

«СОГЛАСОВАНО»

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДЕНО»

Начальник управления образования

Региональный директор

Исполнительного комитета НМР РТ

ООО «АБК-Прэймент»

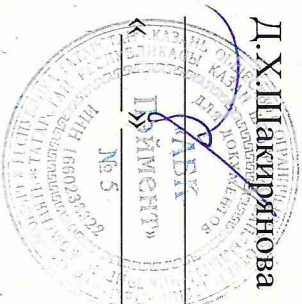
А.Х.Г арифуллин

Д.Х.Шакиринова

«\_\_» \_\_\_\_ 2023 г

«\_\_» \_\_\_\_ 2023 г

«\_\_» \_\_\_\_ 2023 г



ООО «АБК-Прэймент»

Примерное циклическое 2-х разовое меню для учащихся младших классов (с 7 до 11 лет) общеобразовательных организаций г. Нижнекамска и Нижнекамского района РТ

| I - за неделю                                                                             |                                                        | Выход       | Стоимость, руб. | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Ккал           | B1          | C            | A             | E           | Ca            | P             | Mg            | Fe          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| <b>Наименование продуктов</b>                                                             |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                                                                        |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| <b>Завтрак (младшие)</b>                                                                  |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| ср 134 табл 6. Денг + 2012                                                                | Печенье                                                | 40          |                 | 2,96         | 3,76         | 10,84         | 124,28         | 0,06        | 0,00         | 0,00          | 1,85        | 13,00         | 42,00         | 5,70          | 0,70        |
| №172017г                                                                                  | Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным              | 180/5       |                 | 6,44         | 9,16         | 15,23         | 141,12         | 0,07        | 0,64         | 29,93         | 0,10        | 89,05         | 104,60        | 24,96         | 0,54        |
| №172017г                                                                                  | 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        |
| ср 134 табл 6. Денг + 2012                                                                | Битон нарезной                                         | 75          |                 | 5,60         | 2,16         | 35,36         | 195,52         | 0,08        | 0,00         | 0,00          | 1,27        | 14,18         | 48,51         | 9,70          | 0,90        |
|                                                                                           | <b>Итого:</b>                                          | <b>500</b>  |                 | <b>15,07</b> | <b>15,10</b> | <b>69,43</b>  | <b>492,92</b>  | <b>0,21</b> | <b>0,67</b>  | <b>29,93</b>  | <b>3,22</b> | <b>127,12</b> | <b>197,91</b> | <b>41,76</b>  | <b>2,39</b> |
| <b>Обед (младшие)</b>                                                                     |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| №182017г.                                                                                 | Шш из св капусты с картофелем, со сметаной             | 200/5       |                 | 7,54         | 11,91        | 6,50          | 153,90         | 0,05        | 12,64        | 5,00          | 1,90        | 43,80         | 42,25         | 18,15         | 0,67        |
| тгк № 757 от 23.11.23г                                                                    | Котлеты Домашние с гречкой                             | 90          |                 | 8,01         | 11,14        | 35,71         | 248,00         | 0,06        | 1,79         | 14,38         | 1,41        | 16,80         | 130,71        | 16,90         | 1,79        |
| №2032017г                                                                                 | Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным | 150/3       |                 | 5,68         | 2,88         | 31,96         | 176,10         | 0,06        | 0,00         | 12,00         | 0,80        | 11,91         | 38,07         | 8,62          | 0,86        |
| тгк № 349/ от 23.12.21г                                                                   | Напиток из сухофруктов                                 | 200         |                 | 0,70         | 0,10         | 22,03         | 92,90          | 0,02        | 0,73         | 0,00          | 0,10        | 32,48         | 23,44         | 17,46         | 0,70        |
| Химический состав и калорийность, российские продукты питания табл 6 стр 134, 2012 Денг + | Хлеб пшеничный                                         | 25          |                 | 1,90         | 0,20         | 12,30         | 58,75          | 0,03        | 0,00         | 0,00          | 0,28        | 5,00          | 16,25         | 3,50          | 0,28        |
| Химический состав и калорийность, российские продукты питания табл 6 стр 134, 2012 Денг + | Хлеб ржаной                                            | 30          |                 | 1,98         | 0,36         | 11,88         | 59,40          | 0,05        | 0,00         | 0,00          | 0,42        | 8,79          | 45,00         | 14,10         | 1,17        |
|                                                                                           | <b>Итого:</b>                                          | <b>703</b>  |                 | <b>25,81</b> | <b>26,59</b> | <b>120,38</b> | <b>789,05</b>  | <b>0,27</b> | <b>15,16</b> | <b>31,38</b>  | <b>4,91</b> | <b>118,78</b> | <b>295,72</b> | <b>78,73</b>  | <b>5,47</b> |
