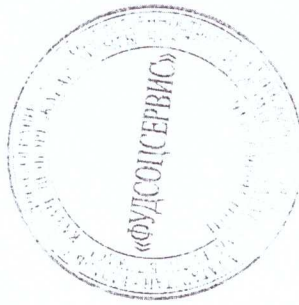


Согласовано  
Руководитель общеобразовательного учреждения

*Тай Тонгачев Е.А.*



Разработано и утверждено  
Директор ООО "ФУДСОЦСЕРВИС"

*[Signature]*  
Э.Р. Харламова  
Директор ООО "АБК-Пэймент"

*[Signature]*  
Р.Р. Рахматуллин



## Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов  
общеобразовательных организаций Республики Татарстан

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1 по 4 КЛАССЫ**

| № рецептуры                                                                    | Наименование блюда                             | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углевод<br>ы, г | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин А,<br>мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг        | Р, мг         | Мg, мг       | Fe, мг      |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>1-ая неделя</b>                                                             |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| <b>1 день</b>                                                                  |                                                |            |              |              |                 |                        |                   |                  |                  |                  |               |               |              |             |
| ТК                                                                             | Котлета из мяса птицы                          | 90         | 10,20        | 12,93        | 13,79           | 198,00                 | 0,09              | 0,94             | 46,26            | 2,52             | 47,83         | 85,09         | 18,72        | 1,26        |
| № 203 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017          | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/5      | 5,70         | 4,30         | 31,99           | 189,30                 | 0,06              | 0,00             | 20,00            | 0,82             | 12,39         | 38,67         | 8,62         | 0,86        |
| ТК                                                                             | Зеленый горошек (с (доп. гарнир)               | 40         | 1,19         | 2,08         | 2,50            | 33,44                  | 0,04              | 4,40             | 0,00             | 0,96             | 8,58          | 23,98         | 8,32         | 0,27        |
| № 349 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017          | Компот из сухофруктов (75с)                    | 200        | 0,66         | 0,09         | 22,03           | 92,80                  | 0,02              | 0,73             | 0,00             | 0,51             | 32,18         | 23,44         | 17,46        | 0,67        |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 | Хлеб ржаной                                    | 30         | 1,98         | 0,36         | 11,88           | 59,40                  | 0,05              | 0,00             | 0,00             | 0,42             | 8,70          | 45,00         | 14,10        | 1,17        |
| Дели +                                                                         | <b>Итого:</b>                                  | <b>515</b> | <b>19,73</b> | <b>19,75</b> | <b>82,19</b>    | <b>572,94</b>          | <b>0,26</b>       | <b>6,06</b>      | <b>66,26</b>     | <b>5,23</b>      | <b>109,68</b> | <b>216,17</b> | <b>67,22</b> | <b>4,23</b> |

25%

|                                                                                |                                              |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| <b>2 день</b>                                                                  |                                              |            |              |              |              |               |             |              |              |             |               |               |              |             |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012   | Плоды и ягоды свежие (яблоки)                | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 47,00         | 0,03        | 10,00        |              | 0,20        | 16,00         | 11,00         | 9,00         | 2,20        |
| № 175,219 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017      | Сырники из творога с молочной кашей "Дружба" | 50/150     | 12,92        | 14,39        | 31,09        | 292,26        | 0,11        | 0,85         | 51,58        | 1,52        | 178,25        | 229,27        | 39,46        | 0,94        |
| № 376 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017          | Чай с сахаром                                | 190/10     | 0,07         | 0,02         | 10,01        | 40,00         | 0,00        | 0,03         | 0,00         | 0,00        | 10,95         | 2,80          | 1,40         | 0,27        |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 | Хлеб ржаной                                  | 40         | 2,64         | 0,48         | 15,84        | 79,20         | 0,07        | 0,00         | 0,00         | 0,56        | 11,60         | 60,00         | 18,80        | 1,56        |
| Дели +                                                                         | <b>Итого:</b>                                | <b>540</b> | <b>16,03</b> | <b>15,29</b> | <b>66,74</b> | <b>458,46</b> | <b>0,20</b> | <b>10,88</b> | <b>51,58</b> | <b>2,28</b> | <b>216,80</b> | <b>303,07</b> | <b>68,66</b> | <b>4,96</b> |

