

«СОГЛАСОВАНО»

Директор  
ООО «АБК-Прайм»  
И.А. Сабитов  
Инициалы  
«    »    2023 г

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник управления образования  
Исполнительного комитета ИМР РТ  
А.Х. Гарифуллин  
Инициалы  
«    »    2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Региональный директор  
ООО «АБК-Прайм»  
Д.Х. Шакирянова  
Инициалы  
«28»    08    2023 г

ООО «АБК-Прайм»

Примерное циклическое меню для учащихся старших классов (с 12 лет и старше)  
общеобразовательных организаций Нижнекамского района РТ

| ООО "АБК-Пэймент"   |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               | г. Москва    |             |
|---|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| Двадцать три (23) рабочих учебных дня старших классов с 12 лет и старше школ Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан на учебно-образовательный период 2023-2024 г. |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               | г. Москва    |             |
| 130 (триста) обучающихся до 6 часов   |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               | г. Москва    |             |
| (общеобразовательные организации с режимом обучения с 6:00 до 12:00)  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               | г. Москва    |             |
| 1 - ая неделя   |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               | г. Москва    |             |
| № Сборник рецептур  | Наименование продуктов                                | Выход      | Стои-ть      | Белки        | Жиры         | Угл-ды*1     | Квал-т        | В1          | С            | А            | Е           | Са            | Р             | Мg           | Fe          |
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b>  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| ттк   | Шницель куриный                                       | 100        |              | 15,22        | 22,14        | 15,32        | 322,00        | 0,10        | 1,04         | 51,40        | 2,80        | 53,14         | 94,54         | 20,80        | 1,40        |
| №203/2017г.   | Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным | 180/3      |              | 6,64         | 7,60         | 31,78        | 221,94        | 0,07        | 0,00         | 12           | 1,19        | 6,55          | 45,5          | 25,34        | 1,33        |
| №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 134, 2012 Дели+  | 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 Дели +  | Хлеб ржаной   | 40         |              | 2,64         | 0,48         | 15,84        | 79,2          | 0,06        | 0            | 0            | 0,56        | 11,6          | 60            | 18,8         | 1,56        |
| <b>Всего:</b>   |   | <b>553</b> | <b>60,90</b> | <b>22,85</b> | <b>23,48</b> | <b>90,98</b> | <b>695,64</b> | <b>0,26</b> | <b>1,07</b>  | <b>63,40</b> | <b>4,88</b> | <b>88,18</b>  | <b>222,34</b> | <b>70,54</b> | <b>4,87</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b>  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| №143,241/2017 г.  | Овощи тушеные с мясом 50/200                          | 250        |              | 15,86        | 16,91        | 56,10        | 454,31        | 0,03        | 17,83        | 39,06        | 0,11        | 67,91         | 195,53        | 41,38        | 2,34        |
| №306/2017г  | Горошек консервированный(доп.гарнир)                  | 40         |              | 1,15         | 1,09         | 2,31         | 23,68         | 0,02        | 3,88         | 5,6          | 0,09        | 9,57          | 24,53         | 8,07         | 0,28        |
| ттк   | Напиток из изюма и яблок                              | 200        |              | 0,38         | 0,13         | 29,30        | 119,94        | 0,02        | 0,73         | 0,00         | 0,10        | 32,48         | 23,44         | 17,46        | 0,70        |
| табл 6 стр 134, 2012 Дели+  | 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 Дели +  | Хлеб ржаной   | 30         |              | 1,78         | 0,32         | 10,69        | 53,46         | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,38        | 7,83          | 40,50         | 12,69        | 1,06        |
| <b>Всего:</b>   |   | <b>550</b> | <b>60,90</b> | <b>23,24</b> | <b>21,94</b> | <b>93,84</b> | <b>662,05</b> | <b>0,15</b> | <b>22,44</b> | <b>44,66</b> | <b>1,01</b> | <b>123,79</b> | <b>303,50</b> | <b>83,80</b> | <b>4,71</b> |
| <b>СРЕДА</b>  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b>  |   |            |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| сб.рец. 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        |
| №294/2017г  | Плов из куриной грудки(50/200)                        | 250        |              | 18,03        | 23,04        | 51,16        | 463,13        | 0,20        | 8,45         | 21,19        | 0,49        | 34,01         | 215,00        | 69,51        | 2,04        |
| №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 134, 2012 Дели+  | Хлеб пшеничный  | 20         |              | 1,50         | 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 Дели +  | 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>590</b> | <b>60,90</b> | <b>21,42</b> | <b>23,86</b> | <b>96,72</b> | <b>648,73</b> | <b>0,28</b> | <b>18,48</b> | <b>21,19</b> | <b>1,19</b> | <b>70,70</b>  | <b>271,80</b> | <b>92,11</b> | <b>5,49</b> |

