УТВЕРЖДЕНО	СОГЛАСОВАНО « » 2024г.
«» 2024г. Генеральный директор	<u>"</u>
ООО «СТИЛ»	городского округа Мытищи
Князев А.С.	А.В. Борова
Well-staff.	THINK WHAT SAID IN

Примерное меню для обучающихся в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях в каникулярный период 2024 («Умные каникулы») городского округа Мытищи Московской области в 2024 году.

Возрастная категория: 7-11 лет Витамины Минеральные вещества Энергетичес № по Наименование сборника Жиры Углеводы Выхол Белки В2, мг Е мг, ток. сборнику Р. мг Мя, мг Fe, MI Наименование Са, мг A, MKT В 1. мг C, MI n/n ккал Лень 1 (понедельник) Завтрак Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 18.24 1.19 0.08 226 140,19 1.15 166,75 0.10 45,07 7.15 45.18 287.57 0.09 200 10,63 Макароны с сыром Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 403 1.91 0.02 0.20 14.08 9,57 7,83 40.80 0.02 4.00 3.00 0.40 8.90 0.40 Фрукты свежие по сезонности 100 0.13 418 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 1.65 0.00 114.81 123.89 41.76 13.34 3.04 17.32 110,64 0.03 0.52 3.50 200 Кофейный напиток злаковый на молоке Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 26,00 5.60 0.44 0.01 18 0.00 0.68 8.00 0,00 0,35 17.87 86.69 0.04 40 3.01 Хлеб из муки пшеничной 0,24 299,65 73.43 5.19 4,62 61,42 2,03 303,64 525,70 0,19 17.54 10,94 89.27 540 Итого за завтрак: Обел Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 9.60 0.36 0.01 57 0.00 0.85 28,82 18.63 18,00 2.89 30.67 0.01 1.08 1,64 60 Салат из квашеной капусты 0.78 0.04 119 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 37.30 16,74 1.01 29.99 6.18 103,69 9,12 66.11 0.03 200 1,37 2.69 Борш с капустой и картофелем Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 256 0.08 39.71 168.54 36,63 0.60 0.18 8,10 1.72 132 34 0.08 3.39 12,86 90 12.60 Котлета рыбная Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 354 83.64 28.57 1.05 0.10 22.91 0.17 38,28 131.90 0,12 10.38 4.41 19.98 150 3.07 Пюре картофельное Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 1,68 0.31 0.00 474 0.05 3.04 4.08 0.00 21,92 87.68 0.00 0.38 200 0.00 0.00 Напиток вишневый Пля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 26.00 5,60 0.44 0.01 18 0.00 0.00 0.68 8,00 86 69 0.04 0.35 17,87 40 3.01 Хлеб из муки пшеничной 0.03 19 Пля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 60.00 18,80 1.56 11,60 0.00 0.00 0.36 0.44 16.40 80.12 0.07 2,64 40 Хлеб ржано-пшеничный 159,44 398.20 117,62 5,10 0.28 134,70 4.85 615,50 0.35 35.12 780 23,76 12,92 101,04 Итого за обед: 191,05 10,29 0.52 697,84 39,74 196,12 6.88 463,08 190,31 1141,19 0.54 23,86 1320 41.30 Итого за день: День 2 (Вторник) Завтрак Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.10 199 0,81 89.88 121.10 31.05 161.55 0.11 0.40 18,41 0,11 25,07 5 30 4.45 200 Каша пшенная 4.00 0,42 0.01 9 ПП 18.00 2.00 0.70 5.80 0.00 1,70 2.06 14,12 81 82 0.02 20 Кондитерское изделие Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 13 0.00 0.02 0.01 0.00 30.00 0.10 1.20 0.05 0.00 0.08 74.89 8,25 10 0.08 Масло сливочное 16 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.07 0.04 100.00 60.00 5.50 0.05 33.40 0.00 0.07 21.00 2.52 0.00 2.68 10 Сыр (порциями) 4 7,17 0.58 0.05 378 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 45,61 36.34 0.24 5,49 80,51 0.01 1,21 1.15 16.32 200 Чай с молоком Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.66 0.02 18 8,40 1.02 12,00 39.00 130 03 0.07 0.00 0.00 26,81 4,51 0.53 60 Хлеб из муки пшеничной 2,56 0.23 274,50 56,13 76,90 1,98 254.49 18,96 82,40 562,20 0.21 0,70 500 15,49 Итого за завтрак: Обел Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.57 0.03 99 14.18 3.59 144.78 1,42 13.22 30.13 7.07 57.60 0.04 1.04 2.80 60 Салат Осенний Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.51 0,04 157 32,27 14,61 126,85 1,01 29.26 9.34 2,69 6.06 53.93 0.03 200 1.38 Ши из свежей капусты 318 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.13 38.05 134,68 17,01 1.27 1.23 46,32 1.17 145,10 0.08 13,80 4,72 11,86 90 Котлеты рубленые куриные Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.88 0,02 227 10,31 0.77 21,01 43.53 0.06 0.83 38,93 198,12 150 4,64 5.92 31,56 Макароны с томатом Сборник рец блюд и кулин изд. для обуч. 160242 0.01 0.08 11,42 17.96 5,85 0,44 0,58 образов организ под ред. С.В. Маслова, 2015 69,44 0.02 0.00 0.06 16,86 200 0.35 Напиток из плодов сухих (изюм) 0.01 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 5.60 0,44 18 26,00 0.00 0.00 0.68 8.00 17,87 86.69 0.04 0,35 40 3.01 Хлеб из муки пшеничной Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 11.60 60.00 18.80 1,56 0.03 19 0.36 0,00 0.00 0.07 40 2.64 0.44 16.40 80.12 Хлеб ржано-пшеничный 0,27 5,67 344,57 86.37 14,98 357,46 5,49 132.57 691,00 0.33 16,98 107,69 26,85 780 Итого за обед: 8,23 0,50 387.06 619,06 142,49 15,68 434,36 7,47 190,09 1253,20 0.54 1280 42,34 35,94 Итого за день:

1250

Итого за день:

39,87

27,89

199,74

1209,49

0.55

17,43

506,08

Возрастная категория: 7-11 лет Минеральные вещества Энергетичес Витамины № по Жиры Углеводы Выход Белки В2, мг Наименование сборника Е мг, ток. Наименование сборнику Са. мг Р. мг Мд, мг Fe, MI В 1, мг C. MI A. MKI n/n ккал г День 3 (среда) Завтрак Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 105,46 26,71 0.76 0.09 196 0,30 38,87 0.39 73.61 200 3.73 8,61 17.74 163.39 0.09 Каша овсяная 0.00 0.02 0.01 13 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 74.89 0.00 0.00 30.00 0.10 1.20 0.05 0.08 8.25 0.08 10 Масло сливочное ПП 110.00 11,50 0.20 0.14 ПП 4.25 2,25 1,75 44.25 0.02 0.25 25.00 0.10 82.00 50 Творог для детского питания Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 3.17 5.02 2.30 0.52 0.01 420 0.00 200 0,13 0.03 5,50 22.83 0.00 0.03 0.21 4 Чай 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26.00 5,60 0.44 0,01 18 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.35 17,87 86.69 40 3.01 Хлеб из муки пшеничной 246,54 46,11 1.93 0,25 0.57 94,08 1.27 167,98 500 11,20 19,50 42,94 392,05 0.15 Итого за завтрак: Обел 0.51 0.03 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 83,37 0.04 3.09 72.69 2,73 11,23 36,13 12.48 98 60 1.37 5.48 7.14 Салат овощной с фасолью 20,72 0.76 0.06 131 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 104,04 1.93 31.99 51.97 2.09 5.13 11,60 100.93 0.07 10.70 200 Суп из вошей 221,70 1,76 27,72 132,64 34,78 0.54 0.06 254 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 8.90 2.69 6.17 84.52 0.06 1.00 100 Рыба (филе), тушенная в томате с овощами 22.84 0.02 342 0.03 0.00 17,63 0.26 4.17 69.26 0.46 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 150 3.49 3.76 33.95 183,62 Рис отварной 0.29 0.00 481 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.56 0.42 0.03 2.09 1.34 1.10 6.71 27,55 0.00 200 0.06 0.06 Напиток яблочный 5 5.60 0.44 0.01 18 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,35 17,87 86.69 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26.00 40 3,01 Хлеб из муки пшеничной 1.56 0.03 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,07 0.00 0.00 0.36 11,60 60.00 18.80 19 80,12 40 2.64 0.44 16.40 Хлеб ржано-пшеничный 116,32 4,56 0,21 646,80 0.32 15,34 416,48 7.74 96,80 377,34 17,91 99,84 790 21,56 Итого за обел: 623,87 162,43 6,50 0,47 32,76 37,41 142,78 1038,85 0.47 15,92 510,56 9.01 264,78 1290 Итого за лень: День 4 (четверг) Завтрак 137.20 31.58 0.51 0.14 202 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 36.65 224,33 0.05 0,52 28 87 0.22 110.70 200 5.65 6,12 Каша рисовая 20,00 3,60 0,32 0.01 ПП 0.00 4.40 ПП 1,88 30.00 146.36 0.03 0.00 0.00 50 2,36 Кондитерское изделие 0.52 13,34 0.00 114.81 123.89 41,76 1,65 0.13 418 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 3,50 3.04 17,32 110.64 0.03 200 Кофейный напиток злаковый на молоке 0.66 0.02 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.07 0.00 0.00 1,02 12,00 39.00 8.40 60 4.51 0.53 26,81 130.03 4 Хлеб из муки пшеничной 42,22 1,24 241,91 320.09 85,34 3.14 0.30 0.19 1,04 510 16,03 11,57 110,78 611.36 Итого за завтрак: Обел 20,04 25,08 10.96 0.47 0.02 20 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 3,02 73,38 2.73 0.86 5,37 5,05 72,00 0.03 60 Винегрет 20,72 0.95 0.04 135 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.08 3,68 96,72 1.91 23.01 70,33 200 2.93 3,88 11,30 91.86 Суп картофельный с фасолью 2,10 334 172.27 40,36 0,16 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 6.28 22,79 204.38 0.15 9.68 286,56 2,11 35.21 200 14.18 Рагу из мяса птицы Сборник для предп общест питания при 0.06 0,00 455 7.20 0,00 23,93 2,07 1,01 15,54 63,09 0.00 0.01 0,23 0.00 200 Компот из плодов сущеных общеобразов школлах - Хлебпродинформ, 2004 г 5.60 0.44 0.01 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 8,00 26,00 18 40 3,01 0,35 17,87 86.69 0.04 0.00 0.00 0.68 Хлеб из муки пшеничной 18.80 1.56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.36 11,60 60.00 80,12 0.07 0.00 0.00 40 2,64 0.44 16.40 Хлеб ржано-пшеничный 598,13 0,37 16,39 463,86 7,78 121,79 355,74 97,44 5,57 0,27 16,33 88,96 740 23,84 Итого за обед:

675,83

363,70

9.02

182,78

8,71

0,57

Возрастная категория: 7-11 лет

	озрастная категория: 7-11 лет	Выход	Белки	Want	Углеводы	Энергетичес		Вит	гамины		Mi	неральн	ые вещес	гва	В2, мг	№ по сборнику	Наименование сборника
e n	Наименование	Быход	Г	жиры	у глеводы	кая ккал	В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток.	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг			
						KK4/I	U - 0	Тень 5 (г	іятница)	Jen	X	1,200	SELL TIME	- N. O.			
			TO THE					Завт			10.10		I America	THE RE	LEE	188	
	Каша гречневая молочная	230	7,49	9,55	26,60	222,25	0,13	0,86	44,69	0,26	181,76	196,55	64,29	1,67	0,24	191	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Сыр (порциями)	10	2,68	2,52	0,00	33,40	0,00	0,07	21,00	0,05	100,00	60,00	5,50	0,07	0,04	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Кондитерское изделие	50	2,36	1,88	30,00	146,36	0,03	0,00	0,00	0,00	4,40	20,00	3,60	0,32	0,01	ПП	nn
	Чай	200	0.13	0,03	5,50	22,83	0,00	0,03	0,21	0,00	3,17	5,02	2,30	0,52	0,01	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Хлеб из муки пшеничной	60	4,51	0,53	26,81	130,03	0,07	0,00	0,00	1,02	12,00	39,00	8,40	0,66	0,02	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого за завтрак:	550	17,17	14,50	88,91	554,87	0,23	0,96	65,90	1,33	301,33	320,58	84,09	3,24	0,31		
18					ALL DESCRIPTION OF THE PERSON			Of	бед		the same	H. Kan					
	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,19	6,83	3,06	82,52	0,02	1,01	595,80	2,86	72,21	59,49	19,41	0,34	0,05	69	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Суп картофельный с рыбой	200	7,67	3,66	10,32	104,90	0,07	5,39	158,52	1,49	64,92	105,16	32,98	0,87	0,08	134	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Гуляш из мяса птицы	90	8,64	2,38	2,56	66,18	0,04	1,11	58,79	0,07	10,69	79,96	10,17	0,82	0,07	311	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Изделия макаронные отварные	150	5,21	2,72	34,18	182,00	0,06	0,00	11,75	0,82	14,61	41,36	7,64	0,78	0,02	340	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	21,92	87,68	0,00	0,38	0,00	0,05	3,04	4,08	1,68	0,31	0,00	476	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
16	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,07	0,00	0,00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого за обед:	780	29,35	16,38	106,31	690,09	0,31	7,90	824,86	6,32	185,07	376,05	96,28	5,13	0,27		
	Итого за день:	1330	46,53	30,89	195,22	1244,96	0,53	8,85	890,76	7,65	486,40	696,63	180,38	8,36	0,58		
8				Tours		Tarabana .		День 6 (суббота)			Tel S					
			will to	L VILL				Завт	грак				AND BE				
1	Каша манная	200	6,02	6,77	27,51	195,09	0,06	0,68	32,83	0,42	142,33	121,38	19,84	0,36	0,17	195	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	10	2,68	2,52	0,00	33,40	0,00	0,07	21,00	0,05	100,00	60,00	5,50	0,07	0,04	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	13	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Чай с лимоном	200	0,16	0,04	9,25	37,98	0,00	0,67	0,26	0,01	4,68	5,79	2,72	0,55	0,01	377	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, Т
5	Хлеб из муки пшеничной	80	6,02	0,70	35,74	173,38	0,09	0,00	0,00	1,36	16,00	52,00	11,20	0,88	0,02	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого за завтрак:	500	14,96	18,28	72,59	514,74	0,16	1,41	84,09	1,94	264,21	239,22	39,26	1,88	0,25		
110				STEWN.				00	бед					ekinelie.	Name -		
1	Огурцы консервированные без уксуса	60	0,00	0,00	1,80	7,20	0,01	1,20	1,80	0,06	12,14	12,53	7,31	0,31	0,01	37	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,37	2,69	9,12	66,11	0,03	6,18	103,69	1,01	29,99	37,30	16,74	0,78	0,04	119	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Биточки рубленые куриные	90	13,80	4,72	11,86	145,10	0,08	1,23	46,32	1,17	38,05	134,68	17,01	1,27	0,13	318	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
1	Пюре картофельное	150	3,07	4,41	19,98	131,90	0,12	10,38	22,91	0,17	38,28	83,64	28,57	1,05	0,10	354	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	6,71	27,55	0,00	0,56	0,42	0,03	2,09	1,34	1,10	0,29	0,00	481	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,07	0,00	0,00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого за обед:	780	23,94	12,66	83,74	544,66	0,35	19,55	175,14	3,48	140,15	355,49	95,12	5,69	0,32		
	Итого за день:	1280	38,90	30,95	156,32	1059,40	0,50	20,96	259,23	5,42	404,36	594,71	134,38	7,58	0,57		
	Итого среднее за 6 дней:	1292	40,28	31,16	179,08	1157,85	0,52	19,76	466,18	7,58	394,90	651,32	165,58	8,28	0,53		

1290

Итого за день:

39,99

31,95

176,93

1155,22

0.50

12,80

378,71

7,42

Возрастная категория: 7-11 лет Энергетичес Вигамины Минеральные вещества № no Белки Жиры Углеводы Выхол Ne Наименование сборника В2, мг Е мг, ток. Наименование Kag Fe, MI сборнику В 1, мг Са. мг Р, мг Mg, MI C, MI A. MKI n/n ккал Лень 7 (понедельник) Завтрак 166,75 140,19 18,24 1.19 0.08 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 7,15 45.18 287.57 0.09 0.10 45.07 1.15 200 10,63 Макароны с сыром 0.00 4 40 20.00 3.60 0.32 0.01 ПП ПП 0.03 0.00 0.00 50 2.36 1.88 30.00 146.36 Кондитерское изделие 74.89 0,00 0.00 30.00 0.10 1.20 0.05 0.00 0.02 0.01 13 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 10 0.08 8,25 0.08 Масло сливочное 2.30 0,52 420 0.01 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,03 5,50 22.83 0.00 0.03 0.21 0.00 3.17 5.02 200 0.13 4 Чай 8.00 26.00 5,60 0,44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.04 0.00 0.00 0.68 3.01 0,35 17,87 86.69 40 Хлеб из муки пшеничной 191.26 29,74 2,48 0,11 16,21 17,66 98,64 618.34 0.17 0.13 75,28 1,93 183.52 500 Итого за завтрак: Обел 0.79 2.17 17.82 20.42 10.49 0,65 0.02 83 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,71 4.27 4.26 58.33 0.01 2.16 60 Салат из свеклы с солеными огурцами 15,68 0.71 0.05 152 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 92.88 0.05 3.27 201,29 1,97 15.68 54.70 200 3.81 4.20 9.96 Суп куриный 168,54 36,63 0,60 0.08 256 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 132.34 0.18 8,10 1.72 39.71 12,60 3,39 12.86 0.08 90 Биточки рыбные 18,23 0,44 130,53 87,00 2.93 0.08 341 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 150 5.92 4,72 26.01 170.15 0.15 0.00 10,65 Каша гречневая 4 Сборник для предп. общест. питания при 0.00 455 0.00 23.93 2.07 1.01 0.06 0.00 15,54 63.09 0.00 0.01 7.20 200 0.23 Компот из плодов сушеных общеобразов школлах - Хлебпродинформ, 2004 г 5,60 0.44 0.01 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 0.68 8,00 26.00 18 40 3.01 0.35 17.87 86.69 0.04 0.00 Хлеб из муки пшеничной 18,80 1,56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 60.00 16.40 80,12 0.07 0.00 0.00 0.36 11.60 2,64 0,44 Хлеб ржано-пшеничный 40 5,62 235.61 7.35 127.38 462,25 175,21 6,96 0,28 17,37 102.90 683,59 0.40 780 28,91 Итого за обел: 653,51 204,95 9,44 0.39 310,89 310,90 1280 45,13 35,03 201,54 1301,92 0.57 5.75 9,28 Итого за лень: День 8 (вторинк) Завтрак 73.61 105,46 26,71 0.76 0.09 196 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 163.39 0.09 0.30 38.87 0.39 200 3.73 8,61 17.74 1 Каша овсяная 82.00 110,00 11,50 0.20 0.14 ПП ПП 0.02 0.25 25,00 0,10 50 4.25 2.25 1,75 44.25 Творог для детского питания 0,42 0.01 9 ПП 81,82 0.02 0.00 2.00 0.70 5,80 18,00 4.00 20 1,70 2.06 14.12 Кондитерское изделие Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.52 13,34 0.00 114,81 123,89 41,76 1,65 0.13 418 17.32 110,64 0.03 200 3,50 3.04 Кофейный напиток злаковый на молоке 5,60 0,44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 86 69 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26,00 3.01 0.35 17.87 40 Хлеб из муки пшеничной 383,35 89,57 3,47 0.38 16,19 16,32 68.80 486,79 0.20 1.07 79,21 1,87 284,22 510 Итого за завтрак: Обел 0,00 1,26 19.20 18,00 7,80 0.48 0.02 25 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 4,62 46.74 0.02 5.76 60 0.72 2.82 1 Икра из кабачков 53,34 18,55 0.69 0.05 122 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 5.37 101,29 1,05 18,16 200 1.78 2,85 12,68 83.44 0.06 2 Рассольник ленинградский со сметаной 0.08 302 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 0,00 1,82 11,15 118.05 15,31 1.74 10.05 137.37 0.05 90 12.12 5.41 Котлеты рубленые мясные 360 0,54 0.03 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 29,64 164,63 0.03 0.60 197,63 0.29 10.53 68.75 24,88 150 3.18 3.71 Рис с овощами Сборник рец блюд и кулин изд. для обуч. 17,96 5,85 0,44 0,01 160242 0.58 11,42 16,86 69.44 0.02 0.00 0.08 200 0,35 0.06 Напиток из плодов сухих (изюм) бразов организ под ред. С.В. Маслова, 2015 0.00 8.00 26.00 5.60 0.44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 3,01 0.35 17.87 86,69 0.04 0.00 0.68 40 Хлеб из муки пшеничной 0.03 0,00 0.36 11,60 60.00 18,80 1,56 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.07 0.00 2,64 0.44 16.40 80.12 40 Хлеб ржано-пшеничный 11,73 299,50 5,55 90.05 362,10 96,78 5,90 0.23 108,13 668,43 0,30 780 23,80 15,63 Итого за обел: 186,35 9.36 0,61 374,28 745,45

Возрастная категория: 7-11 лет Минеральные вещества Энергетичес Витамины № по Белки Жиры Углеводы Выход B2, ME Наименование сборника Е мг, ток. кая Наименование сборнику Мд. мг Fe, MI Са, мг Р. мг C. MI A. MKI В 1, мг n/nккал Лень 9 (среда) Завтрак 0.17 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 142.33 121,38 19.84 0.36 0.68 32,83 0.42 6,77 27.51 195.09 0.06 200 6.02 Каша манная 5.50 0.07 0.04 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.07 21.00 0.05 100.00 60.00 33.40 0.00 10 2.68 2,52 0.00 Сыр (порциями) 0,00 0,02 0.01 13 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.05 74.89 0,00 0.00 30.00 0.10 1.20 8,25 0.08 10 0.08 Масло сливочное 5,79 2,72 0.55 0.01 377 Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК 4,68 0,67 0.26 0.01 0.04 9.25 37.98 0.00 200 0.16 Чай с лимоном Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 11.20 0.88 0.02 18 16,00 52,00 35,74 173.38 0.09 0.00 0.00 1.36 80 6.02 0.70 Хлеб из муки пшеничной 0,25 264.21 239,22 39,26 1.88 1,41 84,09 1.94 18,28 72.59 514.74 0.16 500 14,96 Итого за завтрак: Обел Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.34 0.05 72,21 59.49 19,41 595.80 2,86 60 2.19 6,83 3.06 82.52 0.02 1.01 Салат из отварной моркови с сыром 0.78 0.04 119 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.03 6.18 103,69 1.01 29.99 37,30 16,74 66,11 200 1.37 2.69 9.12 Борщ с капустой и картофелем 318 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 134 68 17.01 1.27 0.13 1.23 46,32 1.17 38.05 13,80 4,72 11.86 145,10 0.08 90 Биточки рубленые куриные Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 43,53 10,31 0,88 0.02 227 0,83 38,93 0.77 21.01 198,12 0,06 150 4.64 5,92 31.56 Макароны с томатом Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2.68 1.46 0,11 0.00 450 45.77 0,00 2,24 0.17 0.03 5.24 200 0.11 0.01 11.30 Компот из плодов свежих (лимон) Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 26.00 5,60 0.44 0.01 18 0.00 0.68 8.00 17,87 86,69 0.04 0.00 40 3.01 0,35 Хлеб из муки пшеничной 1,56 0.03 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 0.00 0.36 11.60 60.00 18,80 19 0.07 2.64 0.44 16.40 80.12 40 Хлеб ржано-пшеничный 89,33 5.38 0,28 186.09 363.68 704.42 0.30 11.49 784,91 6.88 780 27,76 20,97 101,17 Итого за обел: 128,59 7,27 0.53 602,91 12,90 869,00 450,30 173,76 1219,16 0.46 1280 42,71 39.25 Итого за день: День 10 (четверг) Завтрак 3,35 0,60 232 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,31 257.59 0.94 138.22 298.58 23.08 0.09 19.10 3.51 263.94 200 19.49 1 Омлет 20,00 3.60 0.32 0.01 ПП ПП 146,36 0.03 0.00 0.00 0.00 4,40 30,00 50 2.36 1.88 Кондитерское изделие Для обуч образовательных организаций Кучма. 2016 420 0.00 5.02 2,30 0.52 0.01 0.03 0.21 3.17 0.03 5,50 22,83 0.00 200 0.13 Чай 3 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.66 0.02 18 0.00 1.02 12.00 39.00 8,40 130.03 0,07 0.00 4.51 0.53 26,81 60 4 Хлеб из муки пшеничной 37,38 4.84 0,63 0,34 257,80 1.96 157,79 362,60 21,54 65,82 563,16 0.19 26,50 510 Итого за завтрак: Обел 27,01 10.47 0.43 0.03 90 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 3,94 0.99 1.91 7,78 7.25 67.64 0.04 0.93 3.88 Салат картофельный с растительным маслом 60 0,04 132 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 25.32 1.31 24,70 70.65 3,79 13.51 103.53 0.12 3,50 92.07 1.86 190 3,85 Суп картофельный с бобовыми (горохом) 2,00 0,16 0.00 487 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 9,30 0,02 0.00 0.00 0.24 2.86 639 30,99 10 1.08 0,13 Сухарики из хлеба пшеничного Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 1,59 0.11 331 4,28 24,29 169,06 37,90 32.53 280,81 0.08 2.23 173,71 10.64 200 13,73 Плов куриный 2.80 0.02 484 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.20 14,00 14.00 8.00 0,00 200 0,00 0,00 22,40 89.60 0.02 4,00 Сок фруктовый 26,00 5,60 0,44 0.01 18 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 0.68 8.00 86.69 0.04 0.00 40 3,01 0,35 17.87 Хлеб из муки пшеничной Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 60,00 18,80 1,56 0.03 19 16,40 80,12 0.07 0.00 0.00 0,36 11,60 2,64 0,44 40 Хлеб ржано-пшеничный 108,10 8,29 0.25 9,53 93,22 376,01 266,77 740 25,23 19,23 116,36 739,38 0.39 13.66 Итого за обед: 524,57 11.49 251,02 738,61 145,48 13,13 0,88 0,58 14,00 51,72 40,77 182,18 1302,54 1250 Итого за день:

180,36

1286

Итого среднее за 12 дней:

40,97

31,80

1171,47

0.52

16,49

Возрастная категория: 7-11 лет Минеральные вещества Витамины Энергетичес № по Жиры Углеводы Выход Белки В2, мг Наименование сборника Е мг, ток Наименование сборнику Мд, мг Fe, MI Са, мг Р, мг В 1, мг C, MI A, MKT n/n ккал Лень 11 (пятинца) Завтрак 0.81 0.10 199 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 89.88 121.10 31.05 25.07 161,55 0,11 0.40 18.41 0.11 200 5.30 4.45 Каша пшенная 100.00 60.00 5.50 0.07 0.04 16 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2.52 0.00 33.40 0.00 0.07 21.00 0.05 2,68 10 Сыр (порциями) Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 9.57 7.83 1.91 0.02 403 0.20 14,08 0,40 0,40 8.90 40.80 0.02 4.00 3.00 Фрукты свежие по сезонности 100 2.30 0.52 0.01 420 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.21 0.00 3.17 5,02 0.03 200 0,13 0.03 5.50 22.83 0.00 4 Чай 0.44 0.01 18 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 17,87 86.69 0.04 0.00 0.00 0.68 8,00 26,00 5,60 3.01 0,35 40 Хлеб из муки пшеничной 52,28 3,74 0.17 42.62 215.13 221,70 0.18 4.49 1.04 550 11.52 7,75 57.35 345,27 Итого за завтрак: Обел 20,04 25,08 10.96 0.47 0.02 20 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 5.05 72.00 0.03 3,02 73,38 2.73 60 0.86 5.37 Винегрет 137 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 1.53 27.43 50.95 15.00 0.55 0.03 80.00 0.04 7,21 124.68 1.88 3,63 9.96 Суп крестьянский с крупой 200 10.17 0.82 0.07 311 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2.56 0.04 1,11 58,79 0.07 10.69 79.96 90 8.64 2.38 66.18 Гудящ из мяса птицы 7,64 0.78 0.02 340 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 41,36 34,18 182.00 0.06 0.00 11.75 0.82 14,61 150 5.21 2.72 Излелия макаронные отварные 0.06 4.62 2,87 2,35 0.63 0.00 451 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 85.04 0.01 1,20 0.90 0.12 20.87 Компот из плодов свежих (яблоки) 200 0.12 0.44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 26.00 5,60 40 3.01 0.35 17,87 86.69 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 Хлеб из муки пшеничной 18,80 1,56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 60,00 80,12 0.07 0.00 0.00 0.36 11.60 0.44 16,40 40 2.64 Хлеб ржано-пшеничный 97,00 286,22 70,52 5,25 0,20 106,89 652.03 0.28 12.54 269,50 6,24 780 22,35 15,01 Итого за обед: 8,99 0.37 312,13 507,91 122,80 33,87 22,76 164.24 997.30 0.47 17.03 312,12 7.28 1330 Итого за день: День 12 (суббота) Завтрак 137.20 31,58 0.51 0.14 202 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.22 110,70 6.12 36.65 224.33 0.05 0.52 28.87 200 5.65 Каша рисовая 0.00 4.40 20.00 3,60 0.32 0,01 ПП ПП 0.00 0.00 2.36 1.88 30.00 146,36 0.03 50 Кондитерское изделие 2 2,72 0.01 4,68 5.79 0.55 0.01 377 Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК 0.16 0,04 9.25 37.98 0.00 0,67 0,26 200 Чай с лимоном 0.66 0.02 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 1.02 12.00 39.00 8.40 130.03 0.07 0.00 4,51 0.53 26.81 Хлеб из муки пшеничной 60 0.17 0.15 1.19 29,13 1.25 131,78 201.99 46,30 2.04 12,69 8,56 102,71 538,70 510 Итого за завтрак: Обел 21,81 11,06 0.71 0.02 82 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.01 2.30 0.69 2.70 19,80 0.80 5,33 4.59 69.57 60 Салат из свеклы с маслом раст. 20.72 0.95 0.04 135 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 1.91 23 01 70.33 200 2.93 3,88 11,30 91.86 0.08 3,68 96,72 Суп картофельный с фасолью 2,10 0,16 334 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 172,27 40,36 204,38 0.15 9,68 286.56 2.11 35.21 22,79 200 14.18 6.28 Рагу из мяса птицы Сборник для предп.общест питания при 455 23.93 2.07 1,01 0,06 0.00 15.54 63,09 0.00 0.01 7.20 0.00 0.23 0.00 200 Компот из плодов сущеных общеобразов школлах - Хлебпродинформ, 2004 г 26.00 5,60 0,44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,68 8.00 0,35 17.87 86.69 0.04 0.00 0.00 3,01 Хлеб из муки пшеничной 40 18,80 1.56 0,03 19 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 80,12 0.07 0.00 0.00 0.36 11,60 60.00 40 2,64 0,44 16,40 Хлеб ржано-пшеничный 5,82 0,27 352.47 97.54 0,35 15,67 391,17 7.75 121,55 740 23,79 16,28 88,50 595,70 Итого за обед: 253,33 554,47 143,84 7,85 0,43 1134,40 0.50 16,86 420,30 9,00 24,85 191,21 1250 36,48 Итого за день: 0,54 633,81 155,34 9,34 32,44 181,64 1185,09 0.51 13,22 469,27 8.88 325,32 1280 41,65 Итого среднее за 6 дней:

467,72

8,23

642,57

360,11

160,46

8,81

0,53

é		Выход	Form	Wann	углеводы	Энергетичес		Вип	гамины		Mi	неральн	ые вещес	гва			
u	Наименование	Г	Г	г	Г	кая	В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток.	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг	В2, мг	№ по сборнику	Наименование сборника
i		100.00		1			Де	нь 1 (пог	недельник)	11.70	14000		100	ALL DESCRIPTION OF THE PERSON	The state of	
				STATE OF	(E) Inform			Завт			HEAT I	-					
	Макароны с сыром	220	11,70	7,86	49,70	316,33	0,10	0,11	49,58	1,27	183,42	154,21	20,06	1,30	0,09	226	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2
	Фрукты свежие по сезонности	100	0,40	0,40	8,90	40,80	0,02	4,00	3,00	0,20	14,08	9,57	7,83	1,91	0,02	403	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2
	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,50	3,04	17,32	110,64	0,03	0,52	13,34	0,00	114,81	123,89	41,76	1,65	0,13	418	Для обуч образовательных организаций Кучма.
	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за завтрак:	560	18,60	11,65	93,79	554,46	0,20	4,63	65,92	2,15	320,31	313,67	75,25	5,31	0,25		
1			11 3 7 1			the last		Of	ед			S TU		To 4 11 11 1			
	Салат из квашеной капусты	100	1,80	2,74	4,82	51,11	0,02	30,00	0,00	1,42	48,04	31,05	16,00	0,61	0,02	57/43	Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,36	11,39	82,63	0,04	7,72	129,62	1,26	37,48	46,63	20,92	0,97	0,04	119	Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Котлета рыбная	100	14,00	3,77	14,29	147,04	0,09	0,20	9,00	1,92	44,12	187,27	40,70	0,67	0,09	256	Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Пюре картофельное	180	3,69	5,29	23,98	158,27	0,14	12,45	27,49	0,21	49,25	101,04	34,48	1,29	0,12	354	Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	21,92	87,68	0,00	0,38	0,00	0,05	3,04	4,08	1,68	0,31	0,00	474	Для обуч образовательных организаций Кучма.
	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма,
		40	2.64	0,44	16,40	80,12	0,07	0,00	0,00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма.
	Хлеб ржано-пшеничный	40												5,84	-		рен ооу с ооризони синных организации ку има,
	Хлеб ржано-пшеничный Итого за обед:	910	26,84	15,94	110,67	693,55	0,40	50,76	166,11	5,89	201.53	450.07	130,10	3.84	0.33		
				15,94 27,60	110,67 204,46	693,55 1248,01	0,40	50,76 55,39	166,11 232,03	5,89 8,04	201,53 521,84	456,07 769,74	138,18 213,44	11,15	0,33		
	Итого за обед:	910	26,84			-	0,60	55,39	232,03				-		_		
	Итого за обед:	910	26,84			-	0,60	55,39 Іень 2 (Е	232,03 Вторник)				-		_		
	Итого за обед:	910 1470	26,84 45,44	27,60	204,46	1248,01	0,60	55,39 Іень 2 (Е Завт	232,03 Вторник) рак	8,04	521,84	769,74	213,44	11,15	0,58	100	The offer of the o
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная	910 1470	26,84 45,44 6,63	27,60	204,46	201,94	0,60	55,39 Іень 2 (Е Завт 0,49	232,03 Вторник) рак 23,01	0,14	521,84 112,35	769,74 151,38	213,44	11,15	0,58	199	
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие	910 1470 250 20	26,84 45,44 6,63 1,70	5,56 2,06	31,34 14,12	201,94 81,82	0,60 0,14 0,02	55,39 Іень 2 (Е Завт 0,49 0,00	232,03 Вторинк) рак 23,01 2,00	0,14 0,70	521,84 112,35 5,80	769,74 151,38 18,00	38,81 4,00	11,15 1,01 0,42	0,58 0,13 0,01	9	пп
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное	250 20 10	26,84 45,44 6,63 1,70 0,08	5,56 2,06 8,25	31,34 14,12 0,08	201,94 81,82 74,89	0,60 0,14 0,02 0,00	55,39 Іень 2 (Е Завт 0,49 0,00 0,00	232,03 Вторник) рак 23,01 2,00 30,00	0,14 0,70 0,10	521,84 112,35 5,80 1,20	769,74 151,38 18,00 0,05	38,81 4,00 0,00	1,01 0,42 0,02	0,58 0,13 0,01 0,01	9	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями)	250 20 10	26,84 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68	5,56 2,06 8,25 2,52	31,34 14,12 0,08 0,00	201,94 81,82 74,89 33,40	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00	55,39 Іень 2 (Е Завт 0,49 0,00 0,00 0,07	232,03 Вторинк) рак 23,01 2,00 30,00 21,00	0,14 0,70 0,10 0,05	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00	38,81 4,00 0,00 5,50	1,01 0,42 0,02 0,07	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04	9 13 16	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма,
-	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком	250 20 10 10 200	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21	5,56 2,06 8,25 2,52 1,15	31,34 14,12 0,08 0,00 16,32	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01	55,39 Іень 2 (Е Завт 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24	232,03 Вторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05	9 13 16 378	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной	250 20 10 10 200 80	26,84 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02	5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70	31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09	55,39 Завт 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00	232,03 Вторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00	151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88	0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02	9 13 16	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком	250 20 10 10 200	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21	5,56 2,06 8,25 2,52 1,15	31,34 14,12 0,08 0,00 16,32	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01	55,39 Завт 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80	232,03 Вторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05	9 13 16 378	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма,
-	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак:	250 20 10 10 200 80 570	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25	31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26	55,39 Завт 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80	232,03 Вторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96	151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26	9 13 16 378 18	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма,
-	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний	250 20 10 10 200 80 570	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66	31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26	55,39 Цень 2 (Е Завт 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 Об 5,98	232,03 Зторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35	112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26	9 13 16 378 18	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Для обуч образовательных организаций Кучма.
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний ПЦи из свежей капусты	910 1470 250 20 10 10 200 80 570	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04	55,39 leнь 2 (Е Завт 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 Об 5,98 11,67	232,03 Зторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04	9 13 16 378 18	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний Щи из свежей капусты Котлеты рубленые куриные	910 1470 250 20 10 10 200 80 570 100 250 100	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32 1,73 1,72 15,33	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36 5,24	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57 13,18	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93 96,01 67,42 161,22	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04 0,08	55,39 10ens 2 (B 3abt 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 06 5,98 11,67 1,37	232,03 Зторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57 51,47	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35 2,37 1,26 1,30	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57 42,28	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34 149,64	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26 18,91	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64 1,41	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04 0,14	9 13 16 378 18 99 157 318	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний ПЦи из свежей капусты	250 20 10 10 200 80 570 100 250 100 180	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32 1,73 1,72 15,33 5,57	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36 5,24 7,11	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57 13,18 37,62	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93 96,01 67,42 161,22 236,74	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04	55,39 10ens 2 (B 3abt 3abt 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 06 5,98 11,67 1,37 0,83	232,03 Зторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04	9 13 16 378 18	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний Щи из свежей капусты Котлеты рубленые куриные	910 1470 250 20 10 10 200 80 570 100 250 100	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32 1,73 1,72 15,33	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36 5,24	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57 13,18	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93 96,01 67,42 161,22	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04 0,08	55,39 10ens 2 (B 3abt 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 06 5,98 11,67 1,37	232,03 Зторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57 51,47	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35 2,37 1,26 1,30	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57 42,28	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34 149,64	38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26 18,91	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64 1,41	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04 0,14	9 13 16 378 18 99 157 318	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Сборник рец блюд и кулин изд. для обуч.
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний Щи из свежей капусты Котлеты рубленые куриные Макароны с томатом	250 20 10 10 200 80 570 100 250 100 180	26,84 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32 1,73 1,72 15,33 5,57	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36 5,24 7,11	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57 13,18 37,62	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93 96,01 67,42 161,22 236,74	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04 0,08 0,07	55,39 10ens 2 (B 3abt 3abt 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 06 5,98 11,67 1,37 0,83	232,03 Зторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57 51,47 44,80	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35 2,37 1,26 1,30 0,93	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57 42,28 24,93	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34 149,64 51,26	213,44 38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26 18,91 11,74	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64 1,41 1,03	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04 0,14 0,03	9 13 16 378 18 18 99 157 318 227	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Сборник рец блюд и кулин изд. для обуч образов организ под ред. С.В. Маслова, 2015
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний Щи из свежей капусты Котлеты рубленые куриные Макароны с томатом Напиток из плодов сухих (изюм)	910 1470 250 20 10 10 200 80 570 100 250 100 180	26,84 45,44 45,44 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32 1,73 1,72 15,33 5,57 0,35	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36 5,24 7,11 0,06	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57 13,18 37,62 16,86	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93 96,01 67,42 161,22 236,74 69,44	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04 0,08 0,07 0,02	55,39 10:49 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 06 5,98 11,67 1,37 0,83 0,00	232,03 Згорник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57 51,47 44,80 0,58	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35 2,37 1,26 1,30 0,93 0,08	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57 42,28 24,93 11,42	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34 149,64 51,26 17,96	213,44 38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26 18,91 11,74 5,85	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64 1,41 1,03 0,44	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04 0,14 0,03 0,01	9 13 16 378 18 18 99 157 318 227 160242	ПП Для обуч образовательных организаций Кучма, Сборник рец блюд и кулив изд. для обуч образов организ под ред. С.В. Маслова, 2015 Для обуч образовятельных организаций Кучма,
	Итого за обед: Итого за день: Каша пшенная Кондитерское изделие Масло сливочное Сыр (порциями) Чай с молоком Хлеб из муки пшеничной Итого за завтрак: Салат Осенний Щи из свежей капусты Котлеты рубленые куриные Макароны с томатом Напиток из плодов сухих (изюм) Хлеб из муки пшеничной	250 20 10 10 200 80 570 100 250 100 180 200 40	26,84 45,44 45,44 45,44 6,63 1,70 0,08 2,68 1,21 6,02 18,32 1,73 1,72 15,33 5,57 0,35 3,01	27,60 5,56 2,06 8,25 2,52 1,15 0,70 20,25 4,66 3,36 5,24 7,11 0,06 0,35	204,46 31,34 14,12 0,08 0,00 16,32 35,74 97,61 11,79 7,57 13,18 37,62 16,86 17,87	201,94 81,82 74,89 33,40 80,51 173,38 645,93 96,01 67,42 161,22 236,74 69,44 86,69	0,60 0,14 0,02 0,00 0,00 0,01 0,09 0,26 0,06 0,04 0,08 0,07 0,02	55,39 1cm 2 (E 3abt 0,49 0,00 0,00 0,07 0,24 0,00 0,80 06 5,98 11,67 1,37 0,83 0,00 0,00	232,03 Вторник) рак 23,01 2,00 30,00 21,00 5,49 0,00 81,50 ед 241,31 158,57 51,47 44,80 0,58 0,00	0,14 0,70 0,10 0,05 0,00 1,36 2,35 2,37 1,26 1,30 0,93 0,08	521,84 112,35 5,80 1,20 100,00 45,61 16,00 280,96 22,04 36,57 42,28 24,93 11,42 8,00	769,74 151,38 18,00 0,05 60,00 36,34 52,00 317,77 50,21 40,34 149,64 51,26 17,96 26,00	213,44 38,81 4,00 0,00 5,50 7,17 11,20 66,69 23,64 18,26 18,91 11,74 5,85 5,60	11,15 1,01 0,42 0,02 0,07 0,58 0,88 2,98 0,95 0,64 1,41 1,03 0,44	0,58 0,13 0,01 0,01 0,04 0,05 0,02 0,26 0,05 0,04 0,14 0,03 0,01 0,01	9 13 16 378 18 18 99 157 318 227 160242 18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2 Сборник рец блюд и кулив изд. для обуч.

Возрастная категория: 12-18 лет

Минеральные вещества Энергетичес Витамины № по Белки Жиры Углеводы Выхол Наименование сборника В2, мг Е мг, ток. Наименование A, MKT Са, мг Р, мг Mg, MI Fe, мг сборнику В 1, мг C, MI n/n r ккал T День 3 (среда) Завтрак 92,01 131,83 33.39 0.94 0.11 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 22.17 204,24 0.11 0.37 48.59 0.49 4,67 10,77 250 Каша овсяная 0.01 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 30.00 0.10 1.20 0.05 0.00 0.02 13 0.08 8,25 0.08 74 89 0.00 0.00 10 Масло сливочное 0.14 ПП ПП 82.00 110.00 11.50 0.20 44.25 0.02 0.25 25.00 0.10 50 4,25 2,25 1,75 Творог для детского питания 2,30 0,52 0.01 420 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,03 5,50 22.83 0.00 0.03 0.21 0.00 3.17 5,02 0.13 200 4 Чай 1.02 12,00 39,00 8,40 0.66 0.02 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 60 4.51 0.53 26.81 130.03 0.07 0.00 Хлеб из муки пшеничной 103,80 1,71 190,38 285,90 55,59 2,34 0.28 0,65 570 13,64 21,83 56,31 476.24 0.19 Итого за завтрак: Обел 18,71 60,21 20,81 0.86 0.05 98 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 4,55 2,29 9,13 11.90 138.95 0.07 5.15 121,15 Салат овощной с фасолью 100 0.95 131 0.08 13,37 130,05 2.41 39.98 64,96 25,90 0.07 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 250 2.61 6.41 14.50 126,17 Суп из вошей 254 27.72 132,64 34,78 0.54 0.06 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2,69 84.52 0.06 1,00 221.70 1.76 100 8,90 6,17 Рыба (филе), тушенная в томате с овощами 0,31 5.01 83,11 27,41 0.56 0.02 342 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.04 0,00 21,16 4.19 4.51 40.74 220.34 180 Рис отварной 481 1.10 0.29 0.00 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.06 0.06 6.71 27.55 0.00 0.56 0,42 0.03 2.09 1 34 200 Напиток яблочный 0,44 8.00 26,00 5,60 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 17,87 0.04 0.00 0.00 0.68 0.35 86.69 40 3.01 Хлеб из муки пшеничной 0,00 0.00 0.36 11.60 60.00 18,80 1,56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2.64 0.44 16,40 80.12 0.07 40 Хлеб ржано-пшеничный 0.25 20,08 494,48 10.09 113,11 428,26 134.38 5.19 910 23,70 23,60 114,29 764,34 0,37 Итого за обед: 7.53 0.53 598,27 11.80 303.50 714,16 189,97 1240,58 0.56 20,72 1480 37.34 45.42 170,60 Итого за день: День 4 (четверг) Завтрак 0.17 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.65 36.09 0.27 138.38 171.50 39,48 0.63 202 45,82 280.41 0.07 250 7.07 7.65 Каша рисовая 1.65 0.13 418 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 17,32 110,64 0.03 0.52 13.34 0.00 114.81 123.89 41.76 200 3.50 3.04 Кофейный напиток злаковый на молоке 3,60 0,32 0.01 0.00 4,40 20,00 ПП ПП 30,00 146,36 0.03 0.00 0.00 50 2,36 1,88 Кондитерское изделие 12.00 39,00 8,40 0.66 0.02 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 0.00 1.02 4.51 0,53 26,81 130 03 0.07 60 Хлеб из муки пшеничной 354,39 93,24 3.26 0.33 17,44 119,95 667,44 0.20 1,17 49,43 1,29 269.59 560 13,10 Итого за завтрак: Обел 41,80 18,26 0.78 0,04 20 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 8,42 120,00 0.05 5.03 122,30 4.54 33,40 1,43 8,96 100 Винегрет 87.91 25.90 1.18 0,05 135 Пля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2.39 28,76 250 3,66 4,85 14.13 114.82 0.10 4.60 120,90 Суп картофельный с фасолью 2,31 334 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 315,22 2.32 38,73 189.49 44.39 0.18 25.07 224,81 0.16 10,65 220 15,60 6,91 Рагу из мяса птицы Сборник для предп.общест питания при 455 0,06 0.00 15,54 63,09 0,00 0.01 7,20 0,00 23,93 2,07 1,01 200 0.23 0,00 Компот из плодов сущеных общеобразов школлах - Хлебпродинформ, 2004 г 5,60 0,44 0,01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 17,87 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26,00 0.35 86 69 40 3.01 Хлеб из муки пшеничной 60.00 18,80 1,56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2,64 0.44 16,40 80,12 0.07 0.00 0,00 0,36 11,60 40 Хлеб ржано-пшеничный 0,31 10,29 144,43 407,27 113,96 6,33 689,53 0,42 20,29 565,62 850 26,57 21,51 97,43 Итого за обед: 11,58 414,01 761,66 207,20 9,60 0,64 1356,98 0,62 21,46 615,05 1410 44.01 34.61 217.37 Итого за день:

	Возрастная категория: 12-18 лет		-			Энергетичес		Вит	амины		Mi	неральн	ые вещест	гва		№ no	
Ne √m	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	кая	В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток.	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг	В2, мг	сборнику	Наименование сборника
						KRAI-	1	Тень 5 (п	ятница)		20 - 2 - 1	all-All-					
				17 7 7 7 7			Children I	Завт	рак		A VIET			A. Salar			
1	Каша гречневая молочная	250	8,14	10,38	28,91	241,58	0,14	0,94	48,58	0,28	197,57	213,64	69,88	1,81	0,27	191	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	10	2,68	2,52	0,00	33,40	0,00	0,07	21,00	0,05	100,00	60,00	5,50	0,07	0,04	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Кондитерское изделие	50	2,36	1,88	30,00	146,36	0,03	0,00	0,00	0,00	4,40	20,00	3,60	0,32	0,01	ПП	пш
4	Чай	200	0,13	0,03	5,50	22,83	0,00	0,03	0,21	0,00	3,17	5,02	2,30	0,52	0,01	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	80	6,02	0,70	35,74	173,38	0,09	0,00	0,00	1,36	16,00	52,00	11,20	0,88	0,02	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
)	Итого за завтрак:	590	19,33	15,51	100,16	617,54	0,26	1,03	69,79	1,69	321,14	350,67	92,49	3,60	0,34		
	итого за завтрак.		THE PARTY NAMED IN				20 NOS	06	ед						Page 1		
1	Салат из отварной моркови с сыром	100	3,65	11,39	5,10	137,54	0,04	1,69	993,00	4,77	120,35	99,16	32,34	0,57	0,08	69/58	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп картофельный с рыбой	250	9,59	4,57	12,90	131,13	0,08	6,74	198,15	1,86	81,15	131,45	41,23	1,09	01,0	134	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Гуляш из мяса птицы	100	9,59	2,64	2,85	73,53	0,04	1,23	65,32	0,07	11,87	88,84	11,30	0,91	0,08	311	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
A.	Изделия макаронные отварные	180	6,25	3,26	41,01	218,40	0,08	0,00	14,10	0,98	17,54	49,63	9,17	0,93	0,02	340	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	21,92	87,68	0,00	0,38	0,00	0,05	3,04	4,08	1,68	0,31	0,00	476	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3.01	0.35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,07	0,00	0,00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
/	Итого за обел:	910	34,73	22,66	118,05	815,09	0.35	10,04	1270,57	8,78	253,55	459,16	120,12	5,82	0,33		
		1500	54,06	38,17	218,21	1432.63	0,62	11,08	1340,36	10,47	574,69	809,82	212,61	9,42	0,67		
	Итого за день:	1000	24,00	- COJET				День 6 (суббота)		marine in	and the		an line	11 .2 3		
		The same				E CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH	No.	Завт	грак			HERLE	N. William				
1	Каша манная	250	7,52	8,47	34.39	243.86	0.08	0,85	41,04	0,53	177,91	151,73	24,80	0,46	0,21	195	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
1		10	2,68	2,52	0,00	33.40	0,00	0,07	21,00	0,05	100,00	60,00	5,50	0,07	0,04	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	10	0.08	8,25	0.08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	13	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Масло сливочное Чай с лимоном	200	0,16	0,04	9,25	37,98	0,00	0,67	0,26	0,01	4,68	5,79	2,72	0,55	0,01	377	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, Т
	Хлеб из муки пшеничной	80	6,02	0,70	35.74	173,38	0.09	0,00	0,00	1,36	16,00	52,00	11,20	0,88	0,02	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	-34455	550	16,46	19,98	79,47	563,51	0,17	1,58	92,30	2,05	299,79	269,57	44,22	1,98	0,29		
	Итого за завтрак:	330	10,40	12,20	THE PERSON NAMED IN	Terra di C	La line		бед	T-THE RE		- I SEALE		U RAUTE	- Neth		
-	Огурцы консервированные без уксуса	100	0,00	0,00	3,00	12,00	0,01	2,00	3,00	0,10	20,24	20,88	12,18	0,52	0,02	37	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
1		250	1,71	3,36	11.39	82,63	0,04	7,72	129,62	1,26	37,48	46,63	20,92	0,97	0,04	119	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Борщ с капустой и картофелем	100	15,33	5,24	13,18	161,22	0,08	1,37	51,47	1.30	42,28	149,64	18,91	1,41	0,14	318	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Биточки рубленые куриные	180	3,69	5,29	23,98	158,27	0,14	12,45	27,49	0,21	49,25	101,04	34,48	1,29	0,12	354	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Пюре картофельное	200	0.06	0.06	6.71	27.55	0.00	0,56	0,42	0,03	2,09	1,34	1,10	0,29	0,00	481	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Напиток яблочный	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0.00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	2,64	0,33	16,40	80,12	0,07	0,00	0.00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
-	Хлеб ржано-пшеничный					608,49	0,39	24,10	211,99	3,93	170,94	405,53	111,98	6,47	0,37		
7		910	26.42														
7	Итого за обед: Итого за день:	910 1460	26,43 42,89	14,74 34,72	92,53	1172,00	0,56	25,69	304,29	5,98	470,73	675,10	156,20	8,45	0,66		

	Возрастная категория: 12-18 лет	D.	P	***	V	Энергетичес		Вит	гамины		Mi	инеральн	ые вещес	гва		30	
N2 1/11	Наименование	Выход	Белки	жиры	Углеводы	кая	В 1, мг	С, мг	А, мкт	Е мг, ток.	Са, мг	Р, мг	Мд, мг	Fe, мг	В2, мг	№ по сборнику	Наименование сборника
- 0						KRAJI	Ле	нь 7 (пог	недельни			III Janes II				1977.00	
011	Rep v. E plong Time I are in the least	The second second	0.07.0					Завт				THE RES			No.	NEW YORK	
1	Макароны с сыром	220	11,70	7,86	49,70	316,33	0,10	0,11	49,58	1,27	183,42	154,21	20,06	1,30	0,09	226	Для обуч образовательных организаций Кучма, 201
2	Кондитерское изделие	50	2,36	1,88	30,00	146,36	0,03	0,00	0,00	0,00	4,40	20,00	3,60	0,32	0,01	ПП	пп
3	Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	0,05	0,00	0,02	0,01	13	Для обуч образовательных организаций Кучма, 201
1	Чай	200	0,13	0,03	5,50	22,83	0,00	0,03	0,21	0,00	3,17	5,02	2,30	0,52	0,01	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
5	Хлеб из муки пшеничной	80	6,02	0,70	35,74	173,38	0,09	0,00	0,00	1,36	16,00	52,00	11,20	0,88	0,02	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
	Итого за завтрак:	560	20,28	18,73	121,03	733,78	0,22	0,14	79,79	2,73	208,19	231,28	37,17	3,04	0,13		
J.L.					To the second		e de les	06	бед						H. Hans		
	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,19	7,12	7,10	97,21	0,01	3,60	1,32	3,62	29,70	34,03	17,49	1,09	0,03	83	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
2	Суп куриный	250	4,76	5,25	12,45	116,10	0,06	4,08	251,61	2,47	19,60	68,38	19,60	0,89	0,06	152	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
3	Биточки рыбные	100	14,00	3,77	14,29	147,04	0,09	0,20	9,00	1,92	44,12	187,27	40,70	0,67	0,09	256	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
4	Каша гречневая	180	7,11	5,66	31,21	204,18	0,19	0,00	21,88	0,53	12,78	156,63	104,39	3,52	0,10	341	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
5	Компот из плодов сушеных	200	0,23	0,00	15,54	63,09	0,00	0,01	7,20	0,00	23,93	2,07	1,01	0,06	0,00	455	Сборник для предп. общест питания при общеобразов школлах - Хлебпродинформ, 2004 г
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,07	0,00	0,00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
	Итого за обед:	910	32,92	22,59	114,86	794,43	0,46	7,90	291,01	9,57	149,73	534,37	207,59	8,23	0,32		
	Итого за день:	1470	53,21	41,31	235,89	1528,21	0,68	8,03	370,80	12,30	357,92	765,65	244,76	11,27	0,46		
		NAME OF STREET				SV W SCOOL		День 8 (н	вторник)					101U A			
						THE PERSON		Завт	грак		THE REAL PROPERTY.			197	die de		
1	Каша овсяная	250	4,67	10,77	22,17	204,24	0,11	0,37	48,59	0,49	92,01	131,83	33,39	0,94	0,11	196	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,50	3,04	17,32	110,64	0,03	0,52	13,34	0,00	114,81	123,89	41,76	1,65	0,13	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
3	Творог для детского питания	50	4,25	2,25	1,75	44,25	0,02	0,25	25,00	0,10	82,00	110,00	11,50	0,20	0,14	Ш	пп
4	Кондитерское изделие	20	1,70	2,06	14,12	81,82	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	9	ПП
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
	Итого за завтрак:	560	17,12	18,47	73,23	527,64	0,22	1,14	88,93	1,97	302,63	409,71	96,25	3,66	0,40		
						A NEW YORK			бед	ME/ME				THE STATE OF	91		
1	Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90	0,03	9,60	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	0,03	25/56	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
2	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,23	3,56	15,85	104,30	0,08	6,71	126,62	1,32	22,70	66,67	23,19	0,86	0,06	122	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
3	Котлеты рубленые мясные	100	13,47	6,01	11,17	152,63	0,06	0,00	0,00	2,03	12,38	131,17	17,01	1,93	0,09	302	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
4	Рис с овощами	180	3,81	4,45	35,57	197,56	0,04	0,72	237,16	0,35	12,63	82,51	29,85	0,65	0,03	360	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,35	0,06	16,86	69,44	0,02	0,00	0,58	0,08	11,42	17,96	5,85	0,44	0,01	160242	Сборник рец блюд и кулин.изд. для обуч. образов организ.под ред. С.В. Маслова, 2015
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,01	0,35	17,87	86,69	0,04	0,00	0,00	0,68	8,00	26,00	5,60	0,44	0,01	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,07	0,00	0,00	0,36	11,60	60,00	18,80	1,56	0,03	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 20
	Итого за обед:	910	26,71	19,57	121,42	768,64	0,34	17,03	364,35	6,92	110,74	414,30	113,29	6,69	0,27		
	Итого за день:	1470	43,83	38,04	194,66	1296,27	0,56	18,17	453,28	8,89	413,36	824,02	209,54	10,35	0,67		