20%

|                                                                              |                            |            |              |              |              |               |             |             |              |             |               |               |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| <b>3 день</b>                                                                |                            |            |              |              |              |               |             |             |              |             |               |               |               |              |
| № 15 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017         | Сыр порционн               | 10         | 2,63         | 2,66         | 0,00         | 34,33         | 0,00        | 0,07        | 21,00        | 0,04        | 100,00        | 60,00         | 5,50          | 0,07         |
| № 260 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017        | Гуляш из говядины          | 50/50      | 10,39        | 14,79        | 10,30        | 221,00        | 0,03        | 0,92        |              | 2,61        | 21,81         | 154,15        | 22,03         | 3,06         |
| № 171 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017        | Каша гречневая рассыпчатая | 150        | 3,77         | 2,29         | 39,72        | 214,00        | 0,21        | 0,00        | 0,00         | 0,40        | 23,99         | 207,35        | 140,52        | 4,71         |
| № 377 Сбор рец. На прод-ию для обр-ч. Во всех образах урреч-Дели 2017        | Чай с сахаром, с лимоном   | 185/10/5   | 0,11         | 0,02         | 10,15        | 41,32         | 0,00        | 2,03        | 0,00         | 0,01        | 13,25         | 3,96          | 2,16          | 0,33         |
| Хим. состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 | Хлеб ржаной                | 50         | 3,30         | 0,60         | 19,80        | 99,00         | 0,09        | 0,00        | 0,00         | 0,70        | 14,50         | 75,00         | 23,50         | 1,95         |
| Дели +                                                                       | <b>Итого:</b>              | <b>510</b> | <b>20,20</b> | <b>20,36</b> | <b>79,97</b> | <b>609,65</b> | <b>0,33</b> | <b>3,02</b> | <b>21,00</b> | <b>3,76</b> | <b>173,55</b> | <b>500,46</b> | <b>193,71</b> | <b>10,12</b> |

25%

|                                                                               |        |                                                 |           |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------|-----------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| № 52 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017        | 4 День | Салат из свежеты отварной с маслом растительным | 60        | 0,84  | 3,61  | 4,96  | 55,68  | 0,01 | 3,99  | 0,00  | 1,62 | 21,28  | 24,38  | 12,42 | 0,79 |
| ТТК                                                                           |        | Котлета из мяса птицы                           | 90        | 10,20 | 12,93 | 13,79 | 198,00 | 0,09 | 0,94  | 46,26 | 2,52 | 47,83  | 85,09  | 18,72 | 1,26 |
| № 312 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017       |        | Пюре картофельное с маслом сливочным            | 150/3     | 4,11  | 3,55  | 30,79 | 202,80 | 0,19 | 24,21 | 12,00 | 0,27 | 50,02  | 116,36 | 37,00 | 1,35 |
| № 376 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017       |        | Чай с сахаром, с яблоком                        | 180/10/10 | 0,11  | 0,06  | 10,98 | 44,70  | 0,00 | 1,03  | 0,00  | 0,02 | 12,55  | 3,90   | 2,30  | 0,48 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012   |        | Хлеб пшеничный                                  | 20        | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 47,00  | 0,02 | 0,00  | 0,00  | 0,22 | 4,00   | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 |        | Хлеб ржаной                                     | 30        | 1,98  | 0,36  | 11,88 | 59,40  | 0,05 | 0,00  | 0,00  | 0,42 | 8,70   | 45,00  | 14,10 | 1,17 |
|                                                                               | Итого: |                                                 | 553       | 18,76 | 20,66 | 82,24 | 607,58 | 0,36 | 30,17 | 58,26 | 5,07 | 144,37 | 287,73 | 87,34 | 5,28 |

