</b>	<b>554,89</b>	<b>172,82</b>	<b>2258,27</b>	<b>3184,40</b>	<b>736,54</b>	<b>41,43</b>
	<b>В среднем на 1 учащегося:</b>	<b>1207</b>	<b>42,39</b>	<b>43,60</b>	<b>188,42</b>	<b>1310,97</b>	<b>0,97</b>	<b>29,74</b>	<b>110,98</b>	<b>34,56</b>	<b>451,65</b>	<b>636,88</b>	<b>147,31</b>	<b>8,29</b>

## ООО "АБК-Пэймент"

Двухнедельное меню 2-х разового питания для учащихся младших классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

2 - ая неделя		Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>															
<b>Завтрак (младшие)</b>															
стр.134 табл.6. Дож -2012	Печенье	40		2,96	3,76	10,84	124,28	0,06	0,00	0,00	1,85	13,00	42,00	5,70	0,70
№173/2017г.	Каша пшеничная молочная	200		8,56	9,80	19,49	174,46	0,14	0,96	14,80	0,67	144,37	218,30	44,33	2,32
№ 376/2017г.	Чай с сахаром , с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68	0,01	1,02	0,00	0,00	12,89	4,13	2,49	0,53
таб.6 стр.136/2012г.	Батон нарезной	60		4,50	1,74	30,84	157,20	0,07	0,00	0,00	1,02	11,40	39,00	7,80	0,72
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>16,13</b>	<b>15,36</b>	<b>70,14</b>	<b>492,62</b>	<b>0,28</b>	<b>1,98</b>	<b>14,80</b>	<b>3,54</b>	<b>181,66</b>	<b>303,43</b>	<b>60,32</b>	<b>4,27</b>
<b>Обед (младшие)</b>															
№82/2017г.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		1,57	10,69	8,93	113,10	0,04	8,56	5,00	1,94	44,18	46,73	21,35	0,99
таб.6 стр.134 таб.6 стр.134, 2012г.	Биточки рыбные	90		10,68	8,98	16,21	170,2	0,05	0,29	4,68	4,52	39,13	147,33	34,13	1,30
№203/2017г.	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3		5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
№189/2017г.	Сок фруктовый ( нектар плодовой)	200		1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Химическая и калорийность российских продуктов питания таб.6 стр.134, 2012г. Дож *	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Химическая и калорийность российских продуктов питания таб.6 стр.134, 2012г. Дож *	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>708</b>	<b>126,99</b>	<b>23,19</b>	<b>23,15</b>	<b>103,94</b>	<b>674,10</b>	<b>0,25</b>	<b>12,85</b>	<b>21,68</b>	<b>8,21</b>	<b>124,01</b>	<b>310,63</b>	<b>90,40</b>	<b>7,45</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1208</b>		<b>39,32</b>	<b>38,51</b>	<b>174,08</b>	<b>1166,72</b>	<b>0,52</b>	<b>14,83</b>	<b>36,48</b>	<b>11,75</b>	<b>305,67</b>	<b>614,06</b>	<b>150,72</b>	<b>11,72</b>
<b>ВТОРНИК</b>															
<b>Завтрак (младшие)</b>															
таб.6 стр.134 таб.6 стр.134, 2012г.	Бутерброд с повидлом (30/20)	50		7,05	2,30	16,80	209,00	0,04	0,11	51,50	0,45	157,20	111,00	12,45	0,45
№173/2017г.	Каша геркулесовая молочная	200		7,49	15,15	30,6	241,26	0,2	0,96	54,8	0,56	156,75	258,36	70,75	1,97
№376/2017г.	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
стр.134 таб.6. Дож -2012г.	Батон нарезной	50		3,76	1,74	30,84	132,00	0,06	0,00	0,00	0,00	10,00	32,00	6,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,37</b>	<b>19,21</b>	<b>86,20</b>	<b>614,26</b>	<b>0,30</b>	<b>1,10</b>	<b>106,30</b>	<b>1,01</b>	<b>334,84</b>	<b>404,16</b>	<b>90,60</b>	<b>3,27</b>
<b>Обед (младшие)</b>															
№96/2017г.	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		5,94	6,82	12,56	93,90	0,08	6,72	5,00	1,90	27,72	48,43	19,79	0,75
таб.6 стр.215 от 25.12.2019г.	Жаркое из птицы (куриных грудок)	50/150		17,01	18,47	52,76	473,54	0,33	52,13	29,10	3,02	57,91	230,93	81,56	3,38
таб.6 стр.215 от 25.12.2019г.	Капуста квашеная (поп гарнир)	35		0,59	1,75	2,94	29,99	0,01	8,91	0,00	6,93	23,50	15,21	7,20	0,28
таб.6 стр.205 от 3.06.22г.	Напиток из яблок и изюма	200		0,20	0,10	19,82	68,12	0,01	0,73	0,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14
Химическая и калорийность российских продуктов питания таб.6 стр.134, 2012г. Дож *	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
Химическая и калорийность российских продуктов питания таб.6 стр.134, 2012г. Дож *	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>126,99</b>	<b>28,00</b>	<b>27,74</b>	<b>114,72</b>	<b>795,45</b>	<b>0,51</b>	<b>68,49</b>	<b>34,10</b>	<b>12,60</b>	<b>137,92</b>	<b>368,01</b>	<b>132,43</b>	<b>6,05</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1200</b>		<b>46,37</b>	<b>46,95</b>	<b>200,92</b>	<b>1409,71</b>	<b>0,80</b>	<b>69,59</b>	<b>140,40</b>	<b>13,61</b>	<b>472,76</b>	<b>772,17</b>	<b>223,03</b>	<b>9,32</b>
<b>СРЕДА</b>															
<b>Завтрак (младшие)</b>															
об.рек. Стр.186, таб.9/2012г.	Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№173/2017г.	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5		11,26	14,01	23,68	247,80	0,11	0,67	22,37	0,09	78,92	105,42	27,43	0,50

