

Меню 1-4 классы.

№ п/п	Наименование	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества						№ ТК (Вариант 1)	№ ТК по Сборнику	Сборник
							В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	B2, мг	I, мкг			
День 1 (понедельник)																			
Завтрак																			
1	Сардельки, колбаски (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Изделия макаронные отварные	160	6,2	4,7	39,5	225,1	0,1	0,0	14,4	0,9	23,0	52,0	9,7	1,0	0,0	1,3	130401	340	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
4	Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			19,2	23,3	69,5	564,6	2,6	0,7	55,4	1,5	208,1	315,6	55,6	4,0	0,3	21,7			
Обед																			
1	Салат из свеклы и зеленого горошка	60	0,9	6,1	4,8	77,6	0,0	5,7	0,0	2,7	28,6	25,7	12,4	0,8	0,0	3,8	100402	81	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп картофельный с фрикадельками	200	6,5	6,1	15,4	142,1	0,1	8,9	0,7	1,1	27,3	103,9	27,0	1,5	0,1	6,3	110311	140	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Тефтели рыбные	100	14,1	3,4	17,2	156,0	0,1	1,8	8,6	2,0	270,0	398,7	27,9	0,8	0,1	96,5	120403	257	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Пюре картофельное	150	3,3	4,9	22,0	145,6	0,2	13,0	16,9	0,2	52,5	96,8	33,0	1,2	0,1	8,8	130101	354	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Напиток вишневый	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0		ПП	ПП
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			30,5	23,8	127,3	845,9	0,5	29,3	28,1	7,5	443,9	726,7	114,5	5,8	0,4	117,5			
Полдник																			
1	Котлеты рубленые (говядина)	80	11,9	11,9	10,3	196,2	0,1	0,0	0,0	1,6	11,2	122,4	15,0	1,8	0,1	3,9	120523	302	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Рис отварной	150	3,7	4,2	41,0	216,9	0,0	0,0	13,5	0,3	15,8	81,9	26,9	0,6	0,0	1,1	130301	342	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,0	12,5	0,0	0,4	7,0	13,0	10,0	0,5	0,0	1,0	100520	39	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	24,6	98,5	0,0	20,2	0,0	0,1	2,7	2,4	1,7	0,2	0,0	0,0	160232	476	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			17,7	16,9	88,1	574,7	0,2	32,7	13,5	2,6	41,4	236,5	56,2	3,3	0,2	6,1			
Итого за день			67,3	64,0	284,9	1985,3	3,3	62,6	97,0	11,6	693,4	1278,7	226,3	13,1	0,8	145,3			
День 2 (Вторник)																			
Завтрак																			
1	Каша пшеница с курагой	180	5,9	11,0	29,8	242,0	0,1	0,9	40,2	0,7	132,0	150,3	41,4	1,1	0,2	9,8	120201-1	198	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Фрукты свежие по сезонности	90	0,7	0,2	6,8	31,5	0,1	34,2	0,0	0,2	31,5	15,3	9,9	0,1	0,0	0,0	210106	399	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Ветчина (порциями)	10	2,3	2,1	0,0	27,9	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	3,5	0,3	0,0	0,7	100101	10	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016

5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			15,4	17,8	69,5	500,2	0,2	35,6	53,1	1,5	283,5	303,7	89,1	2,9	0,3	18,2			
Обед																			
1	Салат "Осенний"	60	1,1	3,2	7,8	63,9	0,0	5,9	0,0	1,4	16,5	34,6	16,3	0,7	0,0	3,6	100516	99	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп куриный	200	6,1	6,6	10,9	127,1	0,1	5,2	9,8	2,0	18,8	60,7	17,7	0,8	0,1	3,3	110303	152	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Гуляш из мяса птицы	80	9,8	8,1	2,5	121,7	0,0	1,7	30,4	0,1	9,7	71,8	9,4	0,7	0,1	2,6	120601	311	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Каша гречневая	150	6,3	5,4	28,6	187,8	0,2	0,0	13,5	0,4	11,9	150,0	100,0	3,4	0,1	2,9	130309	341	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	23,1	95,6	0,0	52,0	0,0	0,3	11,6	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238	473	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			26,4	24,1	93,0	694,5	0,4	64,8	53,7	4,8	123,3	395,5	155,7	7,0	0,3	14,5			
