

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 153,92 руб. (завтрак, обед)**

Категории:

**Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы основного общего, среднего общего образования:**

- Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды;
- Обучающиеся один из родителей которых является военнослужащим;
- Обучающиеся один из родителей которых является военнослужащим, погибшим (умершим) в результате участия в специальной военной операции;
- Обучающиеся один из родителей которых является иным участником специальной военной операции; - Обучающиеся один из родителей которых является иным участником специальной военной операции, погибшим (умершим) в результате участия в специальной военной операции.

| № рец.   | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции, г. | Пищевые вещества, г. |              |               | Энергет. ценность (ккал) |
|--|--|------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------|
|  |  |                  | Б                    | Ж            | У             |                          |
| 1  | 2  | 3                | 4                    | 5            | 6             | 7                        |
| <b>ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>39,45</b>         | <b>59,24</b> | <b>187,88</b> | <b>1465,86</b>           |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>   |                  | <b>16,10</b>         | <b>25,18</b> | <b>92,59</b>  | <b>676,37</b>            |
| 15/17  | Сыр (порциями)   | 15               | 3,90                 | 3,98         | 0,53          | 54,36                    |
| 14/17  | Масло сливочное (порциями)                             | 10               | 0,10                 | 7,26         | 0,14          | 66,22                    |
| 182/17   | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным | 250/5            | 6,06                 | 8,90         | 32,28         | 233,45                   |
|  | Печенье  | 40               | 3,00                 | 4,72         | 29,96         | 182,00                   |
| 411/16   | Чай с сахаром  | 200              | 0,00                 | 0,00         | 10,00         | 42,00                    |
|  | Хлеб пшеничный   | 40               | 3,04                 | 0,32         | 19,68         | 98,34                    |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>550</b>       |                      |              |               |                          |
|  | <b>ОБЕД</b>  |                  | <b>23,35</b>         | <b>34,06</b> | <b>95,29</b>  | <b>789,49</b>            |
| 70/17  | Овощи солёные порционные (огурцы)                      | 100              | 0,80                 | 0,00         | 1,70          | 10,00                    |
| 113/17   | Суп - лапша домашняя                                   | 250              | 5,11                 | 13,26        | 16,93         | 207,51                   |
| 265/17   | Плов из мяса   | 50/150           | 12,49                | 20,40        | 40,03         | 393,68                   |
| 394/16   | Компот из смеси сухофруктов, витамин С                 | 200              | 1,15                 |              | 12,03         | 55,40                    |
|  | Хлеб пшеничный   | 50               | 3,80                 | 0,40         | 24,60         | 122,90                   |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>800</b>       |                      |              |               |                          |
| <b>ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>42,90</b>         | <b>48,33</b> | <b>250,19</b> | <b>1645,98</b>           |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>   |                  | <b>17,67</b>         | <b>9,39</b>  | <b>126,74</b> | <b>681,40</b>            |
| 182/17   | Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным       | 250/3            | 9,76                 | 5,69         | 41,84         | 267,91                   |
|  | Пряник   | 60               | 2,88                 | 1,68         | 46,62         | 213,12                   |
| 414/16   | Кофейный напиток с молоком                             | 200              | 1,99                 | 1,70         | 18,60         | 102,03                   |
|  | Хлеб пшеничный   | 40               | 3,04                 | 0,32         | 19,68         | 98,34                    |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>553</b>       |                      |              |               |                          |
|  | <b>ОБЕД</b>  |                  | <b>25,23</b>         | <b>38,94</b> | <b>123,45</b> | <b>964,58</b>            |
| 52/17  | Салат из свеклы  | 100              | 1,40                 | 5,10         | 11,38         | 99,54                    |
| 101/17   | Суп картофельный с рисовой крупой                      | 250              | 5,71                 | 15,30        | 23,80         | 255,75                   |