№377/2017г	Чай с сахаром и лимоном	187/8/5	0,13	0,02	8,20	34,02	0,00	2,83	0,00	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
стр 134 табл 6 Девн +2012	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,05	0,00	0,00	0,77	8,55	29,25	5,85	0,54
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>15,17</b>	<b>15,74</b>	<b>64,81</b>	<b>446,72</b>	<b>0,19</b>	<b>13,50</b>	<b>22,37</b>	<b>1,07</b>	<b>117,52</b>	<b>150,07</b>	<b>44,68</b>	<b>3,58</b>
№119/2017г.	Обед (младшие)													
№119/2017г.	Суп гороховый с гречками	200/5	7,24	7,96	30,41	250,82	0,25	0,00	0,00	3,60	41,62	143,70	31,20	2,72
№294 от 23.12.2018г	Котлеты Здоровые из куриных грудок	90	11,20	10,96	24,82	229,63	0,08	0,68	58,65	1,02	23,96	169,50	25,65	2,15
№203/2017г.	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/3	4,60	7,19	20,56	165,30	0,12	0,00	12,00	0,37	9,17	109,77	72,03	2,43
№149 от 23.11.2017г	Напиток из сухофруктов	200	0,70	0,10	22,03	92,90	0,02	0,73	0,00	0,10	32,48	23,44	17,46	0,70
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Девн +	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Девн +	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,79	45,00	14,10	1,17
	<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>126,99</b>	<b>27,62</b>	<b>26,77</b>	<b>122,00</b>	<b>856,80</b>	<b>0,55</b>	<b>1,41</b>	<b>70,65</b>	<b>5,79</b>	<b>121,02</b>	<b>507,66</b>	<b>163,94</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1203</b>	<b>42,79</b>	<b>42,51</b>	<b>186,81</b>	<b>1303,52</b>	<b>0,74</b>	<b>14,91</b>	<b>93,02</b>	<b>6,86</b>	<b>238,54</b>	<b>657,73</b>	<b>208,62</b>	<b>13,03</b>