|                                                                                           | <b>Всего:</b>                                          | <b>1203</b> |                 | <b>40,88</b> | <b>41,69</b> | <b>189,81</b> | <b>1281,97</b> | <b>0,48</b> | <b>15,83</b> | <b>61,31</b>  | <b>8,13</b> | <b>245,90</b> | <b>493,63</b> | <b>120,49</b> | <b>7,86</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>                                                                            |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| <b>Завтрак (младшие)</b>                                                                  |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| тгк № 86/5 от 13.11.23г                                                                   | Булочка слоёная                                        | 50          |                 | 7,05         | 9,30         | 16,80         | 209,00         | 0,04        | 0,11         | 51,50         | 0,45        | 157,20        | 111,00        | 12,45         | 0,45        |
| №172017г.                                                                                 | Каша гречневая молочная вязкая                         | 200         |                 | 5,92         | 5,59         | 35,42         | 206,46         | 0,06        | 0,96         | 14,80         | 0,13        | 128,27        | 154,44        | 36,46         | 0,58        |
| № 3792017г.                                                                               | 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        |
| ср 134 табл 6. Денг + 2012                                                                | Битон нарезной                                         | 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        |
|                                                                                           | <b>Итого:</b>                                          | <b>500</b>  |                 | <b>19,89</b> | <b>19,02</b> | <b>87,90</b>  | <b>606,56</b>  | <b>0,20</b> | <b>2,37</b>  | <b>86,30</b>  | <b>1,43</b> | <b>420,75</b> | <b>387,94</b> | <b>69,41</b>  | <b>1,76</b> |
| № 962017г                                                                                 | Обед (младшие)                                         | 200/5       |                 | 5,94         | 6,82         | 12,56         | 93,90          | 0,08        | 6,72         | 5,00          | 1,90        | 27,72         | 48,43         | 19,79         | 0,75        |
| тгк №130 от 23.12.2018г                                                                   | Расходник Ленинградский со сметаной                    | 90          |                 | 6,01         | 11,53        | 12,88         | 183,45         | 0,02        | 14,26        | 31,25         | 0,09        | 54,33         | 156,42        | 33,10         | 1,87        |
|                                                                                           | Биточки куриные Солнышко                               |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| № 3092017г.                                                                               | Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным               | 150/3       |                 | 6,70         | 4,38         | 35,99         | 227,00         | 0,13        | 0,00         | 20,00         | 0,81        | 34,89         | 154,97        | 36,66         | 2,64        |
| тгк №555 от 3.06.22г                                                                      | Напиток из яблок и изюма                               | 200         |                 | 0,20         | 0,10         | 19,82         | 68,12          | 0,01        | 0,73         | 0,00          | 0,00        | 14,00         | 8,94          | 5,58          | 0,14        |
| Химический состав и калорийность, российские продукты питания табл 6 стр 134, 2012 Денг + | Хлеб пшеничный                                         | 25          |                 | 1,90         | 0,20         | 12,30         | 58,75          | 0,03        | 0,00         | 0,00          | 0,28        | 5,00          | 16,25         | 3,50          | 0,28        |
| Химический состав и калорийность, российские продукты питания табл 6 стр 134, 2012 Денг + | Хлеб ржаной                                            | 30          |                 | 1,98         | 0,36         | 11,88         | 59,40          | 0,05        | 0,00         | 0,00          | 0,42        | 8,79          | 45,00         | 14,10         | 1,17        |
|                                                                                           | <b>Итого:</b>                                          | <b>703</b>  |                 | <b>22,73</b> | <b>23,39</b> | <b>105,43</b> | <b>690,62</b>  | <b>0,32</b> | <b>21,71</b> | <b>56,25</b>  | <b>3,50</b> | <b>144,73</b> | <b>430,01</b> | <b>112,73</b> | <b>6,85</b> |
|                                                                                           | <b>Всего:</b>                                          | <b>1203</b> |                 | <b>42,27</b> | <b>42,41</b> | <b>193,33</b> | <b>1297,18</b> | <b>0,52</b> | <b>24,08</b> | <b>142,55</b> | <b>4,93</b> | <b>565,48</b> | <b>817,95</b> | <b>182,14</b> | <b>8,61</b> |
| <b>СРЕДА</b>                                                                              |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| <b>Завтрак (младшие)</b>                                                                  |                                                        |             |                 |              |              |               |                |             |              |               |             |               |               |               |             |
| ср 134 табл 6. Денг + 2012                                                                | 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        |
| №172017г.                                                                                 | Каша пшеничная молочная                                | 150         |                 | 10,60        | 13,52        | 23,68         | 236,00         | 0,11        | 0,67         | 22,37         | 0,09        | 78,92         | 105,42        | 27,43         | 0,50        |
| № 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        |

|                                                                                   |                                                |        |        |        |        |         |      |        |        |        |         |         |        |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|---------|------|--------|--------|--------|---------|---------|--------|-------|
| ср 134 таб.6. День + 2012                                                         | Батон нарезной                                 | 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  |
|                                                                                   | Итого:                                         | 503    | 14,88  | 15,39  | 67,38  | 448,02  | 0,20 | 13,50  | 22,37  | 1,15   | 118,47  | 153,32  | 45,33  | 3,64  |
| №1132017г.                                                                        | Обед (младшие)                                 | 200    | 4,35   | 4,83   | 29,30  | 92,40   | 0,04 | 0,40   | 10,00  | 2,06   | 22,84   | 30,80   | 8,54   | 0,52  |
| №2112017г.                                                                        | Суп - лапша домашняя с картофелем              | 200    | 15,42  | 17,96  | 38,93  | 390,50  | 0,16 | 6,76   | 16,95  | 0,39   | 27,21   | 172,00  | 55,61  | 1,63  |
| тк №465 от 13.11.20г                                                              | Плов из куриной грудки(50/150)                 | 40     | 1,09   | 2,87   | 5,82   | 53,52   | 0,02 | 1,87   | 0,00   | 5,92   | 36,37   | 22,32   | 7,24   | 0,30  |
| тк №358 от 23.11.21г                                                              | Икра кабачковая(сметаной)                      | 200    | 0,60   | 0,10   | 20,20  | 123,60  | 0,00 | 1,10   | 0,00   | 0,00   | 15,70   | 16,32   | 3,36   | 0,37  |
| Хим.основа и калийность, российские продукты питания табл.6 стр 134, 2012. День + | 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.основа и калийность, российские продукты питания табл.6 стр 134, 2012. День + | Хлеб ржаной                                    | 30     | 1,98   | 0,36   | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00   | 0,00   | 0,42   | 8,79    | 45,00   | 14,10  | 1,17  |
|                                                                                   | Итого:                                         | 700    | 25,72  | 26,36  | 120,89 | 789,92  | 0,30 | 10,13  | 26,95  | 9,12   | 116,91  | 305,94  | 93,05  | 4,32  |
|                                                                                   | Всего:                                         | 1203   | 40,60  | 41,75  | 188,27 | 1237,94 | 0,50 | 23,63  | 49,32  | 10,27  | 235,38  | 459,26  | 138,38 | 7,96  |
| №52017г.                                                                          | ЧЕТВЕРГ                                        | 50     | 6,27   | 7,86   | 14,83  | 155,00  | 0,04 | 0,11   | 51,50  | 0,45   | 157,20  | 111,00  | 12,45  | 0,45  |
| №172017г.                                                                         | Завтрак (младшие)                              | 180/5  | 4,99   | 7,40   | 28,81  | 206,30  | 0,16 | 0,86   | 33,52  | 133,70 | 210,28  | 63,74   | 1,55   | 0,60  |
| Какао с молоком                                                                   | Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5) | 200    | 4,08   | 3,54   | 2,61   | 58,60   | 0,06 | 1,59   | 24,40  | 0,00   | 151,77  | 124,56  | 21,34  | 0,43  |
| ср 134 таб.6. День + 2012                                                         | Батон нарезной                                 | 65     | 4,87   | 1,88   | 33,41  | 170,30  | 0,08 | 0,00   | 0,00   | 1,11   | 12,35   | 42,25   | 8,45   | 0,78  |
|                                                                                   | Итого:                                         | 500    | 20,21  | 20,68  | 79,66  | 590,20  | 0,34 | 2,56   | 109,42 | 135,26 | 531,60  | 341,55  | 43,79  | 2,26  |
| №42017г.                                                                          | Обед (младшие)                                 | 250    | 2,80   | 6,92   | 16,93  | 133,75  | 0,05 | 10,68  | 0,00   | 2,40   | 49,73   | 54,60   | 26,13  | 1,23  |
| №992017г.                                                                         | Борщ из свежей капусты с картофелем            | 195/5  | 15,04  | 15,97  | 28,80  | 374,45  | 0,20 | 0,41   | 43,01  | 1,65   | 33,88   | 177,84  | 45,06  | 1,64  |
| №382017г.                                                                         | Пельмени отварные с маслом сливочным           | 200    | 0,75   | 0,06   | 15,95  | 68,52   | 0,02 | 0,60   | 0,00   | 0,83   | 33,22   | 22,80   | 18,16  | 0,48  |
