

"СОГЛАСОВАНО"

Заместитель начальника МКУ "Управления образования" по
воспитательной работе

_____/Л.Р.Сафина/

"СОГЛАСОВАНО"

Технолог МКУ "Управления
образования"

_____/Т.Ю.Тактаева/

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник МКУ "Управления
образования"

_____/А.З.Сабиров/

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "ГРАНД"

_____/Ю.С.Васянина/

Примерное 2-х недельное меню для пришкольных, трудовых лагерей на 2023 год.

№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
1 день													
Завтрак:													
173	Каша вязкая молочная пшениная с маслом сливочным	150/5	9,58	14,43	17,77	134,6	0,73	180/5	10,4	13,54	26,52	208,6	0,88
382	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,57	118,6	1,58	200	4,07	3,54	17,57	118,6	1,58
15	Сыр порциями	16	4,95	6,09	0	101,01	0,15	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
338	Фрукты свежие	140	0,70	0,70	13,68	65,80	14,00	100	0,50	0,50	9,75	47,10	10,00
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			21,65	25,06	63,51	490,16	16,46		20,02	21,64	65,92	495,89	12,55
Обед:													
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,66	3,66	2,74	46,62	10,83	60	0,66	3,66	2,74	46,62	10,83
101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	4	14	16,75	165,75	9,1	250	4	14	16,75	165,75	9,1
312	Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1	0	180	12,8	9,58	59,5	211,2	0
268	Котлеты говяжьи с соусом сметанным с томатом	70/30	11,73	14,03	12,81	226,8	0,8	70/30	11,73	14,03	12,81	226,8	0,8
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:			32,47	41,25	137,61	813,35	20,76		33,20	41,95	136,15	849,27	20,76
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
ПР	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			62,12	70,23	251,08	1554,31	41,22		61,22	67,51	252,03	1595,96	37,31



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
2 день													
Завтрак													
223	Запеканка из творога с молочным соусом	150/20	18,74	12,9	28,92	306	0,85	180/20	22,05	15,18	34,03	360	1
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,60	1,30	200	3,16	2,67	15,94	100,60	1,30
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
ПР	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		25,89	35,36	84,48	759,15	2,15		28,81	37,59	87,18	801,46	2,30	
Обед:													
71	Огурцы порционные	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	12,56	8,40	15,40	189,75	15,78	250/10	12,56	8,40	15,40	189,75	15,78
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/50	12,60	7,52	5,77	159,60	5,66	60/50	12,60	7,52	5,77	159,60	5,66
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:		36,51	25,74	111,05	797,13	24,27		36,97	27,14	112,56	803,21	24,27	
Полдник:													
356	Кисель фруктовый	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3
ПР	Кондитерское изделие (пряник)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30	
ИТОГО:		65,79	65,12	240,39	1841,48	44,72		69,17	68,75	244,60	1889,87	44,87	



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
3 день													
Завтрак													
173	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	180/5	15,90	19,59	3,10	252,34	0,35
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
15	Сыр порциями	16	4,95	6,09	0	101,01	0,15	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
338	Фрукты свежие	140	0,70	0,70	13,68	65,80	14,00	100	0,50	0,50	9,75	47,10	10,00
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			21,39	23,52	45,77	508,38	14,47		21,52	24,17	39,93	481,03	10,47
Обед:													
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,26	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,26
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,11	5,1	28,17	177,25	8,38	250/10	3,11	5,1	28,17	177,25	8,38
289	Рагу из птицы	150/50	18,45	19,47	31,02	204,8	12,3	180/50	22,45	23,96	48,6	296,96	13,8
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
356	Кисель фруктовый	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3
Итого обед:			27,35	27,38	112,39	699,57	49,24		30,68	31,77	125,10	768,55	50,74
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
ПР	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			56,74	54,82	208,12	1458,75	67,71		60,20	59,86	214,99	1500,38	65,21



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
4 день													
Завтрак													
194	Плов с изюмом	150	12,1	17,2	11,82	166	0,81	180	13,5	18,24	16,18	237	0,97
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
ПР	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			17,61	38,34	67,34	627,83	2,14		18,62	39,33	69,29	687,14	2,30
Обед:													
71	Помидоры порционные	60	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	60	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,98	13,4	28,18	183,75	10,68	250/10	1,98	13,4	28,18	183,75	10,68
171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	6,84	8,01	40,06	260	0	180	8,1	9,61	48,07	312	0
279	Тефтели говяжьи с соусом сметанным с томатом	60/50	8,95	9,95	11,33	170,4	0,49	60/50	8,95	9,95	11,33	170,4	0,49
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			23,70	33,74	138,67	922,23	22,40		24,29	35,24	141,81	951,05	22,40
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
ПР	Кондитерское изделие (пряник)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			49,31	76,00	255,97	1800,86	28,54		50,91	78,49	261,06	1888,99	28,70