| 278/17   | Тефтели мясные с соусом                                | 60/50            | 9,15                 | 14,97        | 10,60         | 217,68                   |
| 309/17   | Макаронные изделия отварные                            | 180              | 6,77                 | 3,41         | 43,20         | 241,20                   |
| 388/17   | Напиток из плодов шиповника, витамин С                 | 200              | 0,68                 | 0,00         | 24,63         | 101,24                   |
|  | Хлеб пшеничный   | 20               | 1,52                 | 0,16         | 9,84          | 49,17                    |
|  | <b>Итого:</b>  | <b>860</b>       |                      |              |               |                          |
| <b>ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |                  | <b>31,72</b>         | <b>51,63</b> | <b>173,95</b> | <b>1322,64</b>           |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>   |                  | <b>12,68</b>         | <b>8,40</b>  | <b>80,50</b>  | <b>467,13</b>            |
|  | Яблоко   | 100              | 0,40                 | 0,00         | 9,80          | 42,84                    |

|  |   |            |              |              |               |                |
|--|---|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 182/17   | Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным | 200/3      | 8,48         | 8,00         | 36,10         | 259,36         |
| 411/16   | Чай с сахаром                                       | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|  | Хлеб пшеничный                                      | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,93         |
|  | <b>Итого:</b>                                       | <b>553</b> |              |              |               |                |
|  | <b>ОБЕД</b>   |            | <b>19,04</b> | <b>43,23</b> | <b>93,45</b>  | <b>855,51</b>  |
| 75/17  | Икра морковная                                      | 100        | 2,02         | 10,35        | 20,59         | 188,71         |
| 82/17  | Борщ с капустой и картофелем                        | 250        | 3,30         | 4,45         | 14,70         | 116,25         |
| 259/17   | Жаркое по-домашнему                                 | 50/150     | 10,07        | 28,23        | 26,13         | 398,85         |
| 394/16   | Компот из смеси сухофруктов, витамин С              | 200        | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |
|  | Хлеб ржаной   | 50         | 2,50         | 0,20         | 20,00         | 96,30          |
|  | <b>Итого:</b>                                       | <b>800</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>48,34</b> | <b>47,07</b> | <b>220,41</b> | <b>1656,91</b> |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |            | <b>18,80</b> | <b>11,80</b> | <b>125,46</b> | <b>712,07</b>  |
| 421/17   | Сдоба обыкновенная                                  | 100        | 8,20         | 6,33         | 60,27         | 344,50         |
| 182/17   | Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным   | 250/3      | 9,08         | 5,31         | 45,35         | 276,40         |
| 411/16   | Чай с сахаром                                       | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|  | Хлеб пшеничный                                      | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 49,17          |
|  | <b>Итого:</b>                                       | <b>573</b> |              |              |               |                |
|  | <b>ОБЕД</b>   |            | <b>29,54</b> | <b>35,27</b> | <b>94,95</b>  | <b>944,84</b>  |
| 57/16  | Икра кабачковая                                     | 100        | 1,90         | 0,00         | 7,70          | 38,40          |
| 103/17   | Суп картофельный с макаронными изделиями            | 250        | 4,95         | 6,08         | 21,26         | 164,76         |
| 288/17   | Птица отварная                                      | 100        | 13,72        | 20,40        | 1,36          | 365,87         |
| 303/17   | Каша гречневая вязкая                               | 180        | 5,53         | 8,52         | 24,94         | 198,55         |
| 348/17   | Компот из кураги, витамин С                         | 200        | 1,92         | 0,11         | 29,85         | 128,09         |
|  | Хлеб пшеничный                                      | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 49,17          |
|  | <b>Итого:</b>                                       | <b>850</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>51,94</b> | <b>70,46</b> | <b>158,44</b> | <b>1495,95</b> |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |            | <b>26,09</b> | <b>24,83</b> | <b>66,61</b>  | <b>607,93</b>  |
| 62/17  | Салат из моркови с сахаром                          | 100        | 1,23         | 0,10         | 28,26         | 124,77         |