25%

|                                                                                 |        |                                             |       |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012     | 5 День | Плоды и ягоды свежие (яблоки)               | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  | 0,03 | 10,00 |       | 0,20 | 16,00  | 11,00  | 9,00  | 2,20 |
| № 15 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017          |        | Сыр порционно                               | 15    | 3,95  | 3,99  | 0,00  | 51,50  | 0,01 | 0,11  | 31,50 | 0,06 | 150,00 | 90,00  | 8,25  | 0,11 |
| № 390,391,392 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017 |        | Пельмени мясные отварные с маслом сливочным | 150/5 | 8,79  | 11,20 | 31,40 | 295,65 | 0,15 | 0,32  | 37,70 | 1,28 | 26,34  | 137,15 | 34,66 | 1,26 |
| № 379 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017         |        | Кофейный напиток с молоком (сахар 20г)      | 200   | 3,17  | 2,68  | 15,95 | 100,60 | 0,04 | 1,30  | 20,00 | 0,00 | 125,78 | 90,00  | 14,00 | 0,13 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 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 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012   |        | Хлеб ржаной                                 | 30    | 1,98  | 0,36  | 11,88 | 59,40  | 0,05 | 0,00  | 0,00  | 0,42 | 8,70   | 45,00  | 14,10 | 1,17 |
|                                                                                 |        |                                             | 525   | 20,18 | 18,83 | 81,33 | 612,90 | 0,31 | 11,72 | 89,20 | 2,24 | 331,82 | 389,40 | 83,51 | 5,15 |

25%

|                                                                               |                           |                                             |          |        |        |        |         |      |       |        |       |         |         |        |       |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------|----------|--------|--------|--------|---------|------|-------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| № 47 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017        | 6 День                    | Салат из квашеной капусты                   | 60       | 1,02   | 3,00   | 5,07   | 51,42   | 0,01 | 11,89 | 0,00   | 9,24  | 31,35   | 20,37   | 9,61   | 0,40  |
| № 234 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2015       |                           | Биточки рыбные                              | 90       | 13,17  | 10,70  | 15,79  | 193,30  | 0,09 | 0,94  | 46,26  | 2,52  | 47,83   | 85,09   | 18,72  | 1,26  |
| № 302 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2015       |                           | Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным | 150/3    | 3,63   | 6,50   | 37,58  | 223,35  | 0,03 | 0,00  | 12,00  | 0,29  | 6,03    | 78,81   | 25,46  | 0,53  |
| № 377 Сбор.рец. На прод.-ию для обуч. Во всех образ. укреж.-Дели - 2017       |                           | Чай с сахаром, с лимоном                    | 185/10/5 | 0,11   | 0,02   | 10,15  | 41,32   | 0,00 | 2,03  | 0,00   | 0,01  | 13,25   | 3,96    | 2,16   | 0,33  |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 |                           | Хлеб ржаной                                 | 30       | 1,98   | 0,36   | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00  | 0,00   | 0,42  | 8,70    | 45,00   | 14,10  | 1,17  |
|                                                                               | Итого:                    |                                             | 533      | 19,91  | 20,58  | 80,47  | 568,79  | 0,18 | 14,85 | 58,26  | 12,48 | 107,15  | 233,23  | 70,04  | 3,69  |
|                                                                               | Итого за 6 дней 1 недели: |                                             | 3176     | 114,83 | 115,47 | 472,94 | 3430,32 | 1,64 | 76,70 | 344,56 | 31,05 | 1083,38 | 1930,05 | 570,47 | 33,43 |

25%

**2-ая неделя**

| 1 День                                                                               |                                            |          |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| ТТК                                                                                  | Котлета из мяса птицы                      | 90       | 10,20 | 12,93 | 13,79 | 198,00 | 0,09 | 0,94  | 46,26 | 2,52 | 47,83  | 85,09  | 18,72 | 1,26 |
| № 182 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-ях Учреж.-Дели 2017               | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180/3    | 4,09  | 5,08  | 37,26 | 216,90 | 0,17 | 1,05  | 28,20 | 0,13 | 122,85 | 164,13 | 42,84 | 1,10 |
| № 376 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-ях Учреж.-Дели 2017               | Чай "Витаминный" с шиповником              | 185/10/5 | 0,24  | 0,09  | 12,43 | 54,20  | 0,00 | 50,03 | 0,00  | 0,19 | 13,95  | 3,65   | 2,25  | 0,42 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +   | Хлеб пшеничный                             | 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 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания, табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной                                | 30       | 1,98  | 0,36  | 11,88 | 59,40  | 0,05 | 0,00  | 0,00  | 0,42 | 8,70   | 45,00  | 14,10 | 1,17 |
|                                                                                      | Итого:                                     | 528      | 18,40 | 18,66 | 87,65 | 587,25 | 0,34 | 52,02 | 74,46 | 3,53 | 198,33 | 314,12 | 81,41 | 4,22 |