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
5 день													
Завтрак													
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	150/5	8,63	14,52	16,50	154,00	0,73	180/5	10,00	15,22	26,00	221,80	0,88
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
338	Фрукты свежие	140	0,70	0,70	13,68	65,80	14,00	100	0,50	0,50	9,75	47,10	10,00
377	Чай с лимоном	200/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83	200/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		11,81	15,54	59,87	351,95	17,56		12,59	15,99	63,03	389,36	13,71	
Обед:													
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25
199	Гороховое пюре с маслом сливочным	150/5	8,42	1,75	44,47	143,4	0	180/5	9,1	2,1	49,36	183,8	0
295	Котлеты куриные с соусом сметанным с томатом	70/30	11,26	12,70	13,30	212,80	0,74	70/30	11,26	12,70	13,30	212,80	0,74
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:		25,95	29,51	141,43	864,39	15,50		25,96	29,76	141,45	881,61	15,50	
Полдник:													
356	Кисель фруктовый	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3
ПР	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30	
ИТОГО:		41,15	49,07	246,16	1501,54	51,36		41,94	49,77	249,34	1556,17	47,51	



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
6 день													
Завтрак													
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	4,66	5,01	8	151,9	0,89	180/5	6,01	6	15	200,4	1,07
15	Сыр порциями	16	4,95	6,09	0	101,01	0,15	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	1,59	200	4,08	3,54	17,58	118,6	1,59
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			16,04	14,94	40,07	441,66	2,63		15,14	13,60	44,66	440,59	2,75
Обед:													
71	Огурцы порционные	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	9,56	13,40	32,40	139,75	15,78	250/10	9,56	13,40	32,40	139,75	15,78
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
234	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	70/30	9,13	7,53	12,64	155,40	0,24	70/30	9,13	7,53	12,64	155,40	0,24
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:			29,45	29,27	127,32	670,13	18,15		29,91	30,67	128,83	676,21	18,15
Полдник:													
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
ПР	Кондитерское изделие (вафли)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			3,66	5,42	52,36	298,80	0,73		3,66	5,42	52,36	298,80	0,73
ИТОГО:			49,15	49,63	219,75	1410,59	21,51		48,71	49,69	225,85	1415,60	21,63



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
7 день													
Завтрак													
181	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	180/5	15,90	19,59	3,10	252,34	0,35
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
15	Сыр порциями	16	4,95	6,09	0	101,01	0,15	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
338	Фрукты свежие	140	0,70	0,70	13,68	65,80	14,00	100	0,50	0,50	9,75	47,10	10,00
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:		22,84	24,85	46,67	557,66	15,77		835,00	22,97	25,50	40,83	530,31	11,77
Обед:													
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,26	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,26
102	Суп картофельный с горохом	250	11,73	17,26	26,5	175,4	5,83	250	11,73	17,26	28,5	175,4	5,83
291	Плов из птицы	150/50	13,38	7,14	38,42	195,1	0	180/50	16,8	8,55	43,8	297,8	0
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:		31,17	28,61	125,62	701,62	16,82			33,92	29,92	128,13	781,14	16,82
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
ПР	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:		62,01	57,38	222,25	1510,08	36,59			64,89	59,34	218,92	1562,25	32,59



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
8 день													
Завтрак													
223	Запеканка из творога с молочным соусом	150/20	18,74	12,9	28,92	306	0,85	180/20	22,05	15,18	34,03	360	1
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
15	Сыр порциями	16	4,95	6,09	0	101,01	0,15	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	1,59	200	4,08	3,54	17,58	118,6	1,59
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			30,12	22,83	60,99	595,76	2,59		31,18	22,78	63,69	600,19	2,68
Обед:													
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,66	3,66	2,74	46,62	10,83	60	0,66	3,66	2,74	46,62	10,83
113	Суп-лапша домашняя	250	4,82	15,45	25,8	204,5	0,5	250	4,82	12,45	25,8	204,5	0,5
279	Тефтели говяжьи с соусом сметанным с томатом	60/50	8,95	9,95	11,33	170,4	0,49	60/50	8,95	9,95	11,33	170,4	0,49
312	Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1	0	180	12,8	9,58	59,5	211,2	0
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:			30,51	38,62	145,18	795,70	11,85		31,24	36,32	143,72	831,62	11,85
Полдник:													
356	Кисель фруктовый	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3
ПР	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
Итого полдник:			1,95	12,34	40,10	335,60	18,30		1,95	12,34	40,10	335,60	18,30
ИТОГО:			62,58	73,79	246,27	1727,06	32,74		64,37	71,44	247,51	1767,41	32,83