Подлник																			
1	Омлет с сосисками	150	14,4	31,2	3,0	350,3	0,1	0,3	57,7	0,7	113,3	238,1	21,7	2,5	0,5	22,8	100534	306	Для школ, Перевалова 2013
2	Кукуруза консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Кисель ягодный (вишневый)	200	0,0	0,0	26,7	106,9	0,0	0,0	0,0	0,0	4,1	3,9	0,0	0,0	0,0	0,0	160221	430	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			21,0	34,2	70,0	672,3	0,3	0,3	57,7	1,7	172,0	409,3	76,3	4,6	0,5	25,4			
Итого за день			62,8	76,2	232,5	1867,0	1,0	100,7	164,6	8,0	578,8	1108,5	321,1	14,5	1,2	58,2			
День 3 (среда)																			
Завтрак																			
1	Запеканка из творога	150	26,9	17,1	29,5	379,9	0,2	0,7	84,0	0,6	297,5	808,9	34,7	0,9	0,4	2,0	120305	239	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Соус абрикосовый	15	0,1	0,0	10,1	41,1	0,0	0,1	0,0	0,1	3,9	3,3	2,4	0,1	0,0	0,0	140206	335	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
3	Чай	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			30,1	26,6	70,2	640,5	0,3	0,8	114,0	1,5	315,7	853,5	42,2	1,5	0,4	2,9			
Обед																			
1	Салат картофельный с ветчиной	60	2,1	4,1	7,5	74,8	0,1	5,4	0,0	1,4	19,8	31,8	13,5	0,6	0,0	2,9	100510	88	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп из овощей	200	2,3	5,8	12,9	112,8	0,1	16,2	10,0	1,9	137,2	59,8	23,8	0,9	0,1	5,2	110305	131	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Биточки рубленые куриные	100	17,7	16,1	14,9	275,2	0,1	1,4	51,9	1,3	46,8	157,1	19,2	1,4	0,1	6,4	120611	309	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Рис с овощами	150	3,4	4,2	35,6	193,6	0,0	1,5	13,5	0,3	11,8	79,0	28,6	0,6	0,0	2,0	130312	360	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Кисель ягодный (смородин)	200	0,2	0,1	16,1	65,6	0,0	16,0	0,0	0,1	10,7	9,9	5,0	0,2	0,0	0,2	160203	430	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
Итого:			28,2	31,0	107,1	820,4	0,3	40,6	75,4	5,5	281,0	404,3	97,7	4,6	0,3	18,7			
Подлник																			
1	Запеканка картофельная с мясом	230	22,5	21,7	40,7	447,6	0,3	23,0	20,7	0,7	55,8	312,8	71,6	4,6	0,3	19,2	120534	161	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016

2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
3	Огурцы свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		25,9	22,9	74,6	608,0	0,4	29,6	20,7	1,4	82,1	374,1	84,3	5,5	0,3	20,7			
	Итого за день		84,3	80,4	252,0	2068,8	1,0	70,9	210,1	8,4	678,8	1631,9	224,1	11,6	1,1	42,3			
День 4 (четверг)																			
Завтрак																			
1	Каша "Дружба"	180	7,0	7,1	41,3	256,7	0,1	0,6	25,7	0,2	129,9	173,9	42,7	0,9	0,1	10,5	120211	192	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		16,2	22,8	81,4	595,8	2,6	1,3	96,7	1,0	303,8	378,2	81,4	3,3	0,3	28,4			
Обед																			
1	Салат из капусты белокачанной и свеклы	60	1,0	4,3	3,4	55,8	0,0	14,2	0,0	1,9	85,5	20,1	10,3	0,5	0,0	2,4	100207-1	100207-1	Для обуч образовательных организациях Маслова, 2015