25%

| 2 день                                                                              |                                   |        |       |       |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|-------|------|------|-------|--------|-------|------|
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 Дели +  | Плоды и ягоды свежие (яблоки)     | 100    | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 47,00  | 0,03 | 10,00 |      | 0,20 | 16,00 | 11,00  | 9,00  | 2,20 |
| № 265 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2017                | Плов из говядины с рисовой крупой | 50/150 | 15,95 | 19,55 | 39,75 | 408,42 | 0,04 | 0,27  | 0,00 | 4,23 | 29,33 | 176,23 | 40,58 | 2,64 |
| № 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017                 | Чай с сахаром                     | 190/10 | 0,07  | 0,02  | 10,01 | 40,00  | 0,00 | 0,03  | 0,00 | 0,00 | 10,95 | 2,80   | 1,40  | 0,27 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели +  | 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 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 144, 2012 Дели + | Хлеб ржаной                       | 20     | 1,32  | 0,24  | 7,92  | 39,60  | 0,03 | 0,00  | 0,00 | 0,28 | 5,80  | 30,00  | 9,40  | 0,78 |
|                                                                                     | Итого:                            | 545    | 19,64 | 20,41 | 79,78 | 593,77 | 0,13 | 10,30 | 0,00 | 4,98 | 67,08 | 236,28 | 63,88 | 6,16 |

25%

| 3 день                                                                             |                                   |       |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| № 229 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017                | Рыба, тушенная в томате с овощами | 50/50 | 9,05  | 6,09  | 3,80  | 105,00 | 0,05 | 3,73  | 5,82  | 2,52 | 39,07  | 162,19 | 48,53 | 0,85 |
| № 312 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2017               | Пюре картофельное                 | 150   | 3,09  | 6,98  | 20,48 | 157,05 | 0,14 | 18,16 | 12,00 | 0,21 | 37,70  | 87,50  | 27,75 | 1,02 |
| № 321 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2017               | Капуста тушенная (доп. гарнир)    | 50    | 1,03  | 1,62  | 4,71  | 37,55  | 0,01 | 8,58  | 0,00  | 0,87 | 27,73  | 20,07  | 10,33 | 0,40 |
| №342 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2017                 | Компот из свежих яблок (75С)      | 200   | 0,16  | 0,16  | 17,90 | 74,60  | 0,01 | 0,90  | 0,00  | 0,08 | 13,88  | 4,40   | 5,14  | 0,92 |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 Дели + | Хлеб пшеничный                    | 35    | 2,66  | 0,28  | 17,22 | 82,25  | 0,04 | 0,00  | 0,00  | 0,39 | 7,00   | 22,75  | 4,90  | 0,39 |
|                                                                                    | Итого:                            | 538   | 15,99 | 15,13 | 64,11 | 456,45 | 0,25 | 31,37 | 17,82 | 4,06 | 125,37 | 296,91 | 96,65 | 3,58 |

