

Приложение №1
к Муниципальному контракту
№0340300063723000006
от _____ 2024г.



И.А. Чащина



Примерное двухнедельное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд в школьной столовой № 6 ЗАТО Первомайский
начало применения с " 09" января 2024 г.

№ рец.	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энерг. ценн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг		
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са		Mg	Fe	V ₁ , мг	V ₂ , мг	C, мг				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
2																

1-ый день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	12,8	34,2	285,8	138	63	1,9	0,21	0,17	0,52
54-9в-2020	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	10,6	7,6	0,6	0,07	0,03	0
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		460,00	13,90	14,73	78,1	494,6						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,7	15,9	42,7	357,1	173	79	2,3	0,26	0,22	0,65
54-9в-2020	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	10,6	7,6	0,6	0,07	0,03	0
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		510,00	16,00	17,83	86,60	565,90						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

124	Щи из свежей капусты с картофелем	200/10	1,4	4,7	6,8	7,5	26,19	15,37	0,57	0,04	0,04	0,04	9,67
37	Салат "Студенческий"	80	3	8,4	5,4	109	13	11,43	0,45	0,04	0,05	0,05	1,79
54-2М-2020	Гуляш из говядины	80	13,5	13,5	3,1	188,9	11	19	2	0,03	0,09	0,09	1,13
54-4Г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	14	120	4	0,21	0,12	0,12	0
639	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	28,69	18,27	0,61	0,01	0,03	0,03	0,32
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0,04	0
		740	31,08	35,15	108,6	779,73							

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

124	Щи из свежей капусты с картофелем	300/12	2,1	7	10,1	112	38,92	22,84	0,85	0,06	0,06	0,06	14,37
37	Салат "Студенческий"	100	3,8	10,5	6,8	137	16,25	14,29	0,56	0,05	0,06	0,06	2,24
54-2М-2020	Гуляш из говядины	120	20,4	20,4	4,7	283,6	17	28	3	0,06	0,14	0,14	1,7
54-4Г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	9,3	47,9	318,5	19	160	5,4	0,28	0,16	0,16	0
639	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	28,69	18,27	0,61	0,01	0,03	0,03	0,32
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0,04	0
		952	42,28	48,85	126,9	1019,03							
	ИТОГО за день (7 до 12 лет)	1200	44,98	49,88	186,7	1274,33							
	ИТОГО за день (12 до 18 лет)	1462	58,28	66,68	213,50	1584,93							

2-ой день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

157	Фрикадельки из кур	80/5	11,6	12,6	8,9	196	45,3	15,39	1,03	0,04	0,09	0,09	0,45
54-1Г-2020	Макаронные изделия отварные	150	5,3	5,5	32,7	202	11	7	0,7	0,06	0,03	0,03	0
593	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	2,04	2,88	0,12	0,01	0,01	0,01	0,8

пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,06	0,04	0
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52	
		505	24,58	24,00	87,60	570,93							

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

157	Фрикадельки из кур	100/6	14,5	15,7	11,1	245	56,5	19,2	1,28	0,05	0,12	0,57	
54-Г-2020	Макаронные изделия отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	14	10	1	0,08	0,03	0	
593	Соус томатный	50	0,5	2,2	3	34	2,55	3,6	0	0,01	0,01	0,8	
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0	
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,16	0,01	0,01	1	
		586	29,38	29,40	101,40	694,23							

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

132	Рассольник ленинградский	200/8	1,7	4,2	12,3	96	12,47	18	0,68	0,06	0,05	5,36	
71	Винегрет овощной	80	1	1,8	5,8	44	18,58	12,92	0,54	0,02	0,02	4,14	
54-6М-2020	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	29	20	1,9	0,05	0,11	0,09	
54-Г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	6	24	0,5	0,03	0,03	0	
590	Соус белый основной	40	7,5	6,9	1,5	98	0,86	0,42	0,03	0	0	0,05	
699	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33	
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0	
		788	31,58	33,51	117	803,93							

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

132	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,4	18,5	144	18,7	27	1,02	0,09	0,07	8,04	
71	Винегрет овощной	100	1,2	2,3	7,3	55	23,23	16,15	0,68	0,03	0,03	5,18	
54-6М-2020	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	29	20	1,9	0,05	0,11	0,09	
54-Г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	8	31	0,7	0,04	0,03	0	
590	Соус белый основной	50	9,4	8,7	1,9	123	1,07	0,53	0,04	0	0	0,06	