2	Суп картофельный с фасолью	200	4,0	4,5	14,3	113,2	0,1	5,2	0,0	1,9	89,8	108,5	27,9	1,3	0,1	4,3	110309	135	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Шницели рубленные (говядина)	100	15,7	15,8	14,1	260,8	0,1	0,2	3,9	2,0	45,5	176,7	22,4	2,2	0,1	7,2	120525	302	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Рагу из овощей	150	2,6	7,7	17,9	151,6	0,1	11,6	0,0	3,5	27,3	71,0	32,7	1,1	0,1	5,6	130203	184	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Компот из плодов свежих (апельсины)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212	448	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		27,6	33,6	104,5	831,3	0,4	49,2	3,9	10,3	318,5	466,8	107,4	6,4	0,3	22,1			
Полдник																			
1	Макароны, запеченные с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7	0,1	0,1	55,7	1,3	56,2	158,3	18,7	1,5	0,1	1,6	120213	226	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
3	Кисель абрикосовый	200	0,0	0,0	24,7	99,0	0,0	0,6	0,0	0,2	6,9	8,2	2,2	0,1	0,0	0,0	160228	425	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,6	19,0	101,7	640,2	0,2	0,7	85,7	2,3	73,7	202,0	26,1	2,1	0,1	2,5			
	Итого за день		59,4	75,5	287,6	2067,3	3,2	51,1	186,2	13,6	696,0	1047,0	214,8	11,7	0,8	53,0			
День 5 (пятница)																			
Завтрак																			
1	Омлет	150	15,7	16,9	2,9	226,0	0,1	0,3	15,9	0,7	118,1	257,8	19,9	2,9	0,6	26,8	120301	232	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Горошек зеленый консервированный	60	1,9	0,1	3,9	24,1	0,1	6,0	0,0	0,1	93,6	37,2	12,6	0,4	0,0	3,0	130206	22	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Фрукты свежие по сезонности	220	3,3	1,1	46,2	207,9	0,1	22,0	0,0	0,9	17,6	61,6	92,4	1,3	0,1	0,0	210103	394	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		25,9	22,0	75,7	604,5	0,3	28,8	28,8	2,1	343,4	477,9	156,5	5,8	0,8	37,6			
Обед																			

1	Салат картофельный с растительным маслом	60	1,1	4,4	8,1	76,2	0,1	5,5	0,0	1,9	10,7	31,7	12,3	0,5	0,0	2,7	100541	90	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп-поре овощной	190	1,9	2,3	8,8	63,8	0,0	7,9	8,6	0,2	61,5	47,5	15,5	0,5	0,1	4,1	110405	130	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601	487	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Бефстроганов	80	11,0	11,5	3,9	162,7	0,0	0,4	15,4	0,3	81,9	127,8	17,3	1,5	0,1	6,5	120505	275	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Каша гречневая	150	6,3	5,4	28,6	187,8	0,2	0,0	13,5	0,4	11,9	150,0	100,0	3,4	0,1	2,9	130309	341	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Напиток вишневый	200	0,1	0,0	17,3	69,6	0,0	1,8	0,0	0,0	4,9	3,6	3,1	0,1	0,0	0,2	160204	474	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		25,6	25,4	104,4	748,3	0,5	15,6	37,4	4,0	233,6	456,2	160,3	7,2	0,3	18,5			
Полдник																			
1	Запеканка рисовая с творогом и изюмом	230	15,1	11,1	82,3	489,4	0,2	0,3	42,7	0,6	162,1	409,1	49,9	1,8	0,2	4,8	100535	205	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,1	0,0	12,4	50,3	0,0	5,6	0,0	0,0	6,0	3,1	1,7	0,1	0,0	0,0	160213	450	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		21,4	17,6	105,0	663,6	0,2	6,0	94,7	1,0	216,8	537,0	61,2	2,4	0,3	4,8			
	Итого за день		72,8	65,0	285,1	2016,4	0,9	50,3	160,8	7,1	793,8	1471,0	378,0	15,5	1,5	60,9			
	Итого за 5 дней		69,3	72,2	268,4	2001,0	1,9	67,1	163,7	9,8	688,2	1307,4	272,9	13,3	1,1	71,9			
День 6 (понедельник)																			
Завтрак																			
1	Мюсли с молоком или Изделия фигурные и хлопья из круп с молоком	180	7,2	5,0	36,6	220,1	0,2	1,1	57,6	0,7	253,4	473,0	20,2	1,0	0,3	85,0	120215	188; 189	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
4	Чай с молоком	200	1,2	1,3	17,9	87,8	0,0	0,2	6,0	0,0	52,3	42,2	5,6	0,1	0,1	3,6	160108	378	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		16,1	21,6	75,2	559,1	0,3	1,4	145,6	1,6	360,4	658,7	38,0	1,7	0,4	89,5			
Обед																			
1	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,8	4,9	6,0	70,9	0,0	5,4	0,0	2,2	20,3	23,5	12,1	0,8	0,0	3,8	100403-1	100403-1	Для обуч образовательных организациях Маслова, 2015
2	Щи из свежей капусты	200	1,6	3,0	6,7	60,7	0,0	15,6	6,0	1,0	123,7	37,1	16,8	0,6	0,0	3,2	110105	157	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Гуляш	80	10,8	10,3	3,1	148,4	0,0	1,1	7,2	0,3	11,0	106,6	14,8	1,6	0,1	4,2	120507	282	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Макаронны с томатом	150	5,6	6,8	60,0	323,6	0,1	5,1	22,5	0,9	25,7	50,9	13,1	1,1	0,0	1,4	130401-1	227	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
5	Напиток смородиновый	200	0,1	0,0	27,5	110,7	0,0	9,6	0,0	0,1	5,6	3,8	3,4	0,2	0,0	0,0	160229	479	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		23,1	26,4	133,8	865,0	0,3	36,9	35,7	5,3	245,6	305,5	70,3	5,2	0,2	14,6			
Полдник																			
1	Рагу из мяса птицы (курица)	230	19,9	17,9	28,8	356,0	0,2	15,8	48,3	2,5	48,7	210,4	51,5	2,6	0,2	11,2	120609	334	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016

2	Огурцы свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Напиток вишневый	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		23,3	19,1	73,2	558,2	0,3	20,8	48,3	3,2	69,9	265,0	63,7	3,4	0,2	12,7			
	Итого за день		62,5	67,1	282,1	1982,3	0,8	59,1	229,6	10,1	675,9	1229,2	172,0	10,3	0,9	116,8			
День 7 (вторник)																			
Завтрак																			
1	Каша овсяная	180	4,9	5,1	24,0	161,8	0,1	0,4	15,8	0,4	97,3	139,7	39,9	0,9	0,1	7,7	120209	196	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
2	Творог для детского питания	100	18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,5	50,0	0,2	164,0	220,0	23,0	0,4	0,3	0,0		#Н/Д	#Н/Д
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		29,7	18,7	67,0	559,2	2,6	1,5	80,8	1,3	412,0	508,2	98,1	3,6	0,5	24,7			
Обед																			
1	Салат "Мозаика"	60	1,7	4,4	6,1	71,2	0,1	4,2	0,0	1,7	22,3	41,2	15,2	0,6	0,1	3,8	100515-1	94	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Рассольник ленинградский	200	2,2	3,2	15,2	98,6	0,1	7,4	6,0	1,1	57,9	67,8	22,1	0,8	0,1	4,3	110201	122	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Тефтели с рисом	100	12,2	9,8	11,7	183,4	0,0	0,0	0,0	0,3	8,4	135,7	20,8	1,8	0,1	4,4	120521	370	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Капуста тушеная	150	3,2	6,2	11,1	113,0	0,1	48,3	0,0	2,9	291,8	64,2	33,0	1,2	0,1	5,6	130201	343	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,4	0,1	24,5	100,2	0,0	0,0	0,1	0,1	13,2	20,6	6,7	0,5	0,0	0,0	160242	475	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Ирис, 10	10	0,3	0,8	8,2	40,8	0,0	0,0	3,6	0,0	14,0	10,5	1,8	0,1	0,0	0,0		#Н/Д	#Н/Д
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		24,2	25,8	107,2	758,0	0,3	59,9	9,7	7,0	467,1	423,5	109,8	6,1	0,3	20,1			
Полдник																			
1	Запеканка со свежими плодами	210	9,6	9,4	50,2	324,0	0,2	3,9	29,4	0,3	153,6	207,8	55,1	2,3	0,2	13,0	100532	208	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,0	60,9	0,0	4,0	0,0	0,3	4,1	2,9	4,0	0,2	0,0	0,0	100531	479	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016; ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,9	16,0	75,5	508,9	0,3	8,0	81,4	1,0	206,4	335,5	68,7	3,0	0,2	13,0			
	Итого за день		69,8	60,4	249,7	1826,0	3,2	69,4	171,9	9,2	1085,5	1267,2	276,5	12,6	1,1	57,8			
День 8 (среда)																			
Завтрак																			
1	Каша рисовая	180	5,5	6,2	40,8	241,6	0,0	0,5	24,3	0,2	114,7	142,9	32,7	0,5	0,1	9,0	120203	202	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Молоко	200	6,0	6,4	9,4	119,2	0,0	1,2	30,0	0,0	242,0	182,0	28,0	0,2	0,3	18,0	230105	463	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		16,8	16,8	70,8	501,3	0,1	1,8	80,3	0,9	388,1	412,5	69,4	1,3	0,4	27,0			
Обед																			

1	Салат овощной с фасолью	60	1,5	6,2	9,6	100,2	0,1	4,4	0,0	2,7	26,3	43,3	14,3	0,6	0,0	2,6	100501-1	98	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	3,0	10,1	74,3	0,0	11,9	6,0	1,0	90,7	42,8	19,3	0,9	0,0	4,6	110101	119	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Рагу из мяса птицы (курица)	200	17,3	15,6	25,0	309,5	0,2	13,7	42,0	2,1	42,4	182,9	44,8	2,3	0,2	9,8	120609	334	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Кисель ягодный (из клюквы)	200	0,1	0,0	25,5	102,6	0,0	2,4	0,0	0,2	7,5	6,4	2,4	0,2	0,0	0,0	160202	430	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Гематоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,2	0,6	15,1	70,8	0,0	0,0	20,0	0,0	2,0	6,6	0,4	0,1	0,0	0,0		#Н/Д	#Н/Д
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		25,8	26,8	115,8	808,1	0,4	32,4	68,0	6,9	228,3	365,7	91,5	5,1	0,3	19,0			
Полдник																			
1	Сардельки, колбаски (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Изделия макаронные отварные	150	5,8	4,4	37,0	211,0	0,1	0,0	13,5	0,8	21,6	48,8	9,1	0,9	0,0	1,2	130401	340	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Горошек зеленый консервированный	50	1,6	0,1	3,3	20,1	0,1	5,0	0,0	0,1	78,0	31,0	10,5	0,4	0,0	2,5	130206	22	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,1	0,1	23,1	93,6	0,0	1,5	0,0	0,1	6,3	4,8	3,6	0,8	0,0	0,3	160208	449	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,9	17,5	84,1	557,1	0,3	6,5	13,5	1,9	132,4	196,1	38,2	3,4	0,1	7,4			
	Итого за день		58,5	61,1	270,7	1866,6	0,8	40,7	161,8	9,8	748,8	974,3	199,0	9,8	0,9	53,4			
День 9 (четверг)																			
Завтрак																			
1	Омлет с колбасными изделиями	150	18,6	19,6	3,2	263,4	0,1	0,2	14,7	0,6	103,7	222,2	24,9	3,1	0,5	24,7	120303	229	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
3	Огурцы свежие	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,4	0,0	1,8	100519	37	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Фрукты свежие по сезонности	220	3,3	1,1	46,2	207,9	0,1	22,0	0,0	0,9	17,6	61,6	92,4	1,3	0,1	0,0	210103	394	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		23,9	21,3	73,2	580,7	0,2	29,8	14,7	1,9	145,2	332,5	128,8	5,1	0,6	26,5			
Обед																			
1	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,6	9,1	6,2	109,2	0,0	9,8	0,0	4,0	54,7	14,1	8,1	0,6	0,0	1,4	100504	43	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп картофельный с горохом	190	4,1	4,3	14,9	114,3	0,2	4,9	0,0	1,9	29,7	81,1	29,1	1,5	0,1	3,3	110307-1	132	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Сушарки из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601	487	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Плов куриный	200	19,0	22,6	39,1	435,5	0,1	5,4	49,0	4,4	27,8	202,4	44,7	1,9	0,1	5,7	120605	331	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,1	0,1	22,9	93,2	0,0	3,0	0,0	0,1	5,4	3,3	2,7	0,7	0,0	0,6	160209	451	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		27,5	37,3	110,7	887,9	0,4	23,2	49,0	11,1	175,6	379,8	94,0	5,7	0,2	13,0			
Полдник																			
1	Биточки рубленые куриные	80	14,1	12,9	11,9	220,2	0,1	1,1	41,5	1,0	37,4	125,6	15,4	1,1	0,1	5,1	120611	309	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016

2	Пюре картофельное	150	3,3	4,9	22,0	145,6	0,2	13,0	16,9	0,2	52,5	96,8	33,0	1,2	0,1	8,8	130101	354	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Кукуруза консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Компот из плодов сушеных	200	0,5	0,0	16,8	69,6	0,0	0,6	120,0	0,0	14,1	23,0	11,0	360,0	0,0	0,0	160211-1	638	Для предприятий общ питания при общеобразовательных школах Хлебпродинформ, 2004
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		24,5	20,9	91,0	650,3	0,4	14,7	178,4	2,2	158,7	412,8	114,0	364,5	0,4	16,5			
	Итого за день		75,9	79,5	274,9	2119,0	1,0	67,7	242,1	15,2	479,6	1125,1	336,8	375,3	1,2	56,0			
День 10 (пятница)																			
Завтрак																			
1	Каша манная с изюмом	180	7,0	12,0	40,0	296,0	0,1	0,8	46,8	0,6	183,7	171,1	32,3	1,1	0,2	12,6	120205	195	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		18,2	22,4	73,0	566,5	0,2	1,4	111,7	1,4	346,5	417,2	73,5	2,7	0,4	20,4			
Обед																			
1	Винегрет	60	1,0	6,1	5,5	80,6	0,0	5,0	0,0	2,7	22,9	28,4	12,4	0,5	0,0	2,9	100501	20	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Суп с рисом и говядиной	200	4,3	6,8	12,0	126,3	0,0	3,5	0,0	2,0	12,8	66,8	17,9	0,9	0,1	2,8	110301	139	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Печень тушенная (говяжья)	80	20,3	5,0	0,0	126,4	0,3	37,5	6591,7	1,0	230,3	398,4	20,6	7,9	2,5	15,0	120515	285	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Соус сметанный	10	0,3	1,2	0,9	15,5	0,0	0,0	6,5	0,0	32,9	4,0	0,6	0,0	0,0	0,4	140106	380	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Картофель отварной, резаный	150	3,4	6,8	27,0	182,9	0,2	16,5	22,5	0,2	31,2	98,3	38,3	1,5	0,1	8,9	130103	347	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
6	Компот из плодов свежих (апельсины)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212	448	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,0	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103	19	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		33,7	27,3	100,2	781,6	0,7	80,5	6620,7	6,9	400,2	686,3	104,0	12,1	2,7	32,6			
Полдник																			
1	Лапшевник с творогом	150	13,5	12,7	35,3	309,5	0,1	0,3	48,6	1,9	130,7	330,0	18,1	1,0	0,2	1,7	100536	208	для обуч во всех обр уч Могильного, 2011
2	Салат из моркови с сахаром	60	0,7	4,3	5,6	63,4	0,0	2,7	0,0	2,1	14,8	30,1	20,7	0,4	0,0	2,7	100302	59	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Чай с молоком	200	1,2	1,3	17,9	87,8	0,0	0,2	6,0	0,0	52,3	42,2	5,6	0,1	0,1	3,6	160108	378	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		18,4	19,4	79,3	565,3	0,2	3,2	54,6	4,7	207,2	435,9	49,6	2,0	0,3	8,0			
	Итого за день		70,4	69,1	252,5	1913,4	1,1	85,2	6787,0	13,0	953,9	1539,4	227,1	16,8	3,4	60,9			
	Итого за 5 дней		67,4	67,4	266,0	1941,5	1,4	64,4	1518,5	11,5	788,7	1227,0	242,3	85,0	1,5	69,0			
	Итого за 10 дней		68,4	69,8	267,2	1971,2	1,6	65,8	841,1	10,6	738,4	1267,2	257,6	49,1	1,3	70,5			