| Хим.основа и калийность, российские продукты питания табл.6 стр 134, 2012. День + | Напиток из урюка                               | 20     | 1,52   | 0,16   | 22,14  | 47,00   | 0,02 | 0,00   | 0,00   | 0,22   | 4,00    | 13,00   | 2,80   | 0,22  |
| Хим.основа и калийность, российские продукты питания табл.6 стр 134, 2012. День + | Хлеб пшеничный                                 | 30     | 1,98   | 0,36   | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00   | 0,00   | 0,42   | 8,79    | 45,00   | 14,10  | 1,17  |
|                                                                                   | Итого:                                         | 700    | 22,09  | 23,47  | 95,70  | 683,12  | 0,34 | 11,69  | 43,01  | 5,52   | 129,62  | 313,24  | 106,25 | 4,74  |
|                                                                                   | Всего:                                         | 1200   | 42,30  | 44,15  | 175,36 | 1273,32 | 0,68 | 14,25  | 152,43 | 140,78 | 661,22  | 654,79  | 150,04 | 7,00  |
| ПЯТНИЦА                                                                           | Завтрак (младшие)                              | 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  |
| ср 134 таб.6. День + 2012                                                         | Фрукты (яблоки)                                | 120/30 | 15,55  | 18,35  | 36,06  | 398,93  | 2,27 | 55,55  | 78,88  | 5,67   | 428,93  | 442,84  | 51,83  | 1,30  |
| №3762017г.                                                                        | Сырники из творога со сливочным молоком        | 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  |
| ср 134 таб.6. День + 2012                                                         | Чай с сахаром                                  | 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  |
|                                                                                   | Батон нарезной                                 | 500    | 19,77  | 20,22  | 79,56  | 608,93  | 2,36 | 65,58  | 78,88  | 6,72   | 465,32  | 489,14  | 68,73  | 4,35  |
| №1022017г.                                                                        | Обед (младшие)                                 | 200    | 4,35   | 5,22   | 26,53  | 218,60  | 0,18 | 4,66   | 0,00   | 1,94   | 34,14   | 70,48   | 28,46  | 1,64  |
| №292017г.                                                                         | Суп картофельный с горохом                     | 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  |
| №309 2017г.                                                                       | Птица тушеная в сметанно- томатном соусе       | 150    | 4,58   | 5,01   | 20,52  | 145,50  | 0,12 | 0,00   | 0,00   | 0,34   | 8,45    | 108,87  | 72,03  | 2,42  |
| №422017г.                                                                         | Каша гречневая вязкая                          | 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  |
| Хим.основа и калийность, российские продукты питания табл.6 стр 134, 2012. День + | Компот из свежих яблок                         | 20     | 1,52   | 0,16   | 22,14  | 47,00   | 0,02 | 0,00   | 0,00   | 0,22   | 4,00    | 13,00   | 2,80   | 0,22  |
| Хим.основа и калийность, российские продукты питания табл.6 стр 134, 2012. День + | Хлеб пшеничный                                 | 30     | 1,98   | 0,36   | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00   | 0,00   | 0,42   | 8,79    | 45,00   | 14,10  | 1,17  |
|                                                                                   | Итого:                                         | 700    | 24,24  | 22,57  | 95,49  | 683,10  | 0,41 | 5,34   | 30,10  | 3,42   | 99,37   | 316,35  | 133,58 | 7,05  |
|                                                                                   | Всего:                                         | 1200   | 44,01  | 42,79  | 175,05 | 1292,03 | 2,77 | 70,92  | 108,98 | 10,14  | 564,69  | 805,49  | 202,31 | 11,40 |
| Всего за 5 дней:                                                                  | Хлеб ржаной                                    | 6009   | 210,06 | 212,79 | 921,82 | 6382,44 | 4,95 | 148,71 | 514,59 | 174,25 | 2272,67 | 3331,12 | 793,36 | 42,83 |
| В среднем на 1 учащегося:                                                         |                                                | 1202   | 42,01  | 42,56  | 184,36 | 1276,49 | 0,99 | 29,74  | 102,92 | 34,85  | 454,53  | 646,22  | 158,67 | 8,57  |