#### ЧЕТВЕРГ

##### Завтрак (младшие)

таб 6 стр 136 Девн + 2012	Крекер	30	2,70	5,40	14,20	135,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№174/2017г.	Каша кукурузная молочная	200	10,95	11,84	22,01	211,46	0,09	0,96	14,80	0,30	136,07	150,61	31,61	1,66
№376/2017г.	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40	0,25
стр 134 табл 6 Девн +2012	Батон нарезной	70	5,24	2,02	35,98	183,40	0,08	0,00	0,00	1,11	12,35	42,25	8,45	0,78
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,96</b>	<b>19,28</b>	<b>80,19</b>	<b>561,86</b>	<b>0,17</b>	<b>0,99</b>	<b>14,80</b>	<b>1,41</b>	<b>159,31</b>	<b>195,66</b>	<b>41,46</b>	<b>2,69</b>
№88/2017г.	Обед (младшие)													
№88/2017г.	Щи из св. капусты с картофелем	250	5,53	8,59	28,53	174,50	0,06	15,41	6,09	2,31	53,41	51,52	22,13	0,81
№758 от 23.11.2017г	Тефтели мясные с геркулесом	90	8,86	10,56	6,76	109,59	0,04	0,25	26,66	0,38	18,65	72,18	13,97	0,58
№203/2017г.	Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,88	31,96	176,10	0,06	0,00	12,00	0,80	11,91	38,07	8,62	0,86
№88/2017г.	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,10	20,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
таб 6 стр 134, 2012 Девн +	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Девн +	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78
	<b>Итого:</b>	<b>733</b>	<b>126,99</b>	<b>23,51</b>	<b>22,53</b>	<b>105,21</b>	<b>670,39</b>	<b>0,21</b>	<b>16,76</b>	<b>44,75</b>	<b>3,99</b>	<b>109,47</b>	<b>221,09</b>	<b>60,28</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1233</b>	<b>42,47</b>	<b>41,81</b>	<b>185,40</b>	<b>1232,25</b>	<b>0,38</b>	<b>17,75</b>	<b>59,55</b>	<b>5,40</b>	<b>268,78</b>	<b>416,75</b>	<b>101,74</b>	<b>6,31</b>

#### ПЯТНИЦА

##### Завтрак (младшие)

абр. стр. Стр 186, таб 9/2012г.	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
№174/2017г.	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3	6,61	9,83	21,12	211,89	0,05	0,51	41,18	0,29	86,41	127,46	19,01	0,46
№132/2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
стр 134 табл 6 Девн +2012г.	Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132,00	0,06	0,00	0,00	0,00	10,00	32,00	6,00	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>14,85</b>	<b>15,51</b>	<b>64,37</b>	<b>449,49</b>	<b>0,20</b>	<b>12,10</b>	<b>65,58</b>	<b>0,49</b>	<b>264,18</b>	<b>295,02</b>	<b>55,35</b>	<b>3,69</b>
№523 от 3.03.2017г	Обед (младшие)													
№523 от 3.03.2017г	Свекла отварная (диетическая)	60	0,84	3,61	4,96	55,68	0,01	3,99	0	0	21,28	24,38	12,42	0,79

№1012017:	Суп картофельный с крупой перловой	200	7,15	4,27	18,06	114,60	0,09	6,60	0,00	1,14	23,36	54,06	21,82	0,90
№1011013.03.21:	Гуляш из куриной грудки(50/50)	100	8,64	9,83	13,40	209,39	0,08	3,97	28,40	3,20	17,17	122,75	18,27	1,14
№3122017:	Пюре картофельное	150	3,09	4,98	39,48	177,55	0,14	18,16	12,00	0,21	37,70	87,50	27,75	1,02
№3422017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	10,91	46,60	0,00	0,00	0,00	0,00	13,67	0,00	0,00	0,90
табл 6 стр 134, 2012 й.г.г.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,03	0,00	0,00	0,28	5,80	30,00	9,40	0,78	
Итого:	750	126,99	22,72	23,25	104,57	690,42	0,37	32,72	40,40	5,05	122,98	331,69	92,46	5,75
Всего:	1253		37,57	38,76	168,94	1139,91	0,57	44,82	105,98	5,54	387,16	626,71	147,81	9,44
Всего за 5 дней:	5597		208,52	193,18	846,01	5759,49	2,73	159,92	420,63	39,62	1491,25	2783,99	771,60	45,55
В среднем на 1 учащегося:	1119		41,70	38,64	169,20	1151,90	0,55	31,98	84,13	7,92	298,25	556,80	154,32	9,11