699	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		982	35,78	39,81	137,3	957,53						

ИТОГО за день (7 до 12 лет)	1 293	56,16	57,51	204,60	1374,86
ИТОГО за день (12 до 18 лет)	1 568	65,16	69,21	238,70	1651,76

3-ий день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

311	Каша пшениная молочная жидкая	180/5	6,7	7,9	31,7	224	116,48	40,44	1,06	0,16	0,14	0,48
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,25	0	0,03	0	0	0
1	Бутерброд с сыром (булочка, сыр)	40/15	8,4	4,3	26,4	181	152,54	24,88	1,14	0,07	0,09	0,04
	Фрукт (яблоко) **	100	0,4	0,4	9,8	47	16	9	2,2	0,3	0,02	10
		540	15,6	12,63	77,8	487						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

311	Каша пшениная молочная жидкая	250/7	9,3	11	44	312	161,5	56,17	1,47	0,22	0,2	0,67
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
1	Бутерброд с сыром (булочка, сыр)	40/15	8,4	4,3	26,4	181	152,94	24,88	1,14	0,07	0,09	0,04
	Фрукт (яблоко)**	100	0,4	0,4	9,8	47	16	9	2,2	0,3	0,02	10
		627	18,2	15,73	90,1	575						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

39	Салат «Школьный»	80	1,3	5,9	5,3	79,6	24,14	16,08	0,84	0,04	0,04	7,77
148	Суп – лапша домашняя	200	2,3	3,5	10,5	83	10,11	6,2	0,36	0,03	0,03	0,48
388	Котлеты или биточки рыбные	100	14,9	11,4	12,9	215	41,65	28,29	1,11	0,1	0,11	0,15
54- 11г- 2020	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	39	28	1	0,12	0,11	10,2

631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		750,00	25,78	28,5	95,5	649,33						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

39	Салат «Школьный»	100	1,9	7,4	6,7	99,5	30,18	20,11	1,05	0,05	0,05	9,72
148	Суп – лапша домашняя	300	3,4	5,2	15,8	124	15,16	9,3	0,54	0,04	0,04	0,72
388	Котлеты или биточки рыбные	100	14,9	11,4	12,9	215	41,69	28,29	1,11	0,1	0,11	0,15
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	52	38	1,4	0,16	0,14	13,6
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		920,00	28,48	33,8	108,9	758,83						
	ИТОГО за день (7 до 12 лет)	1290	41,38	41,13	173,3	1136,33						
	ИТОГО за день (12 до 18 лет)	1547	46,68	49,53	199	1333,83						

4-ый День

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	14	120	4	0,21	0,12	0
54-4г-2020	Котлета из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	29	20	1,9	0,05	0,11	0,09
593	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	2,04	2,88	0,12	0,01	0,01	0,8
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		485	26,38	23,93	90,30	585,13						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	9,3	47,9	318,5	19	160	5,4	0,28	0,16	0
------------	----------------------------	-----	----	-----	------	-------	----	-----	-----	------	------	---

54-4м-2020	Котлета из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	29	20	1,9	0,05	0,11	0,09
593	Соус томатный	50	0,5	2,2	3	34	2,55	3,6	0	0,01	0,01	0,8
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		545	29,28	26,73	102,90	671,73						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

54-83-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,3	8,1	7,8	108,7	27	10	0,4	0,02	0,02	23,1
54-4с-2020	Рассольник домашний	200	4,58	6,18	11,56	119,92	27,4	20,2	0,76	0,06	0,05	8,42
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	150	5,3	5,5	32,7	202	11	7	0,7	0,06	0,03	0
471	Фрикадельки мясные	75/30	9,8	7,1	7,7	134	19,49	15,35	0,71	0,03	0,07	0,02
699	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		775	25,06	28,49	108,56	695,55						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

54-83-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1	9,6	136	44,6	17,3	0,59	0,04	0,04	38,5
54-4с-2020	Рассольник домашний	250	5,72	7,7	14,45	149,9	34,25	25,25	0,95	0,08	0,07	10,5
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	14	10	1	0,08	0,03	0
471	Фрикадельки мясные	75/30	9,8	7,1	7,7	134	19,49	15,35	0,71	0,03	0,07	0,02
699	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		875	28,3	33,91	124,25	820,13						