**ЧЕТВЕРГ****Горячий завтрак (старшие)**

|   |   |            |              |              |              |              |             |              |             |              |               |               |               |             |
|---|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| №284 / 2017г  | Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным | 240/10     | 18,32        | 27,21        | 39,10        | 412,35       | 0,49        | 9,15         | 0,00        | 6,94         | 76,26         | 498,81        | 202,04        | 7,19        |
| тк  | Морковь варен. (доп. гарнир)                      | 50         | 0,62         | 0,95         | 3,41         | 32,47        | 0,03        | 1,77         | 0,00        | 7,05         | 13,68         | 27,77         | 18,57         | 0,34        |
| № 388/2017  | Напиток из шиповника                              | 200        | 0,66         | 0,09         | 20,04        | 84,80        | 0,02        | 0,73         | 0,00        | 0,51         | 31,91         | 23,44         | 17,46         | 0,64        |
| табл 6 стр 134, 2012 Делн+<br>Хим.состав и калорийность<br>российских продуктов<br>питания табл 6 стр 134,<br>2012 Делн + | 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        |
|   | 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>550</b> | <b>60,90</b> | <b>23,23</b> | <b>23,83</b> | <b>95,23</b> | <b>0,60</b> | <b>11,65</b> | <b>0,00</b> | <b>15,11</b> | <b>133,45</b> | <b>599,52</b> | <b>252,07</b> | <b>9,28</b> |

**ПЯТНИЦА****Горячий завтрак (старшие)**

|   |   |            |              |              |              |              |             |             |              |             |              |               |              |             |
|---|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| таб 6 стр 136/2012г.  | Печенье   | 30         | 2,22         | 2,82         | 21,93        | 122,10       | 0,04        | 0,00        | 0,00         | 1,11        | 7,80         | 25,20         | 9,00         | 0,42        |
| № 290/2017г.  | Птица тушеная в сметанно- томатном соусе              | 50/50      | 11,65        | 11,66        | 3,51         | 166,00       | 0,04        | 0,68        | 30,10        | 0,50        | 30,32        | 79,00         | 16,19        | 0,70        |
| №203/2017г  | Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным | 180/3      | 6,64         | 7,60         | 31,78        | 221,94       | 0,07        | 0           | 12           | 1,19        | 6,55         | 45,5          | 25,34        | 1,33        |
| № 377 / 2015  | 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        |
| табл 6 стр 134, 2012 Делн+<br>Хим.состав и калорийность<br>российских продуктов<br>питания табл 6 стр 134,<br>2012 Делн + | Хлеб пшеничный  | 20         | 1,50         | 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        |
|   | <b>Итого:</b>   | <b>553</b> | <b>60,90</b> | <b>23,46</b> | <b>22,50</b> | <b>97,18</b> | <b>0,20</b> | <b>3,51</b> | <b>42,10</b> | <b>3,31</b> | <b>68,52</b> | <b>197,10</b> | <b>65,13</b> | <b>3,79</b> |