| 210/17   | Омлет натуральный с маслом                          | 195/5      | 21,06        | 24,33        | 3,75          | 318,26         |
| 411/16   | Чай с сахаром                                       | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|  | Хлеб пшеничный                                      | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
|  | <b>Итого:</b>                                       | <b>550</b> |              |              |               |                |
|  | <b>ОБЕД</b>   |            | <b>25,85</b> | <b>45,63</b> | <b>91,83</b>  | <b>888,02</b>  |
| 45/17  | Салат из белокочанной капусты                       | 100        | 1,57         | 5,10         | 9,43          | 92,10          |
| 102/17   | Суп картофельный с бобовыми                         | 250        | 9,76         | 14,77        | 20,60         | 254,43         |
| 182/06   | Ежики в соусе                                       | 60/50      | 8,73         | 22,34        | 12,38         | 285,50         |
| 310/17   | Картофель отварной                                  | 180        | 3,64         | 3,34         | 29,39         | 162,07         |
| 394/16   | Компот из смеси сухофруктов, витамин С              | 200        | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |
|  | Хлеб ржаной   | 20         | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |
|  | <b>Итого:</b>                                       | <b>860</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>44,35</b> | <b>85,66</b> | <b>209,21</b> | <b>1809,12</b> |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |            | <b>19,05</b> | <b>19,22</b> | <b>84,29</b>  | <b>597,45</b>  |
| 15/17  | Сыр (порциями)                                      | 15         | 3,90         | 3,98         | 0,53          | 54,36          |
| 14/17  | Масло сливочное (порциями)                          | 10         | 0,10         | 7,26         | 0,14          | 66,22          |
|  | Яблоко  | 100        | 0,40         | 0,00         | 9,80          | 42,84          |
| 182/17   | Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом сливочным   | 200/3      | 10,00        | 6,00         | 38,00         | 246,00         |
| 414/16   | Кофейный напиток с молоком                          | 200        | 1,99         | 1,70         | 18,60         | 102,03         |



|  |   |            |              |              |               |                |
|--|---|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|  | Хлеб пшеничный  | 35         | 2,66         | 0,28         | 17,22         | 86,00          |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>553</b> |              |              |               |                |
|  | <b>ОБЕД</b>   |            | <b>25,30</b> | <b>66,44</b> | <b>124,92</b> | <b>1211,67</b> |
| 75/17  | Икра морковная  | 100        | 2,02         | 10,35        | 20,59         | 188,71         |
| 113/17   | Суп вермишелевый  | 250        | 5,11         | 13,26        | 16,93         | 207,51         |
| 260/17   | Гуляш из мяса   | 50/50      | 8,99         | 33,91        | 3,29          | 354,31         |
| 199/06   | Каша пшеничная рассыпчатая                              | 180        | 8,16         | 8,84         | 46,80         | 299,46         |
| 247/06   | Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С | 200        | 0,02         |              | 29,31         | 123,16         |
|  | Хлеб ржаной   | 20         | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>850</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>52,38</b> | <b>40,95</b> | <b>256,46</b> | <b>1647,94</b> |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>  |            | <b>19,16</b> | <b>11,39</b> | <b>135,39</b> | <b>752,39</b>  |
| 182/17   | Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным      | 200/3      | 7,16         | 4,66         | 40,52         | 242,96         |
| 421/17   | Сдоба обыкновенная                                      | 100        | 8,20         | 6,33         | 60,27         | 344,50         |
| 411/16   | Чай с сахаром   | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|  | Хлеб пшеничный  | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,93         |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>553</b> |              |              |               |                |
|  | <b>ОБЕД</b>   |            | <b>33,22</b> | <b>29,56</b> | <b>121,07</b> | <b>895,55</b>  |
| 35/17  | Салат картофельный                                      | 100        | 1,90         | 5,37         | 14,95         | 115,65         |
| 35/06  | Свекольник  | 250        | 8,31         | 11,15        | 19,36         | 211,05         |
| 262/17   | Сердце, тушенное в соусе                                | 50/50      | 14,78        | 9,45         | 10,42         | 185,85         |
