

«СОГЛАСОВАНО»

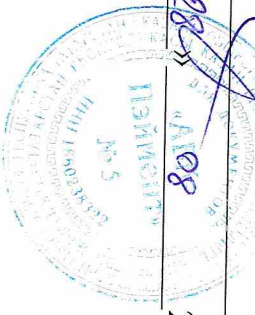
«__» _____ 2023 г

«СОГЛАСОВАНО»

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

«__» _____ 2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

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

«__» _____ 2023 г

ООО «АБК-Пэймент»

Примерное циклическое 2-х разовое меню для учащихся старших классов (от 12 до 18 лет) общеобразовательных организаций Нижнекамского района.

ООО "АБК-Пэймент"

Духищелтельное меню для учащихся старших классов с 12 лет и старше школ Нижнекамского района на осенне-зимний период 2023-2024 г.

(общеобразовательные организации с режимом обучения до 6 часов)

1 - ая неделя

№ Сборник рецептов

Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячий завтрак(старшине)

№	Тех	Выход	Стоит-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
	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 Деин+*	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.состава и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Деин+*	Хлеб ржаной	40		2,64	0,48	15,84	79,2	0,06	0	0	0,56	11,6	60	18,8	1,56
	Итого:	553		22,85	23,48	90,98	695,64	0,26	1,07	63,40	4,88	88,18	222,34	70,54	4,87

Дополнительное питание

Ж/М/2017г.	Пи из св.капусты с картофелем, со сметаной	200/5		3,90	5,70	8,08	97,85	0,06	15,80	5,00	2,37	53,65	52,05	22,58	0,84
№ 175/2017г.	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	200/5		12,16	10,60	28,10	261,10	0,08	0,71	28,50	0,12	99,01	116,27	31,91	0,69
№ 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
Хим.состава и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Деин+*	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
	Итого:	685		17,84	16,62	54,28	442,47	0,18	19,34	33,50	2,85	173,96	210,22	68,64	2,85

ВТОРНИК

Горячий завтрак(старшине)

№	Тех	Выход	Стоит-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
№143,241/2017г.	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.гварнир)	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 яблоч	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 Деин+*	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.состава и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Деин+*	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
	Итого:	550		23,24	21,94	93,84	662,05	0,15	22,44	44,66	1,01	123,79	303,50	83,80	4,71

Дополнительное питание

№96/2017г.	Рассольник Ленинградский	250		8,74	13,82	11,98	207,25	0,09	8,38	0,00	2,35	29,15	56,73	24,18	0,93
Ж/172/2017г.	Каша геркулесовая молочная	200		8,23	8,26	32,90	229,94	0,18	0,96	14,80	0,52	147,22	231,98	70,82	1,20
ТТК от 4.03.22г	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

табл 6 стр 134, 2012 Деин+*

Хлеб пшеничный

Итого:	675	101,40	22,01	24,96	67,16	566,04	0,34	10,64	34,80	3,15	307,15	394,96	112,50	2,53
---------------	------------	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	--------------	--------------	-------------	---------------	---------------	---------------	-------------

СРЕДА

Горячий завтрак(старшие)

об рел. Стр. 186, таб. 9/2012г.

Фрукты (яблоки)
Плов из куриной грудки(50/200)

№29/2017г.

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

табл. 6 стр. 134, 2012 Деян+
Хлеб состоит и калорийность
российских продуктов
питания табл. 6 стр. 134,
2012 Деян +

Хлеб ржаной

№37/2017г.

Дополнительное питание

Суп - лапша домашняя с картофелем

№13/2017г.

Каша молочная гречневая с маслом сливочным

№43/2017г.

Кисель

Хлеб состоит и калорийность
российских продуктов
питания табл. 6 стр. 134,
2012 Деян +

Хлеб ржаной

№38/2017г.

Итого:

101,40

ЧЕТВЕРГ

Горячий завтрак(старшие)

Запеканка картофельная с мясом с маслом
сливочным

№24 / 2017г.