Возрастная категория: 12-18 лет Минеральные вещества Витамины Энергетичес № по Жиры Углеводы Белки Наименование сборника Выхол В2, мг Ne Е мг, ток Kag сборнику Fe, MI Наименование Р. мг Мд, мг Са, мг В 1. МГ C, MI A. MKI 11/11 ккал Лень 9 (среда) Завтрак Пля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.21 195 151.73 24,80 0.46 177,91 34,39 243.86 0.08 0.85 41.04 0.53 250 7,52 8.47 Каша манная Для обуч образовательных организаций Кучма. 2016 5.50 0.07 0.04 16 0.05 100.00 60.00 0.07 21.00 2.52 0.00 33.40 0.00 10 2.68 Сыр (порциями) 0,02 0.01 13 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.00 0,00 30.00 0.10 1.20 0.05 0.08 74.89 0.00 0.08 8,25 10 Масло сливочное 2,72 0.55 0.01 377 Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК 4,68 5,79 0.26 0.01 37,98 0.00 0.67 200 0.16 0.04 9.25 Чай с лимоном Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.88 0.02 18 52,00 11,20 173.38 0.09 0.00 0.00 1.36 16.00 6.02 0.70 35.74 80 Хлеб из муки пшеничной 44,22 0,29 299,79 269,57 1.98 92,30 2.05 563,51 0.17 1,58 550 16.46 19,98 79,47 Итого за завтрак: Обел 0.08 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 99,16 32.34 0.57 120,35 5.10 137.54 0.04 1,69 993.00 4.77 100 3.65 11.39 Салат из отварной моркови с сыром 0.04 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 1,26 37,48 46.63 20.92 0.97 119 129,62 11,39 82.63 0.04 7.72 3.36 250 1.71 Борщ с капустой и картофелем Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 18,91 1,41 0.14 318 42.28 149,64 161.22 0.08 1.37 51.47 1,30 15.33 5.24 13,18 100 Биточки рубленые куриные 1.03 0.03 227 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.93 24.93 51,26 11,74 44,80 236,74 0.07 0.83 180 5.57 7.11 37,62 Макароны с томатом 0.00 450 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.17 0,03 5.24 2.68 1.46 0.11 45.77 0.00 2.24 11,30 200 0.11 0.01 Компот из плодов свежих (лимон) 5,60 0.44 0.01 18 Лля обуч образовательных организаций Кучма, 2016 26,00 0.00 0.68 8.00 0,35 17,87 86.69 0.04 0.00 40 3,01 Хлеб из муки пшеничной Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 60.00 18.80 1.56 0.03 19 0.36 11,60 80.12 0.07 0.00 0.00 0,44 16.40 40 2,64 Хлеб ржано-пшеничный 109,77 6.09 0.34 13,85 1219,05 9.33 249,88 435,37 112.87 830,71 0.35 27,90 910 32,02 Итого за обед: 0,63 549,66 704,94 153.99 8.07 1311.35 11,37 47,88 192,34 1394,22 0.52 15,43 1460 48,48 Итого за завтрак+обед: День 10 (четверг) Завтрак Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 152,04 328.43 25.39 3.68 0.66 232 1.03 0.34 283.35 21,44 21.01 3.86 290.34 0.10 220 Омлет 0.01 пп 0.00 4.40 20.00 3.60 0,32 ПП 0.03 0.00 0,00 30,00 146.36 50 2.36 1,88 Кондитерское изделие Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2,30 0.52 0,01 420 3.17 5,02 0.03 0.21 0.00 0,13 0.03 5,50 22.83 0,00 200 Чай Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 18 52,00 11,20 0.88 0.02 0.00 0.00 1.36 16.00 0.09 6,02 0,70 35,74 173.38 80 Хлеб из муки пшеничной 2.39 175,61 405,46 42,49 5,40 0.70 0,37 283,56 632,90 0,22 550 29,95 23,63 75,11 Итого за завтрак: Обел Для обуч образовательных организаций Кучма. 2016 0,72 0.05 90 12.96 45.01 17,46 6,56 1,66 3,18 0.07 1.54 6,47 12 08 112.73 100 Салат картофельный с растительным маслом 132 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 31.98 1,66 0.06 4.42 116,29 2.35 31,20 89.24 130,78 0,15 240 4.86 4,79 17.07 Суп картофельный с горохом 0,00 487 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0.16 0,24 2,86 9.30 2.00 0,00 0.13 6.39 30.99 0.02 0.00 10 1.08 Сухарики из хлеба пшеничного 185,97 41,69 1,75 0.12 331 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 2.45 191,08 4.71 26,71 0.08 15.10 11,70 35.79 308.89 220 Плов куриный 4 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 8.00 2,80 0.02 484 14,00 14.00 22.40 0,02 4.00 0,00 0.20 200 0.00 0.00 89,60 Сок фруктовый 0.44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 8,00 26.00 5.60 0,00 0.68 17,87 86,69 0.04 0.00 40 3.01 0.35 Хлеб из муки пшеничной 1,56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 0,00 0.00 0.36 11,60 60,00 18,80 0,07 0.44 16,40 80.12 40 2.64 Хлеб ржано-пшеничный 0.29 125,53 9,08 107.34 429,51 23,88 128,00 839,80 0,45 17,43 309,03 11,72 850 28,23 Итого за обед:

0,68

1472,70

1400

Итого за день:

58,18

47,51

203,10

17,80

592,59

282,95

14,12

834,97

168,02

14,48

0.99

Возрастная категория: 12-18 лет

Энергетичес Витамины Минеральные вещества Выход Белки Жиры Углеводы Наименование № по кая n/n Е мг, ток. В2, мг В 1, мг C, MI Наименование сборника A. MKT Са, мг P, MI Мд, мг Fe, MI r сборнику ккал День 11 (пятница) Завтрак 1 Каша пшенная 250 6.63 5.56 31.34 201,94 0.14 0.49 23.01 0.14 112.35 151.38 38.81 1.01 0,13 199 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Сыр (порциями) 10 2.68 2.52 0.00 33.40 0.00 0.07 21.00 0.05 100.00 60.00 5.50 0.07 0.04 16 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 3 Фрукты свежие по сезонности 100 0.40 0.40 8.90 40.80 0.02 4,00 3.00 0.20 14.08 9.57 7.83 1.91 0.02 403 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Чай 200 0.13 0.03 5.50 22,83 0.00 0.03 0.21 0.00 3,17 5.02 2,30 0.52 0,01 420 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Хлеб из муки пшеничной 40 3.01 0.35 17.87 86 69 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26.00 5,60 0.44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Итого за завтрак: 600 12.85 8,87 63,62 385,66 0,21 4,59 47.22 1.07 237,60 251.97 60,05 3.95 0,20 Обел Винегрет 100 1,43 8,96 8.42 120.00 0.05 5,03 122.30 4.54 33.40 41.80 18,26 0.78 0.04 20 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Суп крестьянский с крупой 250 2.35 4,54 12.45 100.00 0.04 9,01 155.85 1.91 34.29 63.69 18,75 0.68 0.04 137 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Гуляш из мяса птицы 100 9.59 2,64 2.85 73,53 0.04 1.23 65,32 0.07 11.87 88 84 11,30 0.91 0.08 311 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 4 Изделия макаронные отварные 180 6.25 3,26 41.01 218,40 0.08 0.00 14,10 0.98 17,54 49.63 9,17 0.93 0.02 340 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Компот из плодов свежих (яблоки) 200 0.12 0.12 20.87 85 04 0.01 1.20 0.90 0.06 4,62 2.87 2.35 0.63 0.00 451 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Хлеб из муки пшеничной 40 3.01 0.35 17,87 86.69 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26.00 5,60 0.44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Хлеб ржано-пшеничный 40 2.64 0.44 16.40 80.12 0.07 0.00 0.00 0.36 11,60 60.00 18.80 1,56 0.03 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Итого за обед: 910 25,39 20,31 119,86 763,78 0.33 16.47 358,48 8,61 121.33 332.83 84,23 5,94 0.23 Итого за лень: 1510 38,24 29,17 183,48 1149,44 0.54 21,07 405,70 9.68 358,93 584,80 144,27 9,89 0,43 День 12 (суббота) Завтрак 1 Каша рисовая 250 7,07 7,65 45.82 280.41 0.07 0.65 36.09 0,27 138,38 171.50 39 48 0.63 0.17 202 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Кондитерское изделие 50 2,36 1.88 30.00 146,36 0.03 0.00 0.00 0.00 4,40 20.00 3,60 0,32 0,01 ПП Чай с лимоном 200 0.16 0.04 9.25 37,98 0.00 0.67 0,26 0.01 4,68 5.79 2,72 0.55 0,01 377 Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК Хлеб из муки пшеничной 60 4.51 0.53 26.81 130.03 0.07 0.00 0.00 1.02 12.00 39.00 8.40 0,66 0.02 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Итого за завтрак: 560 14.10 10,10 111.88 594,79 0,17 1,32 36,35 1.30 159,45 236,29 54,20 2.16 0.20 Обел Салат из свеклы с маслом раст. 100 1.34 8.89 7.66 115,95 0.01 3,83 1,15 4.50 33.00 36,35 18,43 1.18 0.03 82 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Суп картофельный с фасолью 250 3,66 4,85 14.13 114,82 0,10 4.60 120.90 2.39 28,76 87.91 25,90 1,18 0.05 135 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Рагу из мяса птицы 220 15,60 6,91 25,07 224.81 0.16 10,65 315,22 2.32 38,73 189,49 44,39 2,31 0.18 334 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Компот из плодов сущеных 200 0.23 0.00 15,54 63,09 0,00 0.01 7,20 0.00 23,93 Сборник для предп. общест питания при 2,07 1.01 0.06 0.00 455 общеобразов школлах - Хлебпродинформ, 2004 г Хлеб из муки пшеничной 40 3.01 0.35 17,87 86.69 0.04 0.00 0.00 0.68 8.00 26,00 5,60 0,44 0.01 18 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Хлеб ржано-пшеничный 20 1,12 0,22 9.88 46.40 0.02 0,00 0.00 0.18 50.00 50,00 5,00 0,62 0,01 19 Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 Итого за обел: 830 24,95 21,22 90.15 651,76 0.34 19,09 444,47 10,06 182,43 391,82 100,33 5,80 0.28 Итого за день: 1390 39,06 31,31 202,03 1246,55 0.51 20,41 480,81 11.36 341,88 628,12 154,52 7,96 0,48 Итого среднее за 6 дней: 1450 46,83 39,20 201,92 1347,90 0,58 16,82 602,42 11,28 384,12 723,75 179,19 10,33 0,61 Итого среднее за 12 дней: 1458 46,12 38,10 201,09 1331,76 0.59 21.33 606,90 10,41 418,94 732,18 185,33 9,80 0,61

Прошито, пронумеровано и скреплено
печатью 15

МАМИЙСУК ТИВ листа

"Ий "Gatefuck фермении / Борова А.В.)

"Управление до 202 год