| 309/17   | Макаронные изделия отварные                             | 180        | 6,77         | 3,41         | 43,20         | 241,20         |
| 348/17   | Компот из изюма, витамин С                              | 200        | 0,46         | 0,10         | 25,14         | 103,28         |
|  | Хлеб ржаной   | 20         | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>850</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>45,34</b> | <b>73,27</b> | <b>210,05</b> | <b>1726,18</b> |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>  |            | <b>15,14</b> | <b>24,37</b> | <b>109,02</b> | <b>740,82</b>  |
| 182/17   | Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным        | 250/3      | 9,76         | 5,69         | 41,84         | 267,91         |
|  | Вафли   | 60         | 2,34         | 18,36        | 37,50         | 332,57         |
| 411/16   | Чай с сахаром   | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|  | Хлеб пшеничный  | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 98,34          |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>553</b> |              |              |               |                |
|  | <b>ОБЕД</b>   |            | <b>30,20</b> | <b>48,90</b> | <b>101,03</b> | <b>985,36</b>  |
| 70/17  | Овощи солёные порционные (огурцы)                       | 100        | 0,80         | 0,00         | 1,70          | 10,00          |
| 98/17  | Суп крестьянский с крупой                               | 250        | 9,36         | 28,15        | 17,29         | 366,15         |
| 295/17   | Котлеты из мяса птицы                                   | 100        | 13,20        | 11,20        | 17,80         | 231,10         |
| 312/17   | Пюре картофельное                                       | 180        | 3,92         | 9,36         | 26,39         | 211,50         |
| 348/17   | Компот из кураги, витамин С                             | 200        | 1,92         | 0,11         | 29,85         | 128,09         |
|  | Хлеб ржаной   | 20         | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>850</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>60,60</b> | <b>43,70</b> | <b>201,64</b> | <b>1464,96</b> |
|  | <b>ЗАВТРАК</b>  |            | <b>39,27</b> | <b>12,33</b> | <b>95,99</b>  | <b>662,45</b>  |
| 222/17   | Пудинг из творога с молоком сгущённым                   | 180/20     | 33,92        | 11,93        | 49,56         | 441,31         |
|  | Яблоко  | 100        | 0,40         | 0,00         | 9,80          | 42,84          |
| 394/16   | Компот из смеси сухофруктов, витамин С                  | 200        | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |
|  | Хлеб пшеничный  | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>550</b> |              |              |               |                |

|   |   |            |              |              |               |                |
|---|---|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|   | <b>ОБЕД</b>                                       |            | <b>21,33</b> | <b>31,37</b> | <b>105,65</b> | <b>802,51</b>  |
| 71/04   | Винегрет овощной                                  | 100        | 1,34         | 5,19         | 9,42          | 93,19          |
| 103/17  | Суп картофельный с макаронными изделиями          | 250        | 4,95         | 6,08         | 21,26         | 164,76         |
| 160/06  | Голубцы ленивые                                   | 90/20      | 8,32         | 13,79        | 21,37         | 242,87         |
| 302/17  | Каша гречневая рассыпчатая                        | 180        | 5,72         | 6,23         | 35,60         | 221,17         |
| 411/16  | Чай с сахаром                                     | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб ржаной                                       | 20         | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |
|   | <b>Итого:</b>                                     | <b>860</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>46,42</b> | <b>53,83</b> | <b>217,00</b> | <b>1577,45</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>                                    |            | <b>21,26</b> | <b>9,64</b>  | <b>94,20</b>  | <b>568,11</b>  |
| 229/17  | Рыба, тушенная с овощами                          | 50/50      | 12,38        | 5,61         | 6,30          | 125,21         |
| 304/17  | Рис отварной                                      | 200        | 5,08         | 3,63         | 53,30         | 278,00         |
| 411/16  | Чай с сахаром                                     | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб пшеничный                                    | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
|   | <b>Итого:</b>                                     | <b>550</b> |              |              |               |                |
|   | <b>ОБЕД</b>                                       |            | <b>25,16</b> | <b>44,19</b> | <b>122,80</b> | <b>1009,34</b> |
| 62/17   | Салат из моркови с сахаром                        | 100        | 1,23         | 0,10         | 28,26         | 124,77         |
| 99/17   | Суп из овощей                                     | 250        | 8,14         | 15,35        | 13,96         | 234,73         |
| 259/17  | Жаркое по-домашнему                               | 50/150     | 10,07        | 28,23        | 26,13         | 398,85         |
| 348/17  | Компот из кураги, витамин С                       | 200        | 1,92         | 0,11         | 29,85         | 128,09         |
|   | Хлеб пшеничный                                    | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
|   | <b>Итого:</b>                                     | <b>800</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 11. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>54,12</b> | <b>57,76</b> | <b>202,27</b> | <b>1573,01</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>                                    |            | <b>20,67</b> | <b>28,09</b> | <b>80,47</b>  | <b>672,38</b>  |
| 15/17   | Сыр (порциями)                                    | 15         | 3,90         | 3,98         | 0,53          | 54,36          |
| 14/17   | Масло сливочное (порциями)                        | 10         | 0,10         | 7,26         | 0,14          | 66,22          |
| 182/17  | Каша молочная пшенная (жидкая) с маслом сливочным | 250/5      | 10,63        | 11,81        | 20,16         | 229,46         |
|   | Печенье   | 40         | 3,00         | 4,72         | 29,96         | 182,00         |
| 411/16  | Чай с сахаром                                     | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб пшеничный                                    | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 98,34          |
|   | <b>Итого:</b>                                     | <b>550</b> |              |              |               |                |
|   | <b>ОБЕД</b>                                       |            | <b>33,45</b> | <b>29,67</b> | <b>121,80</b> | <b>900,63</b>  |
| 57/16   | Икра кабачковая                                   | 100        | 1,90         | 0,00         | 7,70          | 38,40          |
| 101/17  | Суп картофельный с рисовой крупой                 | 250        | 5,71         | 15,30        | 23,80         | 255,75         |
| 271/17  | Котлета домашняя                                  | 100        | 17,09        | 10,70        | 12,12         | 212,83         |
| 309/17  | Макаронные изделия отварные                       | 180        | 6,77         | 3,41         | 43,20         | 241,20         |
| 348/17  | Компот из изюма, витамин С                        | 200        | 0,46         | 0,10         | 25,14         | 103,28         |
|   | Хлеб пшеничный                                    | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 49,17          |
|   | <b>Итого:</b>                                     | <b>850</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 12. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |   |            | <b>42,07</b> | <b>43,84</b> | <b>216,33</b> | <b>1458,96</b> |
|   | <b>ЗАВТРАК</b>                                    |            | <b>15,68</b> | <b>7,69</b>  | <b>118,14</b> | <b>621,37</b>  |
| 182/17  | Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным  | 250/3      | 9,76         | 5,69         | 41,84         | 267,91         |
|   | Пряник  | 60         | 2,88         | 1,68         | 46,62         | 213,12         |
| 411/16  | Чай с сахаром                                     | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб пшеничный                                    | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 98,34          |
|   | <b>Итого:</b>                                     | <b>553</b> |              |              |               |                |
|   | <b>ОБЕД</b>                                       |            | <b>26,39</b> | <b>36,15</b> | <b>98,19</b>  | <b>837,59</b>  |
| 45/17   | Салат из белокочанной капусты                     | 100        | 1,57         | 5,10         | 9,43          | 92,10          |
| 88/17   | Щи из свежей капусты с картофелем                 | 250        | 3,05         | 11,45        | 12,60         | 165,65         |
| 295/17  | Котлеты из мяса птицы                             | 100        | 13,20        | 11,20        | 17,80         | 231,10         |
| 302/17  | Каша гречневая рассыпчатая                        | 180        | 5,72         | 6,23         | 35,60         | 221,17         |
| 238/06  | Соус томатный                                     | 20         | 0,18         | 2,01         | 0,89          | 23,00          |
| 394/16  | Компот из смеси сухофруктов, витамин С            | 200        | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |
|   | Хлеб пшеничный                                    | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 49,17          |



|   |  |               |              |              |               |                |  |
|---|--|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>870</b>   |              |               |                |  |
| <b>ДЕНЬ 13. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |               | <b>46,06</b> | <b>46,54</b> | <b>166,46</b> | <b>1300,13</b> |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |               | <b>26,59</b> | <b>33,61</b> | <b>51,97</b>  | <b>627,69</b>  |  |
| 14/17   | Масло сливочное (порциями)                         | 10            | 0,10         | 7,26         | 0,14          | 66,22          |  |
| 210/17  | Омлет натуральный с маслом                         | 195/5         | 21,06        | 24,33        | 3,75          | 318,26         |  |
|   | Яблоко   | 100           | 0,40         | 0,00         | 9,80          | 42,84          |  |
| 414/16  | Кофейный напиток с молоком                         | 200           | 1,99         | 1,70         | 18,60         | 102,03         |  |
|   | Хлеб пшеничный                                     | 40            | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 98,34          |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>550</b>   |              |               |                |  |
| <b>ОБЕД</b>   |  |               | <b>19,47</b> | <b>12,93</b> | <b>114,49</b> | <b>672,44</b>  |  |
| 62/17   | Салат из моркови с сахаром                         | 100           | 1,23         | 0,10         | 28,26         | 124,77         |  |
| 96/17   | Рассольник "Ленинградский"                         | 250           | 2,29         | 5,88         | 16,93         | 129,73         |  |
| 229/17  | Рыба, тушенная с овощами                           | 50/50         | 10,38        | 3,61         | 3,30          | 87,24          |  |
| 304/17  | Рис отварной                                       | 180           | 4,57         | 3,26         | 48,00         | 250,18         |  |
| 411/16  | Чай с сахаром                                      | 200           | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |  |
|   | Хлеб ржаной  | 20            | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>850</b>   |              |               |                |  |
| <b>ДЕНЬ 14. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |               | <b>42,18</b> | <b>57,18</b> | <b>217,25</b> | <b>1599,50</b> |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |               | <b>18,81</b> | <b>17,18</b> | <b>124,38</b> | <b>756,00</b>  |  |
| 182/17  | Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным | 200/5         | 6,81         | 10,45        | 29,51         | 246,60         |  |
| 421/17  | Сдоба обыкновенная                                 | 100           | 8,20         | 6,33         | 60,27         | 344,50         |  |
| 411/16  | Чай с сахаром                                      | 200           | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |  |
|   | Хлеб пшеничный                                     | 50            | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>555</b>   |              |               |                |  |
| <b>ОБЕД</b>   |  |               | <b>23,37</b> | <b>40,00</b> | <b>92,87</b>  | <b>843,50</b>  |  |
| 52/17   | Салат из свеклы                                    | 100           | 1,40         | 5,10         | 11,38         | 99,54          |  |
| 99/17   | Суп из овощей                                      | 250           | 8,14         | 15,35        | 13,96         | 234,73         |  |
| 260/17  | Гуляш из мяса                                      | 50/50         | 6,99         | 10,00        | 3,29          | 131,12         |  |
| 312/17  | Пюре картофельное                                  | 180           | 3,92         | 9,36         | 26,39         | 211,50         |  |
| 348/17  | Компот из кураги, витамин С                        | 200           | 1,92         | 0,11         | 29,85         | 128,09         |  |
|   | Хлеб ржаной  | 20            | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>850</b>   |              |               |                |  |
| <b>ДЕНЬ 15. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |               | <b>43,90</b> | <b>53,13</b> | <b>166,82</b> | <b>1338,87</b> |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |               | <b>15,60</b> | <b>18,29</b> | <b>81,28</b>  | <b>562,07</b>  |  |
| 45/17   | Салат из белокочанной капусты                      | 100           | 1,57         | 5,10         | 9,43          | 92,10          |  |
| 206/17  | Макаронны, запечённые с яйцом                      | 195/5         | 10,23        | 12,79        | 37,25         | 305,07         |  |
| 411/16  | Чай с сахаром                                      | 200           | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |  |
|   | Хлеб пшеничный                                     | 50            | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>550</b>   |              |               |                |  |
| <b>ОБЕД</b>   |  |               | <b>28,30</b> | <b>34,84</b> | <b>85,54</b>  | <b>776,80</b>  |  |
| 71/04   | Винегрет овощной                                   | 100           | 1,34         | 5,19         | 9,42          | 93,19          |  |
| 101/17  | Суп картофельный с рисовой крупой                  | 250           | 5,71         | 15,30        | 23,80         | 255,75         |  |
| 261/17  | Печень, тушенная в соусе                           | 50/50         | 13,57        | 5,75         | 7,35          | 135,39         |  |
| 303/17  | Каша гречневая вязкая                              | 180           | 5,53         | 8,52         | 24,94         | 198,55         |  |
| 394/16  | Компот из смеси сухофруктов, витамин С             | 200           | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |  |
|   | Хлеб ржаной  | 20            | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>850</b>   |              |               |                |  |
| <b>ДЕНЬ 16. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |               | <b>50,68</b> | <b>32,84</b> | <b>205,69</b> | <b>1366,54</b> |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |               | <b>13,35</b> | <b>6,76</b>  | <b>93,52</b>  | <b>510,73</b>  |  |
|   | Яблоко   | 100           | 0,40         | 0,00         | 9,80          | 42,84          |  |
| 182/17  | Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным | 200/3         | 7,16         | 4,66         | 40,52         | 242,96         |  |
| 414/16  | Кофейный напиток с молоком                         | 200           | 1,99         | 1,70         | 18,60         | 102,03         |  |
|   | Хлеб пшеничный                                     | 50            | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |  |
|   |  | <b>Итого:</b> | <b>553</b>   |              |               |                |  |
| <b>ОБЕД</b>   |  |               | <b>37,33</b> | <b>26,08</b> | <b>112,17</b> | <b>855,81</b>  |  |
| 70/17   | Овощи солёные порционные (огурцы)                  | 100           | 0,80         | 0,00         | 1,70          | 10,00          |  |



|   |  |            |              |              |               |                |
|---|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 103/17  | Суп картофельный с макаронными изделиями               | 250        | 4,95         | 6,08         | 21,26         | 164,76         |
| 278/17  | Тефтели мясные с соусом                                | 60/50      | 9,15         | 14,97        | 10,60         | 217,68         |
| 54/21   | Гороховое пюре   | 180        | 19,51        | 4,84         | 40,76         | 296,76         |
| 348/17  | Компот из кураги, витамин С                            | 200        | 1,92         | 0,11         | 29,85         | 128,09         |
|   | Хлеб ржаной  | 20         | 1,00         | 0,08         | 8,00          | 38,52          |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>860</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 17. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |            | <b>42,12</b> | <b>56,42</b> | <b>215,26</b> | <b>1576,54</b> |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |            | <b>15,14</b> | <b>24,37</b> | <b>109,02</b> | <b>740,82</b>  |
| 182/17  | Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным       | 250/3      | 9,76         | 5,69         | 41,84         | 267,91         |
|   | Вафли  | 60         | 2,34         | 18,36        | 37,50         | 332,57         |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 98,34          |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>553</b> |              |              |               |                |
| <b>ОБЕД</b>   |  |            | <b>26,98</b> | <b>32,05</b> | <b>106,25</b> | <b>835,72</b>  |
| 62/17   | Салат из моркови с сахаром                             | 100        | 1,23         | 0,10         | 28,26         | 124,77         |
| 35/06   | Свекольник   | 250        | 8,31         | 11,15        | 19,36         | 211,05         |
| 265/17  | Плов из мяса   | 50/150     | 12,49        | 20,40        | 22,00         | 321,60         |
| 394/16  | Компот из смеси сухофруктов, витамин С                 | 200        | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |
|   | Хлеб пшеничный   | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>800</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 18. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |            | <b>34,57</b> | <b>50,12</b> | <b>173,32</b> | <b>1297,34</b> |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |            | <b>9,02</b>  | <b>7,50</b>  | <b>70,20</b>  | <b>394,44</b>  |
|   | Яблоко   | 100        | 0,40         | 0,00         | 9,80          | 42,84          |
| 182/17  | Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным | 200/3      | 4,82         | 7,10         | 25,80         | 186,70         |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб пшеничный   | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>553</b> |              |              |               |                |
| <b>ОБЕД</b>   |  |            | <b>25,55</b> | <b>42,62</b> | <b>103,12</b> | <b>902,90</b>  |
| 52/17   | Салат из свеклы  | 100        | 1,40         | 5,10         | 11,38         | 99,54          |
| 113/17  | Суп - лапша домашняя                                   | 250        | 5,11         | 13,26        | 16,93         | 207,51         |
| 290/17  | Птица, тушенная в соусе                                | 75/40      | 11,12        | 17,87        | 4,74          | 224,27         |
| 302/17  | Каша гречневая рассыпчатая                             | 180        | 5,72         | 6,23         | 35,60         | 221,17         |
| 388/17  | Напиток из плодов шиповника, витамин С                 | 200        | 0,68         | 0,00         | 24,63         | 101,24         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 49,17          |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>865</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 19. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |            | <b>43,86</b> | <b>51,34</b> | <b>203,05</b> | <b>1471,89</b> |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |            | <b>20,05</b> | <b>13,80</b> | <b>119,55</b> | <b>699,90</b>  |
| 182/17  | Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом сливочным      | 250/3      | 12,50        | 7,50         | 47,50         | 307,50         |
|   | Печенье  | 50         | 3,75         | 5,90         | 37,45         | 227,50         |
| 411/16  | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00          |
|   | Хлеб пшеничный   | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90         |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>553</b> |              |              |               |                |
| <b>ОБЕД</b>   |  |            | <b>23,81</b> | <b>37,54</b> | <b>83,50</b>  | <b>771,99</b>  |
| 70/17   | Овощи солёные порционные (огурцы)                      | 100        | 0,80         | 0,00         | 1,70          | 10,00          |
| 101/17  | Суп картофельный с крупой                              | 250        | 5,71         | 15,30        | 23,80         | 255,75         |
| 268/17  | Шницель мясной   | 100        | 11,31        | 12,38        | 11,30         | 201,80         |
| 143/17  | Рагу из овощей   | 180        | 3,32         | 9,70         | 24,83         | 199,87         |
| 394/16  | Компот из смеси сухофруктов, витамин С                 | 200        | 1,15         |              | 12,03         | 55,40          |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84          | 49,17          |
| <b>Итого:</b>   |  | <b>850</b> |              |              |               |                |
| <b>ДЕНЬ 20. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ</b> |  |            | <b>54,28</b> | <b>47,31</b> | <b>223,19</b> | <b>1580,83</b> |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |            | <b>35,86</b> | <b>14,13</b> | <b>100,19</b> | <b>694,90</b>  |
|   | Яблоко   | 100        | 0,40         | 0,00         | 9,80          | 42,84          |

|               |  |            |              |              |               |               |
|---------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 223/17        | Запеканка из творога с молоком сгущённым                   | 180/30     | 32,42        | 13,81        | 60,71         | 511,72        |
| 411/16        | Чай с сахаром  | 200        | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 42,00         |
|               | Хлеб пшеничный   | 40         | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 98,34         |
| <b>Итого:</b> |  | <b>550</b> |              |              |               |               |
| <b>ОБЕД</b>   |  |            | <b>18,42</b> | <b>33,18</b> | <b>123,00</b> | <b>885,93</b> |
| 62/17         | Салат из моркови с сахаром                                 | 100        | 1,23         | 0,10         | 28,26         | 124,77        |
| 82/17         | Борщ с капустой и картофелем                               | 250        | 3,30         | 4,45         | 14,70         | 116,25        |
| 259/17        | Жаркое по-домашнему  | 50/150     | 10,07        | 28,23        | 26,13         | 398,85        |
| 247/06        | Кисель из концентрата плодового или<br>ягодного, витамин С | 200        | 0,02         |              | 29,31         | 123,16        |
|               | Хлеб пшеничный   | 50         | 3,80         | 0,40         | 24,60         | 122,90        |
| <b>Итого:</b> |  | <b>800</b> |              |              |               |               |