**СУББОТА****Горячий завтрак (старшие)**

|   |   |             |              |               |               |               |                |             |              |               |               |               |                |               |              |
|---|---|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| №234/2016   | Котлеты рыбные                              | 100         | 12,20        | 8,53          | 10,24         | 181,48        | 0,06           | 0,6         | 0,13         | 0,81          | 55,03         | 171,33        | 15             | 0,00          |              |
| №304/2017г  | Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным | 180/3       | 4,41         | 8,63          | 44,06         | 271,44        | 0,03           | 0           | 12           | 0,37          | 2,36          | 74,03         | 19,6           | 0,64          |              |
| № 349/2017г.  | Напиток из сухофруктов                      | 200         | 0,70         | 0,10          | 32,00         | 132,80        | 0,02           | 0,73        | 0,00         | 0,10          | 32,48         | 23,44         | 17,46          | 0,70          |              |
| табл 6 стр 134, 2012 Делн+<br>Хим.состав и калорийность<br>российских продуктов<br>питания табл 6 стр 134,<br>2012 Делн + | Хлеб пшеничный                              | 35          | 2,66         | 0,28          | 17,22         | 82,25         | 0,04           | 0,00        | 0,00         | 0,39          | 7,00          | 22,75         | 4,90           | 0,39          |              |
|   | Хлеб ржаной                                 | 35          | 2,07         | 0,37          | 12,47         | 62,37         | 0,05           | 0,00        | 0,00         | 0,44          | 9,13          | 47,25         | 14,80          | 1,23          |              |
|   | <b>Итого:</b>                               | <b>553</b>  | <b>60,90</b> | <b>22,04</b>  | <b>21,91</b>  | <b>98,99</b>  | <b>0,20</b>    | <b>1,33</b> | <b>12,13</b> | <b>2,11</b>   | <b>106,00</b> | <b>338,80</b> | <b>71,76</b>   | <b>2,96</b>   |              |
|   | <b>Всего за 6 дней:</b>                     | <b>3349</b> |              | <b>136,24</b> | <b>137,52</b> | <b>572,94</b> | <b>4087,14</b> | <b>1,69</b> | <b>58,48</b> | <b>183,48</b> | <b>27,61</b>  | <b>590,64</b> | <b>1933,06</b> | <b>635,41</b> | <b>31,10</b> |
|   | <b>В среднем на 1 учащегося:</b>            | <b>558</b>  |              | <b>22,71</b>  | <b>22,92</b>  | <b>95,49</b>  | <b>681,19</b>  | <b>0,28</b> | <b>9,75</b>  | <b>30,58</b>  | <b>4,60</b>   | <b>98,44</b>  | <b>322,18</b>  | <b>105,90</b> | <b>5,18</b>  |

| № С/образ рецептур   |   | 2 - ая неделя |              |              |              |              |               |             |              |              |             |              |               |               |              |
|--|---|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| Наименование продуктов   |   | Выход         | Стои-ть      | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Ккал          | В1          | С            | А            | Е           | Са           | Р             | Mg            | Fe           |
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>   |   |               |              |              |              |              |               |             |              |              |             |              |               |               |              |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b>   |   |               |              |              |              |              |               |             |              |              |             |              |               |               |              |
| об.реш. 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         |
| тк   | Тефтели говяжьи                               | 100           |              | 11,58        | 10,42        | 11,23        | 184,92        | 0,06        | 0,08         | 28,37        | 0,67        | 22,22        | 122,80        | 22,39         | 1,12         |
| №303/2017  | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 180/3         |              | 10,34        | 9,49         | 46,41        | 312,30        | 0,25        | 0,00         | 12,00        | 0,76        | 18,50        | 245,61        | 162,99        | 5,48         |
| №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         |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Делни * |   | Хлеб ржаной   | 25           |              | 1,65         | 0,30         | 9,90          | 0,04        | 0,00         | 0,00         | 0,35        | 7,25         | 37,50         | 11,75         | 0,98         |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>608</b>    | <b>60,90</b> | <b>22,94</b> | <b>22,63</b> | <b>95,34</b> | <b>655,72</b> | <b>0,38</b> | <b>10,11</b> | <b>40,37</b> | <b>1,98</b> | <b>74,86</b> | <b>419,71</b> | <b>207,53</b> | <b>10,03</b> |