ИТОГО за день (7 до 12 лет)	1260	51,44	52,42	198,86	1280,68
ИТОГО за день (12 до 18 лет)	1420	57,58	60,64	227,15	1491,86

5-ый День

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

311	Каша манная молочная жидкая	230/6	6,9	9,4	33,7	247	144,29	21,03	0,48	0,07	0,16	0,25
1	Бутерброд с сыром (булочка, сыр)	40/15	8,4	4,3	26,4	181	152,94	24,88	1,14	0,07	0,09	0,04
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52
		491	18,6	16,2	73,8	516						
ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)												
311	Каша манная молочная жидкая	250/8	7,5	10,2	36,7	268	156,84	22,86	0,52	0,08	0,18	0,27
1	Бутерброд с сыром (булочка, сыр)	40/15	8,4	4,3	26,4	181	152,94	24,88	1,14	0,07	0,09	0,04
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52
		528	19,2	17	76,8	537						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

25	Салат «Степной»	80	1,2	2,8	5,4	52	12,08	11,24	0,32	0,04	0,02	2
110	Борщ из свежей капусты с картофелем	200/8	1,9	6,6	10,9	110	40,49	20,15	0,91	0,04	0,06	6,55
54-	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	39	28	1	0,12	0,11	10,2
54-5м- 2020	Котлеты из филе кур	75	14,4	3,3	10,1	127,1	22	48	1	0,05	0,06	0,47
593	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	2,04	2,88	0,12	0,01	0,01	0,8
639	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171	70,93	45,68	1,44	0,04	0,08	0,8
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		773	27,38	22,2	119,8	690,83						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

25	Салат «Степной»	100	1,5	3,5	6,8	65	15,1	14,05	0,4	0,05	0,03	2,5
110	Борщ из свежей капусты с картофелем	300/12	2,8	9,9	16,3	165	60,71	30,21	1,37	0,06	0,09	9,82

46	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	80	3	7,3	3,5	91	29,81	12,22	0,66	0,05	0,08	7,87
139	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/15	6,4	3,5	25,5	161	24,36	29,64	1,72	0,11	0,04	3,46
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	6	24	0,5	0,03	0,03	0
249	Рыба в омлете	100	18,9	10,2	3,3	181	31,1	20	0,89	0,13	0,18	0,86
639	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171	70,93	45,68	1,44	0,04	0,08	0,8
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		765	38,28	28,1	140	870,63						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

46	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	3,7	9,1	4,4	114	37,27	15,27	0,82	0,06	0,1	9,83
139	Суп картофельный с бобовыми и гречками	300/25	9,6	5,3	38,2	242	36,54	44,46	2,58	0,17	0,06	5,19
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	8	31	0,7	0,04	0,03	0
249	Рыба в омлете	120	22,7	12,3	3,9	217	37,3	24	1,07	0,15	0,22	1,03
639	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171	70,93	45,68	1,44	0,04	0,08	0,8
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		965,0	47,18	35,6	166,4	1080,23						
ИТОГО за день (7 до 12 лет)		1175	58,33	49,22	183,90	1314,63						
ИТОГО за день (12 до 18 лет)		1430	72,68	62,80	217,10	1628,23						

7-ой день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

159	Зразы "Школьные"	90	12,5	15,1	11,6	233	17,81	24,55	1,52	0,05	0,1	0
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	150	5,3	5,5	32,7	202	11	7	0,7	0,06	0,03	0

593	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	2,04	2,88	0,12	0,01	0,01	0,8
пром.	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	1,35	0,05	0,1	0
		500	22,28	24,03	86,50	554,93						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

159	Зразы "Школьные"	100	13,9	16,8	12,9	259	19,79	27,28	1,69	0,06	0,13	0
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	14	10	1	0,08	0,03	0
593	Соус томатный	50	0,5	2,2	3	34	2,55	3,6	0	0,01	0,01	0,8
пром.	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		570	25,58	28,03	99,40	655,23						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

