

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

| | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | Калорий- ность, ккал | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------|---------------|---------------|-----------------|----------------------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| | 1-ая неделя | | | | | | | | | |
| | 1 день | | | | | | | | | |
| Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 256бор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 50\50 | 10,5 | 11,03 | 3,184 | 196 | 66,806 | 215,174 | 30,164 | 1,43 |
| № 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 150 | 7,11 | 3,36 | 35,12 | 171,5 | 37,2 | 127,3 | 84,3 | 2,85 |
| № 379 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 13,6 | 22,13 | 11,73 | 0,1 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 22,840 | 15,430 | 84,234 | 583,800 | 152,306 | 415,204 | 150,194 | 8,530 |
| | 2 день | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------|-------------|
| №52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,80 |
| № 265 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 150 | 14,14 | 11,7 | 13,97 | 214,34 | 22,61 | 205,26 | 36,88 | 2,33 |
| № 382 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 | 152,22 | 111,11 | 21,34 | 0,48 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | | 19,33 | 58,33 | 495,28 | 206,62 | 391,550 | 81,26 | 4,46 |
| | 3 день | | | | | | | | | |
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 105 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70\50 | 10,6 | 9,85 | 4,065 | 223 | 100,53 | 110,071 | 0,077 | 1 |
| № 202 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 | 5,46 | 5,79 | 30,45 | 195,7 | 12,14 | 57,009 | 8,14 | 0,81 |
| № 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 14,2 | 1,54 | 2,4 | 0,36 |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 20,890 | 16,700 | 86,175 | 657,000 | 161,570 | 219,220 | 34,617 | 6,320 |
| 4 день | | | | | | | | | | |
| №52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,80 |
| № 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | 100 | 8,062 | 5,3 | 9,362 | 145 | 44,02 | 137,06 | 12 | 0 |
| № 128 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,26 | 9,62 | 18,89 | 181,5 | 43,74 | 98,835 | 28,77 | 1,08 |
| № 379Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 13,6 | 22,13 | 11,73 | 0,1 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 16,812 | 19,010 | 64,502 | 528,840 | 133,150 | 333,205 | 75,540 | 2,830 |
| 5 день | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 253 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 12,8 | 6,712 | 24,4 | 199 | 89,43 | 158 | 0,64 | 0,3 |
| № 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,7 | 2,4 | 84,15 | 19 | 0,53 |
| № 379Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,9 | 100,6 | 125,78 | 132 | 14 | 0,13 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 24,320 | 15,802 | 113,440 | 685,600 | 252,310 | 424,750 | 57,640 | 5,110 |
| | 6 день | | | | | | | | | |
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 50/150 | 12,3 | 17,66 | 29,85 | 313 | 57,66 | 201,911 | 26,394 | 0,111 |
| № 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 | 152,22 | 111,11 | 21,34 | 0,48 |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------|------------------|----|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 21,080 | 22,240 | 83,890 | 607,900 | 244,580 | 363,621 | 71,734 | 4,741 |

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

| | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | Калорий- ность, ккал | Са, мг | Р, мг | Mg, мг | Fe, мг |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------|---------------|---------------|-----------------|----------------------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| | 2-ая неделя | | | | | | | | | |
| | 1 день | | | | | | | | | |
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 120 | 17,46 | 20,14 | 3,46 | 265 | 21,81 | 56,9 | 22,03 | 3,06 |
| № 128 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,26 | 9,62 | 18,89 | 181,5 | 43,74 | 98,835 | 28,77 | 1,08 |
| № 379Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 13,6 | 22,13 | 11,73 | 0,1 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 25,950 | 30,800 | 68,280 | 662,800 | 113,850 | 228,465 | 86,530 | 8,390 |
| | 2 день | | | | | | | | | |
| №52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,80 |

| | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
| № 291 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 50/150 | 14,51 | 14,71 | 28,34 | 364 | 83,07 | 273 | 205,26 | 2,33 |
| № 291 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 | 152,22 | 111,11 | 21,34 | 0,48 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 23,55 | 22,34 | 72,7 | 644,94 | 267,08 | 459,290 | 249,64 | 4,46 |
| | 3 день | | | | | | | | | |
| № 338 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 234 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | 100 | 8,062 | 5,3 | 9,362 | 145 | 44,02 | 137,06 | 12 | 0 |
| № 379 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 150 | 7,11 | 3,36 | 35,12 | 171,5 | 37,2 | 127,3 | 84,3 | 2,85 |
| № 377 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 | 14,2 | 1,54 | 2,4 | 0,36 |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 20,002 | 9,720 | 96,142 | 554,800 | 130,120 | 316,500 | 122,700 | 7,360 |
| 4 день | | | | | | | | | | |
| №25 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,819 | 6,049 | 4,807 | 77 | 20,209 | 23,607 | 12,016 | 0,77 |
| № 338 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж- | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 105Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70\50 | 10,6 | 9,85 | 4,065 | 223 | 100,53 | 110,071 | 0,077 | 1 |
| № 202Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 | 5,46 | 5,79 | 30,45 | 195,7 | 12,14 | 57,009 | 8,14 | 0,81 |
| № 379 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,9 | 100,6 | 125,78 | 132 | 14 | 0,13 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 24,749 | 25,409 | 91,682 | 772,600 | 293,359 | 373,287 | 58,233 | 6,855 |

| 5 день | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------|--------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 295 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 12,8 | 6,712 | 24,4 | 199 | 89,43 | 158 | 0,64 | 0,3 |
| № 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,7 | 2,4 | 84,15 | 19 | 0,53 |
| № 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 | 152,22 | 111,11 | 21,34 | 0,48 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 25,230 | 16,662 | 115,120 | 703,600 | 278,750 | 403,860 | 64,980 | 5,460 |
| 6 день | | | | | | | | | | |
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,3 | 24 | | 13,5 | 3,3 |
| № 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | РАГУ ИЗГОВЯДИНЫ | 50/150 | 18,7 | 22,8 | 18,8 | 355 | 46,78 | | 43,22 | 2,84 |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------|------------------|-----|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| № 379 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 13,6 | 22,13 | 11,73 | 0,1 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ | 30 | 2,8 | 0,24 | 14,76 | 71 | 6 | 29,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 7 | 35 | 4,7 | 21,1 | 6,3 | 0,52 |
| | Итого: | | 23,930 | 23,840 | 64,730 | 571,300 | 95,080 | 72,730 | 78,950 | 7,090 |