## ВТОРНИК

### Горячий завтрак (старшие)

|                              |                                  |            |              |              |              |              |               |             |              |              |              |               |               |               |             |
|------------------------------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| №622017                      | Салат из моркови с сахаром       | 100        |              | 1,23         | 0,09         | 11,47        | 81,7          | 0,06        | 3,36         | 0            | 13,4         | 25,76         | 52,76         | 36,05         | 0,66        |
| тк от 25.12.2019г.           | Жаркое из птицы (куриных грудок) | 50/200     |              | 18,76        | 21,59        | 64,70        | 491,93        | 0,41        | 65,16        | 36,38        | 3,78         | 72,39         | 288,66        | 101,95        | 4,23        |
| № 376/2017г.                 | Чай с сахаром , с шиповником     | 200        |              | 0,13         | 0,02         | 8,20         | 34,02         | 0,00        | 2,83         | 0,00         | 0,01         | 14,05         | 4,40          | 2,40          | 0,34        |
| табл 6 стр 134, 2012 Делни * | 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        |
| <b>Итого:</b>                |                                  | <b>580</b> | <b>60,90</b> | <b>22,40</b> | <b>21,94</b> | <b>99,13</b> | <b>678,15</b> | <b>0,50</b> | <b>71,35</b> | <b>36,38</b> | <b>17,52</b> | <b>118,20</b> | <b>365,32</b> | <b>144,60</b> | <b>5,56</b> |

## СРЕДА

### Горячий завтрак (старшие)

|  |   |             |              |              |              |              |               |             |             |              |             |              |               |              |             |
|--|---|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| №234/2016  | Биточки рыбные  | 100         |              | 7,20         | 9,53         | 5,24         | 71,48         | 0,06        | 0,6         | 0,13         | 0,81        | 55,03        | 171,33        | 15           | 0,00        |
| №203/2017г   | Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом сливочным | 180/3       |              | 6,64         | 7,60         | 31,78        | 221,94        | 0,07        | 0           | 12           | 1,19        | 6,55         | 45,5          | 25,34        | 1,33        |
| № 377 / 2015   | 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        |
| табл 6 стр 134, 2012 Делни *   | Хлеб пшеничный  | 35          |              | 2,66         | 0,28         | 17,22        | 82,25         | 0,04        | 0,00        | 0,00         | 0,39        | 7,00         | 22,75         | 4,90         | 0,39        |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Делни * |   | Хлеб ржаной | 35           |              | 2,07         | 0,37         | 12,47         | 0,05        | 0,00        | 0,00         | 0,44        | 9,13         | 47,25         | 14,80        | 1,23        |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>553</b>  | <b>60,90</b> | <b>21,70</b> | <b>22,80</b> | <b>91,21</b> | <b>648,40</b> | <b>0,22</b> | <b>3,43</b> | <b>12,13</b> | <b>2,84</b> | <b>91,76</b> | <b>291,23</b> | <b>62,44</b> | <b>3,29</b> |

## ЧЕТВЕРГ

### Горячий завтрак (старшие)

|  |                                      |             |              |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
|--|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| тк   | Котлеты "Нежные" из куриных грудок   | 100         |              | 13,22        | 15,14        | 35,32        | 322,00        | 0,10        | 1,04         | 51,40        | 2,80        | 53,14         | 94,54         | 20,80        | 1,40        |
| №128/2017  | Картофельное пюре с маслом сливочным | 180/3       |              | 3,86         | 7,18         | 22,58        | 178,2         | 0,18        | 22,43        | 39           | 0,25        | 51,05         | 107,86        | 34,52        | 1,28        |
| №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 134, 2012 Делни *   | 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 Делни * |                                      | Хлеб ржаной | 40           |              | 2,64         | 0,48         | 15,84         | 0,06        | 0            | 0            | 0,56        | 11,6          | 60            | 18,8         | 1,56        |
| <b>Итого:</b>  |                                      | <b>553</b>  | <b>60,90</b> | <b>22,07</b> | <b>23,06</b> | <b>96,50</b> | <b>681,90</b> | <b>0,37</b> | <b>23,50</b> | <b>90,40</b> | <b>3,94</b> | <b>132,68</b> | <b>284,70</b> | <b>79,72</b> | <b>4,82</b> |