Морковь порц.(доп.гарнир)

№ 38/2017

Напиток из шиповника

табл. 6 стр. 134, 2012 Деян+
Хлеб состоит и калорийность
российских продуктов
питания табл. 6 стр. 134,
2012 Деян +

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

№24 / 2017г.

Дополнительное питание

Борщ из свежей капусты с картофелем

№ 82/2017г.

Каша пшеничная молочная

№ 173/2017г.

Какао с молоком

табл. 6 стр. 134, 2012 Деян+
Хлеб состоит и калорийность
российских продуктов
питания табл. 6 стр. 134,
2012 Деян +

Хлеб пшеничный

Итого:

101,40

ПЯТНИЦА

Горячий завтрак(старшие)

Печенье

таб. 6 стр. 136/2012г.

Птица тушенная в сметанно- томатном соусе

№ 290/2017г.

Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом
сливочным

№203/2017г.

Чай с сахаром и лимоном

№377 / 2015

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
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
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
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
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
590	21,42	23,86	96,72	648,73	0,28	18,48	21,19	1,19	70,70	271,80	92,11	5,49
250	5,05	5,54	11,62	115,75	0,05	0,50	12,50	2,58	28,55	38,55	10,68	0,65
200/5	15,78	18,48	37,21	383,05	0,21	1,64	45,20	0,34	182,38	244,25	99,23	2,86
200	0,60	0,10	30,20	143,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
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
680	23,08	24,42	88,93	693,90	0,30	3,24	57,70	3,27	233,88	336,62	125,02	4,86
240/10	18,32	27,21	39,10	472,35	0,49	9,15	0,00	6,94	76,26	498,81	202,04	7,19
50	0,65	0,05	3,41	32,47	0,03	1,77	0,00	7,05	13,48	27,77	18,97	0,34
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
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
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
550	23,23	23,83	95,23	699,72	0,60	11,65	0,00	15,11	133,45	599,52	252,07	9,28
250	8,80	7,92	40,93	223,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
200	8,72	10,76	30,98	168	0,14	0,9	13,86	0,08	104,52	139,2	36	0,92
200	0,07	0,02	7,85	29,80	0,00	0,03	0,00	0,00	10,65	2,80	1,40	0,23
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
675	19,46	18,90	92,06	480,30	0,22	11,61	13,86	2,76	169,90	212,85	67,03	2,65
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
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
180/3	6,64	7,60	31,78	221,94	0,07	0	12	1,19	6,55	45,5	25,34	1,33
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 Деци+
Хим состав и калорийность
российских продуктов
питания табл 6 стр 134,
2012 Деци+

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной

Дополнительное питание

№119/2017г.
№ 223 /2017г.
№342/2017

Хим состав и калорийность
российских продуктов
питания табл 6 стр 134,
2012 Деци+

Хлеб ржаной

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		
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:	553	23,46	22,50	97,18	670,66	0,20	3,51	42,10	3,31	68,52	197,10	65,13	3,79	
250/10	8,49	15,58	67,79	407,32	0,66	0,00	0,00	5,32	94,20	356,28	135,15	8,19		
200	17,59	19,99	50,6	368,00	0,08	0,96	14,8	0,3	136,07	150,6	31,6	0,16		
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		
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		
Итого:	685	101,40	27,89	36,03	139,20	871,42	0,78	0,96	14,80	5,97	251,19	544,38	178,50	10,23

СУББОТА

Горячий завтрак(старшине)

№234/2016
№304/2017г-
№ 349/2017г-

табл 6 стр 134, 2012 Деци+
Хим состав и калорийность
российских продуктов
питания табл 6 стр 134,
2012 Деци+

Хлеб ржаной

Дополнительное питание

№104/2017г-
№173/2017г-
№376/2017г-

Хлеб пшеничный

Всего за 6 дней:
В среднем на 1 учащегося:

3349
558

136,24
22,71

137,52
22,92

572,94
95,49

4087,14
681,19

1,69
0,28

58,48
9,75

183,48
30,58

27,61
4,60

590,64
98,44

1933,06
322,18

635,41
105,90

31,10
5,18

Итого:

553

22,04

21,91

98,99

710,34

0,20

1,33

12,13

2,11

106,00

338,80

71,76

2,96

Итого:

691

101,40

18,76

18,67

82,13

597,61

0,23

13,17

18,87

1,73

166,94

244,75

67,73

2,31

Суп картофельный с мясным фрикадельками
Каша манная молочная
Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

2 - я неделя

№Секция рецептур	Наименование продукта	Выход	Струк-та	Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
№822017г. №172017г. №3762017г. №382017г.	ПОНЕДЕЛЬНИК Горячий завтрак(старшине) Фрукты (яблоки) Тертые говяжьи Каша Гречневая Рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром	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
		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
		180/3		10,34	9,49	46,41	312,80	0,25	0,00	12,00	0,76	18,50	245,61	162,99	5,48
		200		0,07	0,02	8,00	32,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	10,89	2,80	1,40
Хим состав и калорийность расчетных продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Девн +		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
Итого:		608		22,94	22,63	95,34	655,72	0,38	10,11	40,37	1,98	74,86	419,71	207,53	10,03

№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.	№822017г. №172017г. №382017г.
Дополнительное питание															
250		8,80	7,92	40,93	223,75	0,05	10,68	0,00	0,00	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
200		8,23	8,26	32,91	299,93	0,18	0,96	14,80	0,52	1,47,22	15,70	231,98	70,82	1,71	0,37
200		0,60	0,10	30,20	143,60	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
25		1,87	0,20	12,30	58,75	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	5,00	16,25	3,50	3,50	0,27
Итого:		675		19,50	16,48	116,34	726,03	0,26	12,74	14,80	3,20	217,65	319,15	103,81	3,58

ВТОРНИК

№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№622017 гг стр 25,12,2019г. № 3762017г. табл 6 стр 134, 2012 Девн +
Горячий завтрак(старшине)															
100		1,23	0,09	11,47	81,7	0,06	3,36	0	13,4	25,76	52,76	36,05	0,66	0,66	0,66
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	4,23	4,23
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	0,34	0,34
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	0,33	0,33
Итого:		580		22,40	21,94	99,13	678,15	0,50	71,35	36,38	17,52	118,20	365,32	144,60	5,56

№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг	№ 962017г. № 172017г. гг
Дополнительное питание															
250/5		8,74	14,57	11,98	107,25	0,09	8,38	0,00	2,35	29,15	56,73	24,18	0,93	0,93	0,93
200		8,72	10,76	30,98	168	0,14	0,9	13,86	0,08	104,52	139,2	36	0,92	0,92	0,92
200		0,38	0,13	29,03	119,94	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37	0,37	0,37
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	0,98	0,98
Итого:		680		19,49	25,76	81,89	10,38	13,86	2,78	156,62	249,75	75,29	3,20	3,20	3,20

СРЕДА

№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +	№2342016 №202017г. № 377 /2015 табл 6 стр 134, 2012 Девн +
Горячий завтрак(старшине)															
100		7,20	9,53	5,24	71,48	0,06	0,6	0,13	0,81	55,03	171,33	15	0,00	0,00	0,00
180/3		6,64	7,60	31,78	221,94	0,07	0	12	1,19	6,55	45,5	25,34	1,33	1,33	1,33
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	0,34	0,34
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	0,39	0,39
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	1,23	1,23
Итого:		553		21,70	648,40	0,22	3,43	12,13	2,84	91,76	291,23	62,44	3,29	3,29	3,29

№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.	№1022017г. №1742017г.
Дополнительное питание															
250		10,39	16,22	16,54	258,25	0,23	5,83	0,00	2,43	42,68	88,10	35,58	2,05	2,05	2,05
200/5		15,48	18,32	39,52	399,33	0,06	0,96	34,80	0,18	129,47	155,94	36,46	0,59	0,59	0,59