52	Салат картофельный с зеленым горошком	80	2,6	8	7,4	113	12,59	14,64	0,62	0,07	0,07	2,53
181	Уха с крупой	200/25	7,1	3,5	12,5	111	11,6	1,25	0,6	0,1	0,1	1
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	150	5,3	5,5	32,7	202	11	7	0,7	0,06	0,03	0
461	Тефтели из говядины	80/50	11,4	18,4	15,6	274	30,29	27,27	1,17	0,05	0,1	2,08
699	Напиток агельсиновый или лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		805	30,48	37,01	117	830,93						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

52	Салат картофельный с зеленым горошком	100	3,2	10	9,3	141	15,88	18,36	0,78	0,09	0,09	3,118
181	Уха с крупой	300/25	10,5	5,2	18,4	164	17,2	1,87	0,9	0,1	0,1	3
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	14	10	1	0,08	0,03	0
461	Тефтели из говядины	80/50	11,4	18,4	15,6	274	30,29	27,27	1,17	0,05	0,1	2,08

699	Напиток апельсиновый или лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром.	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		975	36,28	42,61	135,8	979,23						
ИТОГО за день (7 до 12 лет)		1305,00	52,76	61,04	203,50	1385,86						
ИТОГО за день (12 до 18 лет)		1545,00	61,86	70,64	235,20	1634,46						

8-ой день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)												
806	Корж молочный	60	4	6,7	37	223	14,44	5,75	0,48	0,04	0,03	0,03
311	Каша манная молочная жидкая	230/6	6,9	9,4	33,7	247	144,29	21,03	0,48	0,07	0,16	0,25
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		496	11	16,13	80,6	505						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)												
806	Корж молочный	60	4	6,7	37	223	14,44	5,75	0,48	0,04	0,03	0,03
311	Каша манная молочная жидкая	250/8	7,5	10,2	36,7	268	156,84	22,86	0,52	0,08	0,18	0,27
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0,26	0	0,03	0	0	0
		558	11,6	16,93	83,6	526						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)												
5	Винегрет с фасолью	80	1	7,2	4	84	17,78	9,2	0,46	0,02	0,02	1,62
128	Щи по-уральски (с крупной)	200/8	1,5	4,5	5,7	71	25,83	13,46	0,51	0,02	0,03	6
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,1	323	25	45	3,4	0,13	0,19	9,5
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
639	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	28,69	18,27	0,61	0,01	0,03	0,32
		708	27,58	32,65	84,2	645,93						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

5	Винегрет с фасолью	100	1,3	9	5	105	22,23	11,5	0,58	0,03	0,03	2,03
128	Щи по-уральски (с крупой)	300/12	2,2	6,8	8,5	106	38,76	20,18	0,77	0,04	0,04	9
54-9м- 2020	Жаркое по-домашнему	250	25,1	24,2	21,5	403,7	32	56	4,3	0,17	0,23	11,9
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	7	0,6	0,06	0,04	0
639	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110	28,69	18,27	0,61	0,01	0,03	0,32
		882	33,58	41,65	92,4	782,63						
ИТОГО за день (7 до 12 лет)		1204	38,58	48,78	164,8	1150,93						
ИТОГО за день (12 до 18 лет)		1440	45,18	58,58	176	1308,63						

9-ый день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)												
311	Каша рисовая молочная жидкая	180/5	6,6	9,2	31,9	237	192,39	35,13	0,46	0,07	0,23	0,85
54-9в- 2020	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	10,6	7,6	0,6	0,07	0,03	0
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52
		445	15,1	13,6	79,6	498,8						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

311	Каша рисовая молочная жидкая	250/7	9,2	12,8	44,3	329	267,27	48,8	0,63	0,1	0,33	1,18
54-9в- 2020	Булочка школьная	60	5,2	1,9	34	173,8	10,6	7,6	0,6	0,07	0,03	0
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52
		517	17,7	17,2	92	590,8						

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

54-7з- 2020	Салат из белокочанной капусты	80	2	8,1	8,4	114,4	54	20	0,7	0,03	0,05	46,5
38	Суп картофельный с клецками	200	1,6	2,4	11,6	75	10,37	16	0,61	0,06	0,04	5,28