## ПЯТНИЦА

### Горячий завтрак (старшие)

|                               |                                 |        |  |       |       |       |        |      |       |        |      |        |        |       |      |
|-------------------------------|---------------------------------|--------|--|-------|-------|-------|--------|------|-------|--------|------|--------|--------|-------|------|
| об.реш. 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 |
| № 223 /2017г.                 | Запеканка из творога с повидлом | 170/30 |  | 19,53 | 18,18 | 48,50 | 552,80 | 0,11 | 1,16  | 154,70 | 1,23 | 253,53 | 361,75 | 42,79 | 1,51 |

|   |                        |            |              |              |              |              |               |             |              |               |             |               |               |              |             |
|---|------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| №349/2017г.   | Напиток из сухофруктов | 200        | 0,70         | 0,10         | 32,00        | 132,80       | 0,02          | 0,73        | 0,00         | 0,10          | 32,48       | 23,44         | 17,46         | 0,70         |             |
| табл 6 стр 134, 2012 Дели+  | Хлеб пшеничный         | 25         | 1,87         | 0,20         | 12,30        | 58,75        | 0,03          | 0,00        | 0,00         | 0,28          | 5,00        | 16,25         | 3,50          | 0,27         |             |
| Хим.состав и калорийность<br>российских продуктов питания<br>табл 6 стр 134, 2012 Дели+ | Хлеб ржаной            | 25         | 1,65         | 0,30         | 9,90         | 49,50        | 0,04          | 0,00        | 0,00         | 0,35          | 7,25        | 37,50         | 11,75         | 0,98         |             |
|   | <b>Итого:</b>          | <b>550</b> | <b>60,90</b> | <b>23,52</b> | <b>22,18</b> | <b>92,50</b> | <b>710,85</b> | <b>0,23</b> | <b>11,89</b> | <b>154,70</b> | <b>2,16</b> | <b>314,26</b> | <b>449,94</b> | <b>84,50</b> | <b>5,66</b> |

#### СУББОТА

##### Горячий завтрак (старшие)

|   |  |            |              |              |              |              |               |             |             |              |             |               |               |              |             |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| №293/2017г.   | Курица запеченная                        | 100        | 13,28        | 15,32        | 0,00         | 207,40       | 0,60          | 1,36        | 53,60       | 0,84         | 43,50       | 228,40        | 24,64         | 1,08         |             |
| №199/2017г.   | Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным | 180/3      | 3,36         | 4,82         | 47,98        | 244,44       | 0,16          | 0           | 21,6        | 0,97         | 41,72       | 185,78        | 43,99         | 3,17         |             |
| №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         |             |
| табл 6 стр 134, 2012 Дели+  | Хлеб пшеничный                           | 35         | 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<br>российских продуктов питания<br>табл 6 стр 134, 2012 Дели+ | Хлеб ржаной                              | 35         | 1,78         | 0,32         | 10,69        | 53,46        | 0,05          | 0,00        | 0,00        | 0,38         | 7,83        | 40,50         | 12,69         | 1,06         |             |
|   | <b>Итого:</b>                            | <b>553</b> | <b>60,90</b> | <b>21,81</b> | <b>22,76</b> | <b>92,18</b> | <b>652,78</b> | <b>0,85</b> | <b>2,38</b> | <b>75,20</b> | <b>2,52</b> | <b>111,94</b> | <b>478,31</b> | <b>88,01</b> | <b>6,17</b> |

|  |                                  |             |               |               |               |                |             |               |               |              |               |                |               |              |
|--|----------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|---------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
|  | <b>Всего за 6 дней:</b>          | <b>3397</b> | <b>134,44</b> | <b>135,37</b> | <b>566,86</b> | <b>4027,80</b> | <b>2,54</b> | <b>122,66</b> | <b>409,18</b> | <b>30,95</b> | <b>843,70</b> | <b>2289,21</b> | <b>666,80</b> | <b>35,53</b> |
|  | <b>В среднем на 1 учащегося:</b> | <b>566</b>  | <b>22,41</b>  | <b>22,56</b>  | <b>94,48</b>  | <b>671,30</b>  | <b>0,42</b> | <b>20,44</b>  | <b>68,20</b>  | <b>5,16</b>  | <b>140,62</b> | <b>381,54</b>  | <b>111,13</b> | <b>5,92</b>  |