



Примерное меню пришкольных лагерей 2024 (7-11 sem)

| | Macca | Пит | цевые веще | ства | 3 | | | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|--|---|---|---|---|---|---|--|---|
| Наименование блюд и продуктов | порции | 11111 | церые вещ | | Энергетическая ценность | В1,мг | С,мг | А,мкг | Е,мг | Ca | P | Ms | Ee | Сборник |
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккап | · | -, | , | , | | | | | рецептур |
| 3ABTPAK | | | • | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом Каша пшенная молочная с маслом | 30/10 | 2,33 | 8,12 | 15,55 | 144,60 | 0,03 | 0,00 | 40,00 | 0,62 | 8,10 | 22,50 | 3,90 | 0,38 | №1 сб 2017 шк |
| СЛИВОЧНЫМ | 150/4 | 5,60 | 6,25 | 17,74 | 145,05 | 0,14 | 0,88 | 29,50 | 0,12 | 102,74 | 137,23 | 35,70 | 0,92 | №173 СБ шк 2017 |
| Чай с молоком, с сахаром | 150/40/10 | 1,46 | 1,08 | 11,96 | 63,70 | 0,02 | 0,67 | 8,00 | 0,00 | 63,02 | 48,36 | 12,20 | 1,30 | №>378 СБ шк 2017 |
| Фрукты свежие (Яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | 0,04 | 12,00 | 0,00 | 0,24 | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 | №338 сб 2017 шк |
| Батон | 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 | стр 134 табл. 6 Дели Плюс |
| Итого: | 564 | 13,62 | 17,38 | 82,71 | 540,75 | 0,28 | 13,55 | 77,50 | 1,83 | 202,55 | 253,79 | 69,10 | 5,84 | 2012г |
| 2-ой ЗАВТР | | 13,02 | 17,50 | 02,71 | 3-10,7 3 | 0,20 | 13,33 | 77,50 | 1,03 | 202,53 | 233,77 | 07,10 | 3,01 | |
| 2 011 011 1111 | | | | | | | | | | | | | | |
| Печенье | 30 | 2,59 | 2,49 | 13,18 | 92,45 | 0,05 | | | 1,30 | 9,10 | 29,40 | 10,50 | 0,49 | стр 136 табл. 6 Дели Плюс |
| Молоко кипяченное | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 0,08 | 2,60 | 40,00 | | 240,00 | 180,00 | 28,00 | 0,20 | №385 СБ шк 2017 |
| Итого: | 230 | 8,39 | 7,49 | 22,78 | 199,45 | 0,13 | 2,60 | 40,00 | 1,30 | 249,10 | 209,40 | 38,50 | 0,69 | |
| | 794 | 22,01 | 24,87 | 105,49 | 740,20 | | | | | | | | | |
| ОБЕД | 60 | 0.74 | 0.00 | 10.00 | 40.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.04 | 15.46 | 01.66 | 01.60 | 0.40 | N-CD C 0017 |
| Салаг из моркови Щи из свежей капусты с картофелем. | 60 | 0,74 | 0,06 | 10,89 | 49,02 | 0,03 | 2,02 | 0,00 | 8,04 | 15,46 | 31,66 | 21,63 | 0,40 | №62 сб 2017шк |
| мясными фрикадельками, со сметаной | 200/22/10 | 6,82 | 9,54 | 16,76 | 145,64 | 0,06 | 13,18 | 22,80 | 2,11 | 59,99 | 81,38 | 23,06 | 1,09 | №88,105 сб 2017шк |
| Жаркое по - домашнему с куриной грудкой | 50/150 | 14,33 | 20,73 | 29,77 | 396,00 | 0,11 | 8,99 | 29,10 | 3,88 | 55,70 | 191,40 | 43,32 | 4,17 | TTK |
| Нектар плодовый (разливной) | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85 | 0,022 | 4 | 0 | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 | №389 сб 2017 шк |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 99 | 0,085 | 0 | 0 | 0,7 | 14,5 | 75 | 23,5 | 1,95 | стр 144 таол. о дели плюс |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 | 0,055 | 0 | 0 | 0,55 | 10 | 32,5 | 7 | 0,55 | стр мч таол.'о дели плюс |
| Итого: | 792,00 | 29,99 | 31,33 | 122,61 | 891,96 | 0,37 | 28,19 | 51,90 | 15,48 | 169,65 | 425,94 | 126,51 | 10,96 | |
| всего: | 1586,00 | 52,00 | 56,20 | 228,10 | 1632,16 | 0,78 | 44,33 | 169,40 | 18,61 | 621,30 | 889,13 | 234,11 | 17,49 | |
| День 2- ой | | | I | | | | | | I . | | | | | |
| Наименование блюд и продуктов | Macca | Пип | цевые веще | ества | Энергетическая | | | | | | | | | Сборник |
| | порции | | | | | В1,мг | С,мг | А,мкг | Е,мг | Ca | P | M ₈ | Ee | Соории |
| | | | | 1 | ценность | , | Cymr | 11, | , | - Cu | - | | | рецептур |
| 3 A RTP A K | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | | C,MI | 14,11111 | , | Gu. | | | | рецептур |
| ЗАВТРАК | 30/15/10 | | | | Ккал | | | | | | | 12.15 | | 7 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом | 30/15/10 | 6,28 | 12,11 | 15,55 | Ккал 196,10 | 0,04 | 0,11 | 71,50 | 0,68 | 158,10 | 112,50 | 12,15 | 0,49 | №3 сб 2017 шк |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркvлесовая молочная с маслом сливочным | 180/5 | 6,28 4,05 | 12,11 5,91 | 15,55 33,82 | Ккал 196,10 186,73 | 0,04 0,16 | 0,11 0,86 | 71,50 33,32 | 0,68 0,51 | 158,10 133,70 | 112,50 210,28 | 63,74 | 0,49 1,55 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркvлесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное | 180/5 50 | 6,28 4,05 4,35 | 12,11 5,91 1,00 | 15,55 33,82 0,35 | Ккал 196,10 186,73 62,50 | 0,04 0,16 0,04 | 0,11 0,86 0,00 | 71,50 33,32 125,00 | 0,68 0,51 0,30 | 158,10 133,70 27,50 | 112,50 210,28 96,00 | 63,74 6,00 | 0,49 1,55 1,25 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркvлесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(caxap)10 | 180/5 50 200 | 6,28 4,05 4,35 4,08 | 12,11 5,91 1,00 3,81 | 15,55 33,82 0,35 7,60 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 | 0,04 0,16 0,04 0,06 | 0,11 0,86 0,00 1.59 | 71,50 33,32 125,00 24,40 | 0,68 0,51 0,30 0,00 | 158,10 133,70 27,50 151,92 | 112,50 210,28 96,00 124,56 | 63,74 6,00 21,34 | 0,49 1,55 1,25 0,45 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(caxap)10 <u>Батон высший сорт</u> | 180/5 50 200 50 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1.45 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 | 63,74 6,00 21,34 6,50 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(caxap)10 <u>Батон высший сорт</u> <u>Итого:</u> | 180/5 50 200 50 540 | 6,28 4,05 4,35 4,08 | 12,11 5,91 1,00 3,81 | 15,55 33,82 0,35 7,60 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 | 0,04 0,16 0,04 0,06 | 0,11 0,86 0,00 1.59 | 71,50 33,32 125,00 24,40 | 0,68 0,51 0,30 0,00 | 158,10 133,70 27,50 151,92 | 112,50 210,28 96,00 124,56 | 63,74 6,00 21,34 | 0,49 1,55 1,25 0,45 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР | 180/5 50 200 50 540 AK | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1.45 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 | 63,74 6,00 21,34 6,50 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> <u>Итого:</u> 2 -ой ЗАВТР | 180/5 50 200 50 540 AK | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1.45 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 | 63,74 6,00 21,34 6,50 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР | 180/5 50 200 50 540 AK 200 200 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1.45 24,28 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,20 20,2 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> <u>Итого:</u> 2 -ой ЗАВТР Некгар плодовый (разливной) | 180/5 50 200 50 540 AK | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1.45 24,28 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 Батон высший сорт Итого: 2 -ой ЗАВГР Некгар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД | 180/5 50 200 50 540 AK 200 200 740,00 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,20 20,20 103,22 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк 2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР Некгар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из белокачаной капусты с яблоками | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 1,00 23,50 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1.45 24,28 0,00 0,00 24,28 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,20 20,2 103,22 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк 2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 Батон высший сорт Итого: 2 -ой ЗАВТР Нектар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из белокачаной капусты с яблоками Суп картофельный с крупой с мясом птицы | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,20 20,2 103,22 6,70 22,72 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 10,12 6,84 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 9,24 1,07 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 8 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР Некгар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из бслокачаной капусты с яблоками Суп картофельный с крупой с мясом птицы Гуляш из куриных грудок | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 50/50 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 12,50 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 20,19 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,2 103,22 6,70 22,72 4,89 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 271,00 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 0,022 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 0,2 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 21,81 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 154,15 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 9,60 20,25 22,03 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 0,59 0,89 3,06 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк 2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 №260 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР Некгар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из бслокачаной капусты с яблоками | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,20 20,2 103,22 6,70 22,72 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 10,12 6,84 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 9,24 1,07 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 8 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркvлесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР Некгар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из бслокачаной капусты с яблоками Суп картофельный с крупой с мясом птицы Гуляш из куриных грудок | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 50/50 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 12,50 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 20,19 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,2 103,22 6,70 22,72 4,89 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 271,00 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 0,022 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 10,12 6,84 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 0,2 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 21,81 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 154,15 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 9,60 20,25 22,03 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 0,59 0,89 3,06 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк 2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 №260 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 <u>Батон высший сорт</u> Итого: 2 -ой ЗАВТР Некгар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из бслокачаной капусты с яблоками Суп картофельный с крупой с мясом птицы Гуляш из куриных грудок Макаронные изделия отварные | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 50/50 150 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 12,50 5,66 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 20,19 0,67 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,2 103,22 6,70 22,72 4,89 31,92 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 271,00 156,30 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 0,02 0,08 0,03 0,06 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 10,12 6,84 0,92 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 9,24 1,07 2,61 0,77 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 21,81 11,19 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 154,15 37,17 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 8 9,60 20,25 22,03 8,62 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 0,59 0,89 3,06 0,85 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк 2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 №203 сб шк 2017 №203 сб шк 2017 стр 144 табл. 6 Дели Плюс |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 Батон высший сорт Итого: 2 -ой ЗАВТР Нектар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из бслокачаной капусты с яблоками Суп картофельный с крупой с мясом птицы Гуляш из куриных грудок Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов (сахар 10) | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 50/50 150 200 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 12,50 5,66 0,66 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 20,19 0,67 0,09 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,20 20,2 103,22 6,70 22,72 4,89 31,92 22,03 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 271,00 156,30 92,80 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 0,022 0,03 0,03 0,06 0,03 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 10,12 6,84 0,92 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 0,00 5,82 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 0,2 1,07 2,61 0,77 0,51 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 21,81 11,19 32,18 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 154,15 37,17 23,44 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 8 9,60 20,25 22,03 8,62 17,46 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 0,59 0,89 3,06 0,85 0,67 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 №260 сб шк 2017 №203 сб шк 2017 №349 сб шк 2017 |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Яйцо отварное Какао с молоком(сахар)10 Батон высший сорт Итого: 2 -ой ЗАВГР Нектар плодовый (разливной) Итого: ОБЕД Салат из белокачаной капусты с яблоками Суп картофельный с крупой с мясом птицы Гуляш из куриных грудок Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов (сахар 10) Хлеб ржаной | 180/5 50 200 50 540 AK 200 740,00 60 200/10 50/50 150 200 50 | 6,28 4,05 4,35 4,08 3,75 22,50 1,00 23,50 0,07 3,92 12,50 5,66 0,66 3,30 | 12,11 5,91 1,00 3,81 1,45 24,28 0,00 0,00 24,28 3,06 6,03 20,19 0,67 0,09 | 15,55 33,82 0,35 7,60 25,70 83,02 20,2 103,22 6,70 22,72 4,89 31,92 22,03 19,80 | Ккал 196,10 186,73 62,50 78,60 131,00 654,93 85 84,8 739,73 54,06 149,80 271,00 156,30 92,80 99,00 | 0,04 0,16 0,04 0,06 0,06 0,35 0,022 0,022 0,022 0,02 0,03 0,03 0,06 0,03 | 0,11 0,86 0,00 1.59 0,00 2,56 4 4 10,12 6,84 0,92 0,73 0,00 | 71,50 33,32 125,00 24,40 0,00 254,22 0 0 0,00 5,82 | 0,68 0,51 0,30 0,00 0,85 2,34 0,2 0,2 0,2 9,24 1,07 2,61 0,77 0,51 0,70 | 158,10 133,70 27,50 151,92 9,50 480,72 14 14 20,09 26,72 21,81 11,19 32,18 14,50 | 112,50 210,28 96,00 124,56 32,50 575,84 14 14 17,61 61,18 154,15 37,17 23,44 75,00 | 63,74 6,00 21,34 6,50 109,73 8 8 8 9,60 20,25 22,03 8,62 17,46 23,50 | 0,49 1,55 1,25 0,45 0,60 4,34 2,8 2,8 0,59 0,89 3,06 0,85 0,67 1,95 | №3 сб 2017 шк №173 сб шк 2017 №209 сб шк 2017 №382 сб шк 2017 стр 1.эч таол. о дели плюс №389 сб 2017 шк №46 сб 2017 дошк №101 сб шк 2017 №203 сб шк 2017 №203 сб шк 2017 №349 сб шк 2017 Стр 144 табл. 6 Дели Плюс |

| | порции | | | | ценность | DI,MI | C,MI | A,MKI | E,MI | CH | r | 1V18 | Le | рецептур |
|---|----------------|------------------|--------------|----------------|-----------------|----------------|--------------|------------|--------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|--|
| 3ABTPAK | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | | | | | | | | | редентур |
| Бутерброд с маслом | 30/10 | 2,33 | 8,12 | 15,55 | 144,60 | 0,03 | 0,00 | 40,00 | 0,62 | 8.10 | 22,50 | 3,90 | 0,38 | №1 сб 2017 шк |
| Запеканка творожная с молоком стущенным | 120/30 | 5,30 | 5.54 | 10,50 | 186,80 | 0,09 | 0,61 | 109,20 | 0,70 | 271,52 | 320,24 | 38,50 | 1,04 | №223 СБ 2017 шк |
| | | , and the second | | | , | | | , | | , | | , | , | |
| Блины с маслом сливочным Чан с сахаром | 45/5 190/10 | 2,43 0,38 | 0,95 0,10 | 11,60 10,06 | 99,14 42,66 | 0,05 0,0019 | 0,00 0,19 | 29,14 0 | 0,73 0 | 11,01 18,939 | 29,90 15,656 | 8,59 8,36 | 0,50 1,588 | ТТК №656 от 28.04.2020 №376 сб 2017 шк |
| Фрукты свежие (Банан) | 120 | 1,80 | 0,60 | 9,20 | 115,20 | 0,05 | 12,00 | 0,00 | 0,48 | 9,60 | 33,60 | 50,40 | 0,72 | стр. 184 табл.9 Дели +,2012г |
| Батон высший сорт | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 | 0,055 | 0 | 0 | 0,85 | 9,5 | 32,5 | 6,5 | 0,6 | стр 134 табл. 6 Дели Плюс |
| Итого: | 610 | 15,99 | 16,76 | 82,61 | 549,80 | 0,28 | 12,80 | 178,34 | 3,37 | 328,67 | 454,40 | 116,24 | 4,83 | 1 |
| 2 - он ЗАВТР. | | | | | | | ,,,,, | | | | | | , | |
| | 20 | 1.04 | 2.02 | 12.64 | 92.20 | 0,03 | 0.00 | | 1,30 | F 20 | 21.40 | 5,00 | 0.20 | |
| Крекер Молоко кипяченное | 200 | 1,84 5,80 | 2,82 5,00 | 12,64 9,60 | 83,20 107,00 | 0,03 | 0,00 2,60 | 40,00 | 1,30 | 5,20 240,00 | 21,40 180,00 | 28,00 | 0,28 0,20 | №385 СБ шк 2017 |
| Итого: | 220 | 7,64 | 7,82 | 22,24 | 190,20 | 0,11 | 2,60 | 40,00 | 1,30 | 245,20 | 201,40 | 33,00 | 0,48 | |
| | 830 | 23,63 | 24,58 | 104,85 | 740,00 | 0,39 | 15,40 | 218,34 | 4,67 | 573,87 | 655,80 | 149,24 | 5,31 | |
| ОБЕД | | 20,00 | 2.5,00 | 201,00 | | 2,01 | 29,10 | 220,22 | -,,,, | 0.000 | | | 0,01 | |
| Салат из отварной свеклы с маслом растительным | 60 | 0,84 | 3,61 | 4,96 | 55,68 | 0,01 | 3,99 | | 1,62 | 21,28 | 24,38 | 12,42 | 0,79 | №52 сб 2017 шк |
| Рассольник ленинградский с мясными | | | | | | | | | ,- | | | | | |
| фрикадельками, со сметаной | 200/22/10 | 7,02 | 11,66 | 19,02 | 200,64 | 0,09 | 7,26 | 22,80 | 2,11 | 43,91 | 87,56 | 24,70 | 1,17 | №96, 105 сб 2017 шк |
| Рыба тушеная с овощами | 60/30 | 10,43 | 11,62 | 9,04 | 180,33 | 0,04 | 3,05 | 25,66 | 2,06 | 131,26 | 189,75 | 44,32 | 0,75 | №229 сб 2017 шк |
| Пюре картофельное с капустой тушеной | | | | | | | | | | | | | | №312, 139 шк 2017 сб |
| (доп.гарнир) | 150/30 | 3,68 | 5,91 | 32,81 | 213,35 | 0,15 | 23,28 | 0,00 | 0,77 | 54,60 | 98,80 | 34,01 | 1,26 | №312, 139 IIIK 2017 CO |
| Напиток из шиповника (напиток из шиповникаЮ) | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,20 | 0,01 | 100,00 | 0,00 | 0,76 | 21,34 | 3,44 | 3,44 | 0,63 | №388 шк 2017 сб |
| V6 | | | | 10.00 | | | | · · | 0.70 | 1450 | 75.00 | 22.50 | 1.05 | 144 6 6 T II |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,70 | 14,50 | 75,00 | 23,50 | 1,95 | стр 144 табл. 6 Дели Плюс ?П1?г |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 | стр 134 табл. 6 Дели Плюс |
| Итого: | 862 | 29,75 | 34,07 | 130,99 | 954,70 | 0,44 | 137,59 | 48,46 | 8,56 | 296,89 | 511,43 | 149,39 | 7,11 | |
| ВСЕГО: | 1692,00 | 53,38 | 58,65 | 235,83 | 1694,70 | 0,83 | 152,99 | 266,80 | 13,24 | 870,76 | 1167,24 | 298,63 | 12,42 | |
| День 4 - ын | | 1 | 1 | 1 | | 1 | | | Į. | | 1 | -1 | | |
| Наименование блюд и продуктов | Macca | Пиі | щевые веще | ства | Энергетическая | | | | | | | | | Сборник |
| | порции | | | | ценность | В1,мг | С,мг | А,мкг | Е,мг | Ca | P | Me | Ee | рецептур |
| ЗАВТРАК | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром, с маслом Каша "Дружба" молочная | 30/15/10 | 6,28 | | | 196,10 | 0,04 | 0,11 | 71,50 | | 158,10 | 11250 | 12,15 | | |
| Кофейный напиток с молоком (сахар 10) Фрукты свежие (Яблоки) | 180/4 | 4,43 | 12,11 | 15,55 | 188,20 | 0,09 | 0,86 | 29,32 | 0,68 | 118,84 | 112.50 139,55 | 33.50 | 0,49 | |
| Батон высший сорт | 200 | 3,17 | 2,54 2,68 | 28,07 5,97 | 60,60 | 0,04 | 1,30 | 20,00 | 0,11 0,00 | 125,48 | 90,00 | 14,00 | 0.72 0,10 | №3 сб 2017 шк ТТК №7Д |
| | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | 0,036 | 12 | 0 | 0,00 | 19,2 | 13,2 | 10,8 | 2,64 | №379 шк 2017 сб №338 сб 2017 шк стр 134 табл. |
| | 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 | 6 Дели Плюс |
| Итого: | 609 | 18,10 | 19,26 | 87,05 | 632,30 | 0,26 | 14,27 | 120,82 | 1,88 | 431,12 | 387,75 | 76,95 | 4,55 | |
| 2 - ой ЗАВТР. | AK | | | | | | | | | | | | | |
| Катык | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 0,04 | 0,06 | 36,00 | 0,00 | 223,20 | 165,60 | 25,20 | 0,18 | №386 шк 2017 сб |
| Итого: | 200 | 5,8 | 5 | 9,6 | 107 | 0,036 | 0,063 | 36 | 0 | 223,2 | 165,6 | 25,2 | 0,18 | |
| ОБЕД | 809,00 | 23,90 | 24,26 | 96,65 | 739,30 | 0,30 | 14,33 | 156,82 | 1,88 | 654,32 | 553,35 | 102,15 | 4,73 | |
| Зеленый горошек к/с доп. гарнир | 50 | 1,55 | 0,10 | 2.25 | | 0.06 | | 0,00 | 0,10 | 10.00 | 31.0 | 10.50 | 0,35 | |
| Суп - лапша домашняя на курином бульоне | | | | 3,25 | 20.00 | 0,06 | | | · | 10,00 | | | | №10 дошк 2016 сб №113 шк |
| с мясом птицы | 200/10 | 9,39 | 12,29 | 25,33 | 20,00 | 0,04 | 5.0 | 15,82 | 2,15 | 28,20 | 47,20 | 10,57 | 0,71 | |
| Овощи тушеные с говяжьим фаршем Нектар плодовый | 50/150 | 12,01 | 17,53 | 35,88 | 255.80 | 0,02 | 0,64 | 31,25 | 0,09 | 54,33 | 156,42 | 33,10 | 1,87 | 2017 сб |
| (разливной) | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 321,45 | 0,02 | 14,26 | 0,00 | 0,20 | 14.0 | 14.00 | 8,00 | 2,80 | № 143, 241 шк 2017 сб |
| Хлеб ржаной Хлеб пшеничный | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 84.80 | 0,09 | 4.0 | 0,00 | 0,70 | 14,50 | 75.0 | 23.50 | 1,95 | №389 сб 2017 шк стр 144 табл. 6 Дели Плюс |
| | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 99,00 117,50 | 0,06 | 0,00 0,00 | 0,00 | 0,55 | 10.00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 | отр 134 таол. 6 дели Плюс |
| Итого: | 760 | 31,05 | 30,92 | 129,06 | 898,55 | 0,28 | 23,90 | 47,07 | 3,79 | 131,03 | 356,12 | 92,67 | 8,23 | |
| пггл. | | _ | _ | _ | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |

Macca

порции

Наименование блюд и продуктов

Пищевые вещества

Энергетическая

ценность

Е,мг

А,мкг

С,мг

В1,мг

Сн

P

M₈

Ee

Сборник

| | порции | | | | ценность | В1,мг | С,мг | А,мкг | Е,мг | Ca | P | Më | Ee | рецептур |
|---|-------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-----------------|----------------|--------------|---|
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | | | | | | | | | |
| 3ABTPAK | | | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 30/10 | 2,33 | 8,12 | 15,55 | 144,60 | 0,03 | 0,00 | 40,00 | 0,62 | 8,10 | 22,50 | 3,90 | 0,38 | №1 сб 2017 шк |
| Каша манная молочная | 180/4 | 8,66 | 8,02 | 19,08 | 192,90 | 0,07 | 1,05 | 32,20 | 0,41 | 119,19 | 104,87 | 18,27 | 0,41 | №181 сб 2017 шк |
| Яйцо отварное | 50 | 4,35 | 1,00 | 0,35 | 62,50 | 0,04 | 0,00 | 125,00 | 0,30 | 27,50 | 96,00 | 6,00 | 1,25 | №209 сб шк2017 |
| Чай с молоком, с сахаром | 150/40/10 | 1,46 | 1,08 | 11,96 | 63,70 | 0,02 | 0,67 | 8,00 | 0,00 | 63,02 | 48,36 | 12,20 | 1,30 | №378 СБ шк 2017 |
| Фрукты свежие (Яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | 0,04 | 12,00 | 0,00 | 0,24 | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 | №338 сб 2017 шк |
| Батон высший сорт | 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 | <лр таол. о дели плюс |
| Итого: | 644 | 21.03 | 23,15 | 84,40 | 651,10 | 0,25 | 13,72 | 205,20 | 2,42 | 246,51 | 317,43 | 57,67 | 6,58 | |
| 2 - ой ЗАВТЕ | PAK | | | | , | | | | | | | | | |
| Нектар плодовый (разливной) | 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 | №389 сб 2017 шк |
| Итого: | 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 | |
| | 844,00 | 22,03 | 23,15 | 104,60 | 735,90 | 0,27 | 17,72 | 205,20 | 2,62 | 260,51 | 331,43 | 65,67 | 9,38 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокачаной капусты с морковью | 60 | 0,79 | 1,95 | 3,88 | 36,24 | 0,01 | 10,26 | 0,00 | 5,03 | 14,98 | 16,98 | 9,05 | 0,28 | №45 сб 2017 шк |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200/22 | 6,02 | 11,20 | 13,57 | 148.84 | 0,11 | 10,12 | 12,80 | 1,22 | 36,15 | 98.26 | 29.58 | 1,37 | №97 шк 2017 сб |
| Биточки рыбные из минтая | 90 | 10,63 | 7,38 | 10,26 | 171.00 | 0.07 | 0.59 | 8,46 | 4,52 | 64,69 | 166,91 | 37,03 | 1,31 | №234 шк 2017 сб |
| Макаронные изделия с овощами | 180 | 6,21 | 7,19 | 34,23 | 226,08 | 0,09 | 3,25 | 0,00 | 3,77 | 23,30 | 61,06 | 20,81 | 1,24 | №205 сб 2017 шк |
| (Компот из свежих яблок (сахар 10) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,08 | 14,18 | 4,40 | 5,14 | 0,95 | №342 сб 2017 шк |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,70 | 14,50 | 75,00 | 23,50 | 1,95 | стр 144 таол. о дели 1 ипос |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 | стр 134 табл. 6 Дели 11люс |
| Итого: | 852 | 30,90 | 28,88 | 134,22 | 913,26 | 0,44 | 25,13 | 21,26 | 15,88 | 177,81 | 455,11 | 132,11 | 7,66 | |
| ВСЕГО: | 1696,00 | 52,93 | 52,03 | 238,81 | 1649,16 | 0,71 | 42,85 | 226,46 | 18,50 | 438,31 | 786,55 | 197,78 | 17,04 | |
| День 6 - ый | | | - | | | | 1 | | | 1 | | 1 | II. | |
| Наименование блюд и продуктов | Macca | Пип | цевые вещ | ества | Энергетическая | | | | | | | | | Сборник |
| . , | порции | | | | ценность | В1,мг | С,мг | А,мкг | Е,мг | Ca | P | M8 | Ee | рецептур |
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | | | | | | | | | |
| 3ABTPAK | | | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 30/10 | 2,33 | 8,12 | 15,55 | 144,60 | 0,03 | 0,00 | 40,00 | 0,62 | 8,10 | 22,50 | 3,90 | 0,38 | №1 сб 2017 шк |
| Каша кукурузная молочная | 150 | 4,11 | 3,99 | 26,59 | 161,00 | 0,07 | 0,72 | 11,10 | 0,22 | 102,05 | 112,96 | 23,71 | 1,25 | №174 сб 2017 шк |
| Блины с маслом сливочным Какао с молоком(сахар)10 | 45/5 200 | 2,43 4,08 | 0,95 3,81 | 11,60 7,60 | 99,14 78,60 | 0,05 0,06 | 0,00 1,59 | 29,14 24,40 | 0,73 0,00 | 11,01 151,92 | 29,90 124,56 | 8,59 21,34 | 0,50 0,45 | ТТК №656 от 28.04.2020 №382 сб шк 2017 |
| Фрукты свежие (Банан) | 120 | 1,80 | 0,60 | 9,20 | 115,20 | 0,06 | 1,39 | 0,00 | 0,00 | 9,60 | 33,60 | 50,40 | 0,43 | №382 со шк 2017 стр. 184 табл.9 Дели +,2012г |
| Батон высший сорт | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 | 0,05 | 0.00 | 0.00 | 0,46 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 | стр. 164 таол. 9 дели +,20121 стр 1 таол. 0 дели 11люс |
| Итого: | 610 | 18,40 | 18,92 | 96,24 | 630,40 | 0,31 | 14,31 | 104,64 | 2,89 | 292,18 | 356,02 | 114,44 | 3,89 | стр т таом о дем тимос |
| 2 - ой ЗАВТР | | 10,40 | 10,72 | 70,24 | 030,40 | 0,51 | 14,51 | 104,04 | 2,07 | 272,10 | 550,02 | 114,44 | 3,07 | |
| Ряженка | 200 | 5.80 | 5.00 | 8,40 | 102.00 | 0.04 | 0,60 | 28,00 | | 248.00 | 184.00 | 28.00 | 0.20 | №386 шк 2017 сб |
| Итого: | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 102 | 0.04 | 0,6 | 28 | 0 | 248 | 184 | 28 | 0,20 | 14-500 mk 2017 co |
| | 810,00 | 24,20 | 23,92 | 104,64 | 732,40 | 0,35 | 14,91 | 132,64 | 2,89 | 540,18 | 540,02 | 142,44 | 4,09 | 0,00 |
| ОБЕД | | | | | · | | | | | | | | | · |
| Салат из моркови | 60 | 0,74 | 0.06 | 10,89 | 49.02 | 0.03 | 2,02 | 0,00 | 8.04 | 15,46 | 31,66 | 21,63 | 0,40 | №62 сб 2017шк |
| Суп из овощей на курином бульоне с | 200/22/10 | 6,68 | 9,57 | 7,75 | 150,04 | 0,03 | 8,86 | 22,80 | 2,09 | 48,47 | 81,60 | 21,96 | 1,05 | 11-02 CO 2017 MK |
| мясными фрикадельками , со сметаной | | 1.5-0 | 10.00 | FC 00 | 4.40.00 | 0.10 | 0.1- | 25.22 | 0.10 | 45.50 | 00 | 45. 10. | 0.00 | V-001 |
| Плов из куриных грудок Нектар плодовый (разливной) | 250 200 | 16,52 1,00 | 19,80 0,00 | 52,80 20,20 | 443,33 84,80 | 0,18 0,02 | 8,17 4,00 | 35,00 0,00 | 0,68 0,20 | 45,12 14,00 | 236,67 14,00 | 67,42 8,00 | 2,33 2,80 | №291 шк 2017 сб №389 сб 2017 шк |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,70 | 14,50 | 75,00 | 23,50 | 1,95 | стр 144 табл. 6 Дели Плюс |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 | стр 134 таол. о дели 1 шос |
| Итого: | 842 | 31,04 | 30,43 | 135,04 | 943,69 | 0,45 | 23.04 | 57,80 | 12,27 | 147,54 | 471,43 | 149,51 | 9,09 | |
| 111010. | 072 | 51,04 | 50,43 | 100,04 | 7-10,07 | 0,73 | 20,04 | 37,00 | 14,41 | 1-17,5-1 | 771,70 | 1-17,31 | 2,03 | |