№34/2017г.	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
таб.6 стр.134, 2012 Деян+	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
	Итого:	680	28,44	34,84	100,36	849,13	0,34	7,52	34,80	2,99	209,63	283,73	93,00	3,61

ЧЕТВЕРГ

Горячий завтрак(старшие)

г.к	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
№12/2017г.	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
№37/2017г.	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
таб.6 стр.134, 2012 Деян+	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
Химосети и калининск. российские продукты питания таб.6 стр.134, 2012 Деян+	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2	0,06	0	0	0,56	11,6	60	18,8	1,56
	Итого:	553	22,07	23,06	96,50	681,90	0,37	23,50	90,40	3,94	132,68	284,70	79,72	4,82
№8/2017г.	Пи из св.капусты с картофелем	250	9,61	14,95	27,90	289,75	0,06	15,78	0,00	2,35	49,25	49,00	22,13	0,83
№17/2017г.	Каша пшеничная молочная	200	10,86	11,98	38,8	237,12	0,11	0,76	11,8	0,53	115,6	174,9	33,5	1,8
№3/2017г.	Кисель	200	0,60	0,10	30,20	123,60	0,00	1,10	0,00	0,00	15,70	16,32	3,36	0,37
Химосети и калининск. российские продукты питания таб.6 стр.134, 2012 Деян+	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
	Итого:	675	22,72	27,33	106,80	699,97	0,21	17,64	11,84	3,23	187,80	277,72	72,74	3,98

ПЯТНИЦА

Горячий завтрак(старшие)

б/реш. Сур.186. таб.6/2012г.	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
№23/2017г.	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
№3/2017г.	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
таб.6 стр.134, 2012 Деян+	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
Химосети и калининск. российские продукты питания таб.6 стр.134, 2012 Деян+	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
	Итого:	550	23,52	22,18	92,50	710,85	0,23	11,89	154,70	2,16	314,26	449,94	84,50	5,66

Дополнительное питание

№8/2016г.	Суп картофельный с вермишелью	250	9,15	10,27	47,46	258,25	0,11	8,25	0,00	1,43	29,20	67,58	27,28	1,13
№17/2017г.	Каша манная молочная	250	12,28	14,33	44,88	371,29	0,06	1,08	16,67	0,1	118,23	125,13	27,89	0,42
№3/2017г.	Какао с молоком	200	0,08	4,54	10,61	38,60	0,06	1,59	24,40	0,00	151,77	124,56	21,34	0,43
таб.6 стр.134, 2012 Деян+	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
	Итого:	475	23,38	29,34	115,25	726,89	0,26	10,92	41,07	1,81	304,20	333,52	80,01	2,25

СУББОТА

Горячий завтрак(старшие)

№2/2017г.	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
№19/2017г.	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
№37/2017г.	Чай с сахаром, с яблочком	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.134, 2012 Деян+	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

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	
Дополнительное питание	Итого:	553	21,81	22,76	92,18	652,78	0,85	2,38	75,20	2,52	111,94	478,31	88,01	6,17
Суп с пельменями и картошкой	250	5,60	4,80	10,18	115,00	0,06	0,80	5,88	1,58	23,73	56,55	16,75	0,58	
Каша кукурузная молочная	200/5	17,59	19,99	50,6	368,00	0,08	0,96	14,8	0,3	136,07	150,6	31,6	0,16	
Чай с молоком	200	1,52	1,35	8,42	51,00	0,04	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	
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	
Итого:	680	26,58	26,34	81,50	592,75	0,20	3,09	30,68	2,16	291,40	316,20	67,25	1,42	
Всего за 6 дней:	3397	134,44	135,37	566,86	4027,80	2,54	122,66	409,18	30,95	843,70	2289,21	666,80	35,53	
В среднем на 1 учащегося:	566	22,41	22,56	94,48	671,30	0,42	20,44	68,20	5,16	140,62	381,54	111,13	5,92	