54-11г-	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	39	28	1	0,12	0,11	10,2
54-3м-2020	Голубцы ленивые	100	8,4	7,9	6,4	130,7	32	19	1,4	0,03	0,07	11
593	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	2,04	2,88	0,12	0,01	0,01	0,8
699	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	15	10,5	0,9	0,06	0,04	0
		800	17,9	26,41	82,2	636,2						

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	100	2,5	10,1	10,4	143	67,4	25,3	0,92	0,06	0,06	58,1
38	Суп картофельный с клецками	300	2,4	3,6	17,4	112	15,54	24	0,92	0,09	0,06	7,92
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	52	38	1,4	0,16	0,14	13,6
54-3м-2020	Голубцы ленивые	100	8,4	7,9	6,4	130,7	32	19	1,4	0,03	0,07	11
593	Соус томатный	50	0,5	2,2	3	34	2,55	3,6	0	0,01	0,01	0,8
699	Напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,9	73	3,43	1,1	0,08	0	0	2,33
пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	15	10,5	0,9	0,06	0,04	0
		980	20,3	32,11	97,3	757,4						
ИТОГО за день (7 до 12 лет)		1245	33	40,01	161,80	1135,00						
ИТОГО за день (12 до 18 лет)		1497	38	49,31	189,3	1348,20						

10-ый день

ЗАВТРАК 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

311	Каша пшениная молочная жидкая	180/5	6,7	7,9	31,7	224	116,28	40,44	1,06	0,16	0,14	0,48
806	Корж молочный	60	4	6,7	37	223	14,44	5,75	0,48	0,04	0,03	0,03
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108,57	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52
		445	14,00	17,10	82,40	535,00						

ЗАВТРАК 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

311	Каша пшеничная молочная жидкая	250/7	9,3	11	44	312	16	1,5	56,17	1,47	0,22	0,2	0,67
806	Корж молочный	60	4	6,7	37	223	14	4,4	5,75	0,48	0,04	0,03	0,03
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	108	5,7	51,1	0,6	0,03	0,12	0,52
		517	16,60	20,20	94,70	623,00							

ОБЕД 1,2,3,4 классы (с 7 до 12 лет)

25	Салат "Степной"	80	1,2	4,8	5,9	71	13	6,4	14,77	0,45	0,05	0,04	3,41
110	Борщ с капустой и картофелем	200/8	1,9	6,6	10,9	110	40	4,9	20,15	0,91	0,04	0,06	6,55
451	Биточки из курицы	75	14,4	3,3	10,1	127,1	22	2,2	48	1	0,05	0,06	0,47
590	Соус белый основной	40	7,5	6,9	1,5	98	0	8,6	0,42	0,03	0	0	0,05
54-6г- 2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	6	6	24	0,5	0,03	0,03	0
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6	6,3	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		803	32,78	28,7	111,9	740,73							

ОБЕД 5,6,7,8,9,10,11 классы (с 12 до 18 лет)

25	Салат "Степной"	100	1,5	6	7,3	89	17	0,5	18,46	0,56	0,06	0,05	4,26
110	Борщ с капустой и картофелем	300/12	2,8	9,9	16,3	165	60	7,1	30,21	1,37	0,06	0,09	9,82
451	Биточки из курицы	75	14,4	3,3	10,1	127,1	22	2,2	48	1	0,05	0,06	0,47
590	Соус белый основной	50	9,4	8,7	1,9	123	1	0,7	0,53	0,04	0	0	0,06
54-6г- 2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	8	8	31	0,7	0,04	0,03	0
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6	6,03	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
пром	Хлеб пшеничный	20	3,98	1,6	29,9	57,93	10	10	7	0,6	0,06	0,04	0
		957	37,08	36,8	131,3	908,33							

ИТОГО за день (7 до 12 лет)	1248	46,78	45,8	194,3	1275,73
ИТОГО за день (12 до 18 лет)	1474	53,68	57	226	1531,33

ИТОГО за период: 5 дней (7 до 12 лет)	1235	45,89	48,97	181,66	1252,43
ИТОГО за период 5 дней (12 до 18 лет)	1477	72,19	71,32	208,72	1490,17

Фрукт ** - допускается выдача иных фруктов

В меню включены блюда из Сборника технологических карт, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьного питания, изд-во 2012 г., Сборника рецептов блюд и типовых меню для организации питания Детей школьного возраста, г. Новосибирск, 2021 г., разработано с учетом требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".