20%

|                                                                             |                                                             |          |        |        |        |         |      |        |        |       |         |         |         |       |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------|--------|--------|--------|---------|------|--------|--------|-------|---------|---------|---------|-------|
| 4 день                                                                      |                                                             |          |        |        |        |         |      |        |        |       |         |         |         |       |
| ТТК                                                                         | Тфтели куриные с гречневой крупой в сметанно-томатном соусе | 60/40    | 3,17   | 5,19   | 9,85   | 118,01  | 0,07 | 0,28   | 29,62  | 0,46  | 21,68   | 92,80   | 26,56   | 1,04  |
| № 203 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-уичреж-Дели 2017         | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным              | 180/3    | 6,64   | 7,60   | 31,78  | 221,94  | 0,07 | 0,00   | 12,00  | 1,19  | 6,55    | 45,50   | 25,34   | 1,33  |
| № 382 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-уичреж-Дели 2017         | Какао с молоком                                             | 200      | 4,08   | 3,54   | 7,60   | 78,60   | 0,06 | 1,59   | 24,40  | 0,00  | 151,92  | 124,56  | 21,34   | 0,45  |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 | 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  |
| Дели +                                                                      | Итого:                                                      | 513      | 16,17  | 16,57  | 63,98  | 489,05  | 0,22 | 1,86   | 66,02  | 1,98  | 186,15  | 282,37  | 77,44   | 3,15  |
| 5 день                                                                      |                                                             |          |        |        |        |         |      |        |        |       |         |         |         |       |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9 стр 184, 2012 | Плоды и ягоды свежие (яблоки)                               | 100      | 0,40   | 0,40   | 9,80   | 47,00   | 0,03 | 10,00  |        | 0,20  | 16,00   | 11,00   | 9,00    | 2,20  |
| Дели +                                                                      | Овощи тушеные с мясом                                       | 50/150   | 12,48  | 15,68  | 19,34  | 271,50  | 0,12 | 18,77  | 39,00  | 4,67  | 59,15   | 148,63  | 39,69   | 2,23  |
| № 143,241 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-уичреж-Дели 2017     | Компот из сухофруктов (75С)                                 | 200      | 0,66   | 0,09   | 22,03  | 92,80   | 0,02 | 0,73   | 0,00   | 0,51  | 32,18   | 23,44   | 17,46   | 0,67  |
| № 349 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-уичреж-Дели 2017         | Хлеб пшеничный                                              | 30       | 2,28   | 0,24   | 14,76  | 70,50   | 0,03 | 0,00   | 0,00   | 0,33  | 6,00    | 19,50   | 4,20    | 0,33  |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 | Итого:                                                      | 530      | 15,82  | 16,41  | 65,93  | 481,80  | 0,20 | 29,49  | 39,00  | 5,71  | 113,33  | 202,57  | 70,35   | 5,42  |
| 6 день                                                                      |                                                             |          |        |        |        |         |      |        |        |       |         |         |         |       |
| ТТК                                                                         | Салат из отварной моркови и свеклы с зеленым горошком и/с   | 60       | 0,96   | 2,11   | 4,33   | 40,50   | 0,03 | 3,70   | 0,00   | 1,04  | 17,99   | 28,61   | 15,62   | 0,56  |
| ТТК                                                                         | Котлеты "Аппетитные"                                        | 90       | 12,90  | 12,15  | 13,15  | 214,20  | 0,12 | 0,41   | 6,21   | 32,29 | 30,51   | 109,69  | 23,76   | 2,83  |
| № 171 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-уичреж-Дели 2017         | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным               | 150/3    | 3,79   | 4,47   | 39,76  | 233,80  | 0,21 | 0,00   | 0,00   | 0,40  | 24,89   | 208,07  | 140,52  | 4,78  |
| № 377 Сбор рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ-уичреж-Дели 2017         | Чай с сахаром, с лимоном                                    | 185/10/5 | 0,11   | 0,02   | 10,15  | 41,32   | 0,00 | 2,03   | 0,00   | 0,01  | 13,25   | 3,96    | 2,16    | 0,33  |
| Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6 стр 134, 2012 | 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  |
| Дели +                                                                      | Итого:                                                      | 533      | 20,05  | 18,99  | 82,15  | 600,32  | 0,39 | 6,13   | 6,21   | 34,07 | 92,64   | 369,83  | 186,26  | 8,83  |
|                                                                             | Итого за 6 дней 2 недели:                                   | 3187     | 106,06 | 106,17 | 443,60 | 3208,64 | 1,53 | 131,17 | 203,51 | 54,33 | 782,89  | 1702,07 | 575,99  | 31,36 |
|                                                                             | ВСЕГО за 12 дней:                                           | 6363     | 220,89 | 221,64 | 916,54 | 6638,96 | 3,17 | 207,88 | 548,07 | 85,38 | 1866,26 | 3632,12 | 1146,46 | 64,80 |
|                                                                             | В среднем на 1 учащегося в день:                            | 530      | 18,41  | 18,47  | 76,38  | 553,25  | 0,26 | 17,32  | 45,67  | 7,12  | 155,52  | 302,68  | 95,54   | 5,40  |

20%

20%

25%