## Двухнедельное меню 2-х разового питания для учащихся младших классов (7-11 лет) школ г. Нижнекамска

## 2 - за неделю

№Очередь равнотр

## Наименование продуктов

## ПОНЕДЕЛЬНИК

## Завтрак (младшие)

ср 134 таб 6, Девч +, 2012

## Печенье

№173/2017г.

Каша пшеничная молочноя

№173/2017г.

Чай с сахаром, с яблоком

таб 6 ср 134/2017г.

Батон нарезной

Итого:

## Обед (младшие)

№182/2017г.

Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной

№182/2017г.

Быточи рыбные

№183/2017г.

Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом сливочным

№183/2017г.

Сок фруктовый ( нектар плодовых)

Хим.осн. и лабораторный контроль продукции питания таб 6 ср 134, 2012

## Хлеб пшеничный

Девч +

Хим.осн. и лабораторный контроль продукции питания таб 6 ср 134, 2012

## Хлеб ржаной

Девч +

Итого:

## ВТОРНИК

## Завтрак (младшие)

№209/2017г.

Яйцо вареное

№172/2017г.

Каша геркулесовая молочноя

№172/2017г.

Чай с сахаром

таб 6 ср 134/2017г.

Батон нарезной

Итого:

## Обед (младшие)

№186/2017г.

Рассольник Ленинградский со сметаной

№186/2017г.

Жаркое из птицы (куриных грудок)

№186/2017г.

Капуста квашеная (замоченная)

№186/2017г.

Напиток из яблок и изюма

Хим.осн. и лабораторный контроль продукции питания таб 6 ср 134, 2012

## Хлеб пшеничный

Девч +

Хим.осн. и лабораторный контроль продукции питания таб 6 ср 134, 2012

## Хлеб ржаной

Итого:

## СРЕДА

## Завтрак (младшие)

ср 186, Стр 186, таб 9/2017г.

Фрукты (яблоки)

№172/2017г.

Каша пшеничная молочноя с маслом сливочным

№177/2017г.

Чай с сахаром и лимоном

Выход

Смет-ть

Белки

Жиры

Угл-ды

Калл

В1

С

А

Е

Са

Р

Mg

Fe

|                                                                                |                                          |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|---------|------|-------|-------|------|--------|--------|--------|-------|
| ср 134 таб 6,6 Дневн - 2012                                                    | Батон нарезной                           | Итого: | 45     | 3,38  | 1,31  | 23,13  | 117,90  | 0,05 | 0,00  | 0,00  | 0,77 | 8,55   | 29,25  | 5,85   | 0,54  |
| №119/2017г                                                                     | Обед (младшие)                           |        | 500    | 15,17 | 15,74 | 64,81  | 446,72  | 0,19 | 13,50 | 22,37 | 1,07 | 117,52 | 150,07 | 44,68  | 3,38  |
| пр №824 от 23.12.2012г                                                         | Суп гороховый с гречками                 |        | 200/5  | 7,24  | 7,96  | 30,41  | 250,82  | 0,25 | 0,00  | 0,00  | 3,60 | 41,62  | 143,70 | 31,20  | 2,72  |
| пр №824 от 23.12.2012г                                                         | Котлеты Золотые из куриных грудок        |        | 90     | 11,20 | 10,96 | 24,82  | 229,63  | 0,08 | 0,68  | 58,65 | 1,02 | 23,96  | 169,50 | 25,65  | 2,15  |
| №101/2017г                                                                     | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным |        | 150/3  | 4,60  | 7,19  | 20,56  | 165,30  | 0,12 | 0,00  | 12,00 | 0,37 | 9,17   | 109,77 | 72,03  | 2,43  |
| пр №134 от 23.12.2012г                                                         | Напиток из сухофруктов                   |        | 200    | 0,70  | 0,10  | 22,03  | 92,90   | 0,02 | 0,73  | 0,00  | 0,10 | 32,48  | 23,44  | 17,46  | 0,70  |
| Хлебостом и калорийность<br>последнего продукта<br>питание таб 6, с. 134, 2012 | Хлеб пшеничный                           |        | 25     | 1,90  | 0,20  | 12,30  | 58,75   | 0,03 | 0,00  | 0,00  | 0,28 | 5,00   | 16,25  | 3,50   | 0,28  |
| Дневн -                                                                        |                                          |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| Хлебостом и калорийность<br>последнего продукта<br>питание таб 6, с. 134, 2012 | Хлеб ржаной                              |        | 30     | 1,98  | 0,36  | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00  | 0,00  | 0,42 | 8,79   | 45,00  | 14,10  | 1,17  |
| Дневн -                                                                        |                                          |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| Итого:                                                                         |                                          | 703    | 119,71 | 27,62 | 26,77 | 122,00 | 856,80  | 0,55 | 1,41  | 70,65 | 5,79 | 121,02 | 507,66 | 163,94 | 9,45  |
| Всего:                                                                         |                                          | 1203   |        | 42,79 | 42,51 | 186,81 | 1303,52 | 0,74 | 14,91 | 93,02 | 6,86 | 238,54 | 657,73 | 208,62 | 13,03 |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>                                                                 |                                          |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| таб 6 с. 135, Дневн Понес                                                      | Завтрак (младшие)                        |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| 2012г                                                                          | Пранники                                 |        | 35     | 2,10  | 2,10  | 9,20   | 89,50   | 0,00 | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 0,00   | 0,00   | 0,00   | 0,00  |
| №172/2017г                                                                     | Каша кукурузная молочная                 |        | 200    | 7,95  | 11,84 | 19,01  | 201,46  | 0,09 | 0,96  | 14,80 | 0,30 | 136,07 | 150,61 | 31,61  | 1,66  |
| №173/2017г                                                                     | 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  |
| ср 134 таб 6,6 Дневн - 2012                                                    | Батон нарезной                           | Итого: | 65     | 4,87  | 1,88  | 33,41  | 170,30  | 0,08 | 0,00  | 0,00  | 1,11 | 12,35  | 42,25  | 8,45   | 0,78  |
| №161/2017г                                                                     | Обед (младшие)                           |        | 500    | 14,99 | 15,84 | 69,62  | 493,26  | 0,17 | 0,99  | 14,80 | 1,41 | 159,31 | 195,66 | 41,46  | 2,69  |
| пр №1738 от 23.11.12г                                                          | Пи из св. капусты с картофелем           |        | 200    | 4,54  | 5,41  | 28,50  | 153,90  | 0,05 | 12,64 | 5,00  | 1,90 | 43,80  | 42,25  | 18,15  | 0,67  |
| №112/2017г                                                                     | Терфтели мясные с геркулесом             |        | 90     | 11,56 | 11,01 | 7,86   | 159,59  | 0,04 | 0,25  | 26,66 | 0,38 | 18,65  | 72,18  | 13,97  | 0,58  |
| пр №1538 от 23.11.21г                                                          | Пюре картофельное с маслом сливочным     |        | 150/3  | 3,09  | 6,98  | 12,48  | 157,55  | 0,14 | 18,16 | 12,00 | 0,21 | 37,70  | 87,50  | 27,75  | 1,02  |
| Хлебостом и калорийность<br>последнего продукта<br>питание таб 6, с. 134, 2012 | Кисель                                   |        | 200    | 0,60  | 0,10  | 20,20  | 123,60  | 0,00 | 1,10  | 0,00  | 0,00 | 15,70  | 16,32  | 3,36   | 0,37  |
| Дневн -                                                                        | 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  |
| Хлебостом и калорийность<br>последнего продукта<br>питание таб 6, с. 134, 2012 | Хлеб ржаной                              |        | 30     | 1,98  | 0,36  | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00  | 0,00  | 0,42 | 8,79   | 45,00  | 14,10  | 1,17  |
| Дневн -                                                                        |                                          |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| Итого:                                                                         |                                          | 703    | 119,71 | 24,05 | 24,10 | 95,68  | 724,54  | 0,31 | 32,15 | 43,66 | 3,24 | 130,64 | 282,75 | 81,53  | 4,14  |
| Всего:                                                                         |                                          | 1203   |        | 39,04 | 39,94 | 165,30 | 1217,80 | 0,48 | 33,14 | 58,46 | 4,65 | 289,95 | 478,41 | 122,99 | 6,83  |
| <b>ПЯТНИЦА</b>                                                                 |                                          |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| ср 134 таб 6,6 Дневн - 2012г                                                   | Завтрак (младшие)                        |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| №172/2017г                                                                     | 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  |
| №172/2017г                                                                     | Каша ячневая молочная с маслом сливочным |        | 150/3  | 6,61  | 9,83  | 21,12  | 211,89  | 0,05 | 0,51  | 41,18 | 0,29 | 86,41  | 127,46 | 19,01  | 0,46  |
| №132/2017г                                                                     | Какао с молоком                          |        | 200    | 4,08  | 3,54  | 2,61   | 58,60   | 0,06 | 1,59  | 24,40 | 0,00 | 151,77 | 124,56 | 21,34  | 0,43  |
| ср 134 таб 6,6 Дневн - 2012г                                                   | Батон нарезной                           |        | 50     | 3,76  | 1,74  | 30,84  | 132,00  | 0,06 | 0,00  | 0,00  | 0,00 | 10,00  | 32,00  | 6,00   | 0,60  |
| пр 134 таб 6,6 Дневн - 2012г                                                   | Итого:                                   | 503    |        | 14,85 | 15,51 | 64,37  | 449,49  | 0,20 | 12,10 | 65,58 | 0,49 | 264,18 | 295,02 | 55,35  | 3,69  |
| пр №1533 от 23.03.21г                                                          | Обед (младшие)                           |        |        |       |       |        |         |      |       |       |      |        |        |        |       |
| №101/2017г                                                                     | Свежая отварная (бизон)                  |        | 60     | 0,84  | 3,61  | 4,96   | 55,68   | 0,01 | 3,99  | 0     | 0    | 21,28  | 24,38  | 12,42  | 0,79  |
| №101/2017г                                                                     | Суп картофельный с вермишелью            |        | 200    | 6,15  | 4,27  | 25,96  | 114,60  | 0,09 | 6,60  | 0,00  | 1,14 | 23,36  | 54,06  | 21,82  | 0,90  |