Наименование блюд и продуктов

ВСЕГО:

Macca

1652,00

55,24

54,35

239,68

1676,09

0,80

37,95

190,44

15,16

687,73

1011.45

291.94

13.18

Пищевые вещества

Энергетическая

Сборник

| | Macca | Пип | цевые веще | ества | Энергетическая | | | | | | | | | Сборник |
|---|-----------|----------|------------|----------|----------------|-----------|-----------|-------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------------------|
| Наименование блюд и продуктов | порции | | I | ı | ценность | В1,мг | С,мг | А,мкг | Е,мг | Ca | P | м& | Pe | рецептур |
| | | белки | жиры | угл-ды | Ккал | | | | | | | | | редентур |
| 3ABTPAK | | | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром,с маслом | 30/15/10 | 6,28 | 12,11 | 15,55 | 196,10 | 0,04 | 0,11 | 71,50 | 0,68 | 158,10 | 112,50 | 12,15 | 0,49 | №3 сб 2017 шк |
| Запеканка творожная с молоком сгущенным | 120/30 | 5,30 | 5,54 | 10,50 | 186,80 | 0,09 | 0,61 | 109,20 | 0,70 | 271,52 | 320,24 | 38,50 | 1,04 | №223 СБ 2017 шк |
| Чай с сахаром с лимоном | 185/10/5 | 0,13 | 0,02 | 10,20 | 42,00 | 0,12 | 2,00 | 51,70 | 4,02 | 34,97 | 301,50 | 52,71 | 3,56 | №377 СБ 2017,шк |
| Фрукты свежие (Яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | 0,036 | 12 | 0 | 0,24 | 19,2 | 13,2 | 10,8 | 2,64 | №338 сб 2017 шк |
| Батон высший сорт | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 | 0,055 | 0 | 0 | 0,85 | 9,5 | 32,5 | 6,5 | 0,6 | счр таил, о дели плюс |
| Итого: | 575 | 15,94 | 19,60 | 89,26 | 612,30 | 0,34 | 14,72 | 232,40 | 6,48 | 493,29 | 779,94 | 120,66 | 8,32 | |
| 2 - ой ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченное | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 0,08 | 2,60 | 40,00 | | 240,00 | 180,00 | 28,00 | 0,20 | №385 СБ шк 2017 |
| Итого: | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 0,08 | 2,60 | 40,00 | 0,00 | 240,00 | 180,00 | 28,00 | 0,20 | |
| | 775 | 21,94 | 24,60 | 98,86 | 719,30 | 0,4198 | 17,317 | 272,4 | 6,481 | 733,289 | 959,939 | 148,656 | 8,5245 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы соленые (доп гарнир) | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,51 | 3,00 | 0,01 | 1,05 | 0,00 | 0,03 | 6,90 | 7,20 | 4,20 | 0,18 | №70 СБ шк 2017 |
| Суп гороховый с фрикадельками из птицы и гренками | 200/11/10 | 3,18 | 6,82 | 16,18 | 143,84 | 0,27 | 0,91 | 4,35 | 18,03 | 51,07 | 101,42 | 36,39 | 2,58 | №119 шк 2017 сб |
| Котлета из говядины с маслом сливочным | 90/3 | 14,87 | 13,00 | 14,34 | 218,30 | 0,08 | 1,08 | 18,32 | 2,61 | 14,30 | 151,03 | 25,15 | 2,34 | №271 шк 2017 сб |
| Картофель запеченный дольками | 180 | 4,90 | 10,58 | 37,94 | 273,60 | 0,25 | 26,10 | 0,00 | 8,10 | 25,65 | 127,42 | 48,35 | 1,78 | №314 сб 2017 шк |
| Компот из сухофруктов (сахар 10) | 200 | 0,66 | 0,09 | 22,03 | 92,80 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,51 | 32,18 | 23,44 | 17,46 | 0,67 | №349 сб шк 2017 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 19,80 | 99,00 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,70 | 14,50 | 75,00 | 23,50 | 1,95 | стр 144 таол. о дели плюс |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 | стр <i>ИЧ</i> таол. о дели плюс |
| Итого: | 824 | 30,95 | 31,52 | 135,41 | 948,04 | 0,76 | 29,87 | 22,67 | 30,53 | 154,60 | 518,01 | 162,05 | 10,05 | |
| ВСЕГО: | 1599 | 52,68406 | 56,124 | 234,2709 | 1667,34 | 1,1756071 | 47,184499 | 295,0701312 | 37,010104 | 887,88983 | 1477,9504 | 310,70311 | 18,570542 | |
| ВСЕГО ЗА 7 ДЕНЬ | 11354,00 | 374,60 | 387,84 | 1638,28 | 11637,49 | 5,57 | 388,70 | 1612,10 | 126,17 | 4922,56 | 7232,66 | 1754,17 | 107,35 | |
| В среднем на 1 учащегося в день | 1622 | 53,51 | 55,41 | 234,04 | 1662,50 | 0,80 | 55,53 | 230,30 | 18,02 | 703,22 | 1033,24 | 250,60 | 15,34 | |