

## Меню для обучающихся 1-11 класс

### Неделя 2 день 4

#### Завтрак

|  |  |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |               |             |
|--|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| ТТК  | Тефтели куриные с гречневой крупой в сметанно-томатном соусе | 60/40      | 3,17         | 5,19         | 9,85         | 118,01        | 0,07        | 0,28         | 29,62        | 0,46        | 61,68         | 92,80         | 26,56         | 1,04        |
| № 203 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж./Дели 2017                 | Макаронные изделия отварные                                  | 200        | 7,36         | 6,02         | 35,26        | 224,60        | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 1,29        | 6,48          | 49,56         | 28,16         | 1,47        |
| № 376 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж./Дели 2017                 | Чай "Витаминный" с шиповником                                | 185/10/5   | 0,24         | 0,09         | 12,43        | 54,20         | 0,00        | 50,03        | 0,00         | 0,19        | 13,95         | 3,65          | 2,25          | 0,42        |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания 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 144 , 2012 Дели + | Хлеб ржаной  | 30         | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40         | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,42        | 8,70          | 45,00         | 14,10         | 1,17        |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>560</b> | <b>18,19</b> | <b>17,48</b> | <b>74,33</b> | <b>526,71</b> | <b>0,29</b> | <b>50,58</b> | <b>59,24</b> | <b>3,14</b> | <b>158,48</b> | <b>303,32</b> | <b>101,83</b> | <b>5,48</b> |

#### Дотация (для учащихся 5-11 классов)

|  |                           |                |             |            |            |             |              |            |            |            |            |             |             |             |            |
|--|---------------------------|----------------|-------------|------------|------------|-------------|--------------|------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
|  |                           | <b>ЧЕТВЕРГ</b> |             |            |            |             |              |            |            |            |            |             |             |             |            |
| ТТК  | Булочка "Домашняя"        | 50             |             | 3,64       | 6,26       | 22,0        | 159          | 0,06       | 0          | 2,0        | 2,33       | 9,9         | 35          | 13,7        | 0,65       |
| № 344 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж./Дели 2017 | Напиток из свежих фруктов | 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       |
|  | <b>Итого:</b>             | <b>250</b>     | <b>9,20</b> | <b>3,8</b> | <b>6,4</b> | <b>49,8</b> | <b>273,6</b> | <b>0,1</b> | <b>0,9</b> | <b>2,0</b> | <b>2,4</b> | <b>24,1</b> | <b>39,4</b> | <b>18,8</b> | <b>1,6</b> |

#### Обед (для учащихся ГПД)

|   |               |            |              |             |              |               |             |             |             |             |              |               |              |             |
|---|---------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Суп картофельный с фасолью, с мясными фрикадельками | 250/22        | 9,51       | 7,92         | 16,30       | 176,39       | 0,17          | 5,92        | 4,40        | 2,58        | 55,01       | 183,66       | 45,38         | 2,15         |             |
| Чай с сахаром                                       | 190/10        | 0,07       | 0,02         | 10          | 40,00        |               | 0,03        |             |             | 10,95       | 2,8          | 1,4           | 0,26         |             |
| Хлеб ржаной   | 30            | 1,98       | 0,36         | 11,88       | 59,40        | 0,03          | 0,00        | 0,0         | 0,28        | 5,8         | 30           | 9,4           | 0,78         |             |
|   | <b>Итого:</b> | <b>502</b> | <b>11,56</b> | <b>8,30</b> | <b>38,18</b> | <b>275,79</b> | <b>0,20</b> | <b>5,95</b> | <b>4,40</b> | <b>2,86</b> | <b>71,76</b> | <b>216,46</b> | <b>56,18</b> | <b>3,19</b> |

#### Ужин (для учащихся ГПД)

|  |   |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
|--|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| ТТК  | Котлета из мяса птицы с картофельное пюре, с маслом сливочным | 90/150/3   | 13,28        | 18,58        | 34,26        | 348,45        | 0,23        | 19,10        | 54,26        | 2,72        | 115,28        | 172,28        | 46,47        | 2,27        |
| № 376 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ.учреж./Дели 2017                 | Чай с сахаром, с яблоком                                      | 180/10/10  | 0,11         | 0,06         | 10,98        | 44,70         | 0,00        | 1,03         | 0,00         | 0,02        | 12,55         | 3,90          | 2,30         | 0,48        |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134 , 2012 Дели +  | 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 144 , 2012 Дели + | Хлеб ржаной   | 30         | 1,98         | 0,36         | 11,88        | 59,40         | 0,05        | 0,00         | 0,00         | 0,42        | 8,70          | 45,00         | 14,10        | 1,17        |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>603</b> | <b>18,69</b> | <b>19,26</b> | <b>76,76</b> | <b>547,55</b> | <b>0,32</b> | <b>29,03</b> | <b>54,26</b> | <b>3,48</b> | <b>185,53</b> | <b>285,18</b> | <b>91,67</b> | <b>5,84</b> |