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
9 день													
Завтрак													
174	Каша вязкая молочная рисовая с маслом сливочным	150/5	3,46	7,84	13,72	137,40	0,73	180/5	4,81	6,28	18,26	193,50	0,88
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,60	1,30	200	3,16	2,67	15,94	100,60	1,30
338	Фрукты свежие	140	0,70	0,70	13,68	65,80	14,00	100	0,50	0,50	9,75	47,10	10,00
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			9,67	11,51	57,83	373,95	16,03		10,43	9,70	56,03	399,66	12,18
Обед:													
71	Огурцы порционные	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,98	18,4	28,18	153,75	10,68	250/10	6,98	18,4	28,18	153,75	10,68
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
268	Котлеты говяжьи с соусом сметанным с томатом	70/30	11,73	14,03	12,81	226,8	0,8	70/30	11,73	14,03	12,81	226,8	0,8
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			30,06	42,25	130,87	828,33	14,31		30,52	43,65	132,38	834,41	14,31
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
ПР	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			47,73	57,68	238,66	1453,08	34,34		48,95	57,27	238,37	1484,87	30,49



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
10 день													
Завтрак													
173	Каша вязкая молочная пшениная с маслом сливочным	150/5	9,58	14,43	17,77	134,6	0,73	180/5	10,4	13,54	26,52	208,6	0,88
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
ПР	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		15,09	35,57	73,29	596,43	2,06		15,52	34,63	79,63	658,74	2,21	
Обед:													
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25
289	Рагу из птицы	150/50	18,45	19,47	31,02	204,8	12,3	180/50	22,45	23,96	48,6	296,96	13,8
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:		24,72	34,53	114,68	712,99	27,06		28,05	38,92	127,39	781,97	28,56	
Полдник:													
356	Кисель фруктовый	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3
ПР	Кондитерское изделие (пряник)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30	
ИТОГО:		43,20	74,12	232,83	1594,62	47,42		46,96	77,57	251,88	1725,91	49,07	



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
11 день													
Завтрак:													
181	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	180/5	15,90	19,59	3,10	252,34	0,35
15	Сыр порциями	16	4,95	6,09	0	101,01	0,15	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	1,59	200	4,08	3,54	17,58	118,6	1,59
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		24,70	26,34	34,67	501,18	2,03		25,03	27,19	32,76	492,53	2,03	
Обед:													
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,66	3,66	2,74	46,62	10,83	60	0,66	3,66	2,74	46,62	10,83
101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	4	14	16,75	165,75	9,1	250	6	16,4	21,4	185,75	9,1
312	Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1	0	180	12,8	9,58	59,5	211,2	0
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/50	12,60	7,52	5,77	159,60	5,66	60/50	12,60	7,52	5,77	159,60	5,66
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:		33,34	34,74	130,57	746,15	25,62		36,07	37,84	133,76	802,07	25,62	
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
ПР	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00	
ИТОГО:		66,04	65,00	215,20	1498,13	31,65		69,10	68,95	216,48	1545,40	31,65	



№ реп	Наименование блюд	7-10 лет						11-17 лет					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
12 день													
Завтрак													
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	4,66	5,01	8	151,9	0,89	180/5	6,01	6	15	200,4	1,07
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
338	Фрукты свежие	140	0,70	0,70	13,68	65,80	14,00	100	0,50	0,50	9,75	47,10	10,00
377	Чай с лимоном	200/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83	200/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			7,92	13,28	51,50	415,85	17,72		8,68	14,02	52,16	433,96	13,9
Обед:													
71	Огурцы порционные	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,11	5,1	28,17	177,25	8,38	250/10	3,11	5,1	28,17	177,25	8,38
295	Котлеты куриные с соусом сметанным с томатом	70/30	11,26	12,70	13,30	212,80	0,74	70/30	11,26	12,70	13,30	212,80	0,74
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0	180	4,38	6,45	44,02	251,64	0
ПР	Хлеб дарницкий	40	2,26	0,46	19,73	91,93	0	35	1,98	0,41	17,27	80,44	0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	25	1,96	0,25	12,08	58,46	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			23,71	25,49	136,11	901,23	11,95		23,77	26,47	138,58	919,99	11,95
Полдник:													
356	Кисель фруктовый	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3	200	0,39	0,1	15,1	119,2	18,3
ПР	Кондитерское изделие (вафли)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			3,39	4,02	44,86	285,20	18,30		3,39	4,02	44,86	285,20	18,30
ИТОГО:			35,02	42,79	232,47	1602,28	47,97		35,84	44,51	235,60	1639,15	44,15

Идентификатор документа b68c8025-505a-4657-b2a7-c00e07d4d977



Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Владелец сертификата: организация, сотрудник

Сертификат: серийный номер, период действия

Дата и время подписания

Подписи отправителя:



ООО "ГРАНД"
ВАСЯНИНА ЮЛИЯ СЕРГЕЕВНА, директор

01C5BAC9001FAF32894D268C06255EF85B
с 29.09.2022 15:04 по 29.12.2023 15:04 GMT+03:00

05.05.2023 10:35 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа

Подписи получателя:



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ПОС. НОВЫЙ" ТУКАЕВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
Петрова Людмила Анатольевна, Директор

009143AFF33AC1E798E1D674A57590854D
с 15.07.2022 16:00 по 08.10.2023 16:00 GMT+03:00

05.05.2023 14:01 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа