

Утверждаю:
 Директор
 № _____

 «__» марта 2024 г


СОГЛАСОВАНО:
 Начальник управления образования
 администрации Минераловодского
 муниципального округа
 Ставропольского края

 «__» марта 2024 г



СОГЛАСОВАНО:
 Начальник межрайонного ТО Управления
 Федеральной службы по надзору
 в сфере защиты прав потребителей
 и благополучия человека
 по Ставропольскому краю №9

 А. В. Красько
 «__» марта 2024 г



Перспективное 18-дневное меню горячего питания для учащихся общеобразовательных учреждений
 Минераловодского городского округа на .10У 2024 г.

ЛОК
 2024 г. Возраст 6-10 лет

Сезон: Лето

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		К	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1 неделя															
1 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№210,сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	159/5	37,50	17,40	17,50	14,99	234,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07
№71,сбор 2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№457,сбор 2021г. под ред. Первалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№338,сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			56,11	20,95	18,38	52,72	431,83	0,20	13,45	380,50	1,50	164,61	338,52	50,68	8,57
<i>Обед</i>															
№ 82,сбор. 2005г под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№279,сбор 2005г под ред. Могильного	Гуфтели из говядины с соусом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№203,сбор 2005г под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№71,сбор 2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
№495,сбор 2021г. под ред. Первалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			85,75	31,37	32,74	115,13	903,63	0,31	12,59	110,00	5,46	158,59	397,08	116,95	6,80
Итого 1 день:			141,86	52,32	51,12	167,85	1335,46	0,51	26,04	490,50	6,95	323,20	735,60	167,63	15,37
2 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№234,сбор 2005г под ред. Могильного	Биточки рыбные	100	33,76	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76
№310,сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№459,сбор 2021г. под ред. Первалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87

к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			54,62	21,58	24,26	60,02	586,40	0,33	28,53	46,50	2,52	94,84	375,08	84,32	4,43
<i>Обед</i>															
№80,сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	6,92	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№294,сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленые из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171,сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№71,сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			64,65	34,68	27,69	148,66	1038,90	0,60	10,73	72,50	4,15	116,34	562,52	245,91	28,64
Итого 2 день:			119,27	56,26	51,95	208,68	1625,30	0,93	39,26	119,00	6,67	211,18	937,60	330,23	33,07
3 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№181,сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,49	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32
№14,сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15,сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	10	7,88	2,31	2,95	0,00	62,50	0,00	0,07	26,00	0,40	88,00	50,00	3,50	0,10
№463,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Какао с молоком сгущенным	200	15,31	3,20	3,60	19,20	122,00	0,02	0,20	15,20	0,08	108,00	85,40	21,30	0,58
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
№338,сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
Итого завтрак:			57,22	11,62	18,48	67,21	584,63	0,15	12,35	101,20	1,47	232,63	205,52	51,08	4,28
<i>Обед</i>															
№ 102,сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8,95	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№282,сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	56,55	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№137,сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	180/5	17,76	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	3,47	31,44	63,24	27,84	0,95
№495,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			91,26	28,14	28,68	90,03	842,20	0,51	16,08	52,75	7,95	150,77	344,37	114,04	6,57
Итого 3 день:			148,48	39,76	47,16	157,24	1426,83	0,67	28,43	153,95	9,42	383,40	549,89	165,12	10,85
4 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№291,сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№71,сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№457,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			59,08	30,06	30,90	78,63	673,55	0,14	1,16	64,80	0,77	84,26	337,70	85,94	6,19
<i>Обед</i>															
№ 84,сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
№ 239,сбор 2005г. под ред. Могильного	Тефтели рыбные с соусом	100/60	38,87	12,80	11,80	18,20	230,00	0,20	0,30	10,00	4,88	52,75	341,75	59,75	1,78
№310,сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71,сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			80,24	26,07	22,68	117,94	903,35	0,60	34,15	34,00	8,42	153,37	636,72	164,49	9,17
Итого 4 день:			139,32	56,13	53,58	196,57	1576,90	0,74	35,31	64,80	9,18	237,63	974,42	250,43	15,36

5 ДЕНЬ																
Завтрак																
№223, сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	71,28	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04	
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87	
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	150	21,97	2,18	0,00	39,59	150,04	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,01	54,77	0,71	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			97,69	30,41	19,96	113,08	657,04	0,18	14,86	111,00	0,98	247,00	389,66	102,97	3,22	
Обед																
№ 88, сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,67	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80	
№281, сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00	
№305, сбор 2005г. под ред. Могильного	Рис припущенный	180	10,80	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513	
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42	
№476, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кисель из яблок свежих	200	5,59	0,20	0,20	23,80	98,00	0,00	0,80	0,00	0,20	9,00	10,20	2,60	0,68	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			83,39	22,07	22,95	96,16	838,55	0,26	20,46	69,75	4,33	143,43	340,98	95,98	6,18	
Итого 5 день:			181,08	52,48	42,91	209,24	1495,59	0,44	35,32	180,75	5,31	390,43	730,64	198,95	9,40	
2 недели																
6 ДЕНЬ																
Завтрак																
№174, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	16,09	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45	
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№15, сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	10	7,88	2,31	2,95	0,00	62,50	0,00	0,07	26,00	0,40	88,00	50,00	3,50	0,10	
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			45,93	9,53	15,16	67,96	553,63	0,12	12,15	86,00	1,14	127,43	167,22	50,28	4,65	
Обед																
№82, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08	
№282, сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	56,55	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13	
№321, сб 2005г. под ред. Могильного	Капуста тушеная	180	14,77	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,46	
№389, сбор 2005г. под ред. Могильного	Напиток из плодов шиповника	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			88,11	27,02	22,00	95,40	854,00	0,38	48,30	28,75	6,62	209,08	322,04	105,14	6,07	
Итого 6 день:			134,04	36,55	37,16	163,36	1407,63	0,51	60,45	114,75	7,76	336,51	489,26	155,42	10,72	
7 ДЕНЬ																
Завтрак																
№231, сбор 2012г. под ред. Могильного	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/10	59,61	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40	1,11	
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	150	21,97	2,18	0,00	39,59	150,04	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,01	54,77	0,71	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			84,77	27,70	19,39	98,18	606,54	0,20	13,89	87,00	3,69	256,65	413,31	107,27	3,24	
Обед																

№102,сбор.2005г.под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8,95	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№291,сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№71,сбор 2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			74,41	37,88	36,37	129,14	987,40	0,42	7,07	64,80	3,58	129,39	451,52	131,34	8,87
Итого 7 день:			159,18	65,58	55,76	227,32	1593,94	0,62	20,96	151,80	7,27	386,04	864,83	238,61	12,11
8 ДЕНЬ															
Завтрак															
№206,сбор 2012г. под ред. Могильного	Макароны отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№462,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Какао с молоком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65
№338,сбор. 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			47,61	10,93	8,74	66,88	415,28	0,16	12,78	44,00	1,11	148,16	163,50	50,21	3,98
Обед															
№ 82,сбор. 2005г.под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№279,сбор 2005г. под ред. Могильного	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№310,сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71,сбор 2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
№495,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			93,25	30,17	31,67	112,03	898,33	0,47	38,97	109,00	5,00	167,40	464,40	146,66	8,36
Итого 8 день:			140,86	41,10	40,41	178,91	1313,61	0,63	51,75	153,00	6,11	315,56	627,90	196,87	12,34
9 ДЕНЬ															
Завтрак															
№240,сбор 2012г. под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным	150/10	62,72	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	28,20	1,78
№457,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№338,сбор. 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	150	21,97	2,18	0,00	39,59	150,04	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,01	54,77	0,71
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,77	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			87,88	24,78	16,47	88,35	553,74	0,19	15,49	108,00	0,98	201,60	347,76	101,27	4,48
Обед															
№108,109,сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с клецками	250	8,84	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№290,сбор 2005г.под ред. Могильного	Птица тушенная в соусе	100/60	45,29	26,40	29,80	8,00	230,00	0,05	0,01	40,00	0,40	51,13	124,63	19,00	1,51
№305,сбор 2005г.под ред. Могильного	Рис припущенный	180	10,80	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
№71,сбор 2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№476,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кисель из яблок свежих	200	5,59	0,20	0,20	23,80	98,00	0,00	0,80	0,00	0,20	9,00	10,20	2,60	0,68
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			78,55	37,15	38,06	97,56	784,80	0,27	7,64	65,50	3,06	111,01	331,58	87,73	6,57
Итого 9 день:			166,43	61,93	54,53	185,91	1338,54	0,46	23,13	173,50	4,04	312,61	679,34	189,00	11,05
10 ДЕНЬ															
Завтрак															
№294,сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленые из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86

№171, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76	
№465, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,07	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12	
к/к	Хлеб пшеничный	30	10,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			62,51	32,44	25,32	106,15	783,00	0,45	2,00	91,50	2,44	176,61	500,68	208,36	24,34	
<i>Обед</i>																
№ 88, сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,67	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80	
№229, сбор 2005г. под ред. Могильного	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/50	58,64	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82	
№310, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63	
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			93,30	25,05	18,35	98,81	838,25	0,45	46,40	48,60	5,35	150,42	455,57	116,29	5,89	
Итого 10 день:			155,81	57,49	43,67	204,96	1621,25	0,90	48,40	140,10	7,79	327,03	956,25	324,65	30,23	
3 неделя																
11 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№210, сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	159/5	37,50	17,40	17,50	14,99	234,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07	
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41	
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			57,11	21,17	18,50	53,52	437,83	0,20	13,45	380,50	1,50	164,61	338,32	50,68	8,56	
<i>Обед</i>																
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,65	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19	
№ 289, сбор 2005 г. под ред. Могильного	Рагу из птицы	100/180	52,20	13,51	8,66	25,72	235,56	0,16	11,45	34,32	0,64	64,43	178,46	57,72	2,34	
№71, сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42	
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			74,05	20,78	14,33	85,07	554,36	0,33	23,02	34,32	4,29	154,59	339,69	127,37	7,41	
Итого 11 день:			131,16	41,95	32,83	138,59	992,19	0,53	36,47	414,82	5,78	319,20	678,01	178,05	15,97	
12 ДЕНЬ																
<i>Завтрак</i>																
№223, сбор 2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со стуженным молоком	150/10	71,28	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04	
№462, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Какао с молоком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65	
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	150	21,97	2,18	0,00	39,59	150,04	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,01	54,77	0,71	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			104,67	33,41	22,76	117,38	711,04	0,21	14,56	130,00	0,97	350,40	471,66	120,27	3,00	
<i>Обед</i>																
№82, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08	

№281,сбор 2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№171,сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76
№476,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кисель из яблок свежих	200	5,59	0,20	0,20	23,80	98,00	0,00	0,80	0,00	0,20	9,00	10,20	2,60	0,68
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			77,32	29,50	23,78	123,20	904,95	0,57	9,16	72,75	3,82	133,08	536,22	244,73	10,29
Итого 12 день:			181,99	62,91	46,54	240,58	1615,99	0,79	23,72	202,75	4,79	483,48	1007,88	365,00	13,29
13 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№206,сбор 2012г. под ред. Могильного	Макароны отварные с сыром	200	24,97	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№459,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
№338,сбор. 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калибровочные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
Итого завтрак:			40,63	7,93	5,94	62,58	361,28	0,13	13,08	25,00	1,12	44,76	81,50	32,91	4,20
<i>Обед</i>															
№ 84,сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,18	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
237 сб 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	31,18	10,83	18,67	11	255	0,90	0,00	6,0	0,12	78	242,0	38,0	0,93
№310,сбор 2005 г под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№71,сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,01	1,08	0,00	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			72,55	24,10	29,55	110,74	928,35	1,30	33,85	30,00	3,66	178,62	536,97	142,74	8,32
Итого 13 день:			113,18	32,03	35,49	173,32	1289,63	1,43	46,93	55,00	4,78	223,38	618,47	175,65	12,52
14 ДЕНЬ															
<i>Завтрак</i>															
№181,сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,49	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32
№14,сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15,сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	10	7,88	2,31	2,95	0,00	62,50	0,00	0,07	26,00	0,40	88,00	50,00	3,50	0,10
№465,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,07	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
к/к	Биойогурт, шт	125	16,54	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
Итого завтрак:			56,30	14,64	21,30	72,67	616,10	0,22	13,27	105,20	1,89	263,60	197,30	66,50	1,96
<i>Обед</i>															
№108,109 сбор. 2005г. под ред.	Суп картофельный с клецками	250	8,84	2,06	3,10	12,58	86,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№347,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Котлета "Школьная"	100	46,97	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07
№171,сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№71,сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,5	0	2	9,6	0,012	1,08	0	0,036	8,28	15,3	5	1,42
№495,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60

Итого обед:			78,19	33,44	22,04	120,26	881,80	0,64	7,03	58,50	4,74	137,64	543,47	250,53	12,39	
Итого 14 день:			134,49	48,08	43,34	192,93	1497,90	0,86	20,30	163,70	6,63	401,24	740,77	317,03	14,35	
15 ДЕНЬ																
Завтрак																
№240,сбор 2012г. под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным	150/10	62,72	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	28,20	1,78	
№338,сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	150	21,97	2,18	0,00	39,59	150,04	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,01	54,77	0,71	
№457,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого завтрак:			87,88	25,17	16,41	92,82	572,04	0,18	15,49	108,00	0,95	198,00	326,46	97,07	3,91	
Обед																
№ 102,сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8,95	5,49	5,27	16,32	189,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03	
№291,сбор 2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78	
№71,сбор 2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	5,20	0,72	0,12	2,80	15,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,10	5,00	1,41	
№389сбор 2005г. под ред. Могильного	Напиток из плодов шиповника	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,72	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			74,58	38,29	36,71	120,02	1036,85	0,42	16,97	64,80	3,51	143,72	438,62	128,03	8,43	
Итого 15 день:			162,46	63,46	53,12	212,84	1608,89	0,60	32,46	172,80	4,46	341,72	765,08	225,10	12,34	
4 неделя																
16 ДЕНЬ																
Завтрак																
№294,сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86	
№321сб 2005г. под ред. Могильного	Капуста тушеная	180	14,77	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,46	
№459,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
№338,сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66	
Итого завтрак:			62,92	23,55	22,89	83,52	742,53	0,23	44,28	48,50	5,25	178,46	272,68	81,84	23,45	
Обед																
№80,сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	6,92	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97	
№279,сбор 2005г. под ред. Могильного	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67	
№203,сбор 2005г. под ред. Могильного	Макаронь отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071	
№495,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,72	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98	
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60	
Итого обед:			77,48	30,68	32,04	112,21	906,33	0,35	9,47	110,00	4,20	128,18	387,55	110,00	4,98	
Итого 16 день:			140,40	54,23	54,93	195,73	1648,86	0,57	53,75	158,50	9,45	306,64	660,23	191,84	28,43	
17 ДЕНЬ																
Завтрак																
№174,сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	16,09	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45	
№14,сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м. д. ж не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02	
№457,сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
к/к	Хлеб пшеничный	25	1,48	1,98	0,25	12,08	58,75	0,04	0,00	0,00	0,33	5,75	21,75	8,25	0,50	
к/к	Биоюгурт, шт	125	16,54	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80	

Итого завтрак:			43,08	10,25	16,08	76,61	544,85	0,17	12,50	60,20	1,18	68,95	114,45	69,25	2,59
Обед															
№ 88, сбор 2005г под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8,67	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№229, сбор 2005г под ред. Могильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	58,64	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№310, сбор 2005 г под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	16,13	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,72	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			92,96	24,72	18,29	97,14	829,55	0,43	46,40	48,60	5,28	148,67	447,67	113,94	5,70
Итого 17 день:			136,04	34,97	34,37	173,75	1374,40	0,61	58,90	108,80	6,46	217,62	562,12	183,19	8,29
18 ДЕНЬ															
Завтрак															
№210, сбор 2005г под ред. Могильного	Омлет натуральный	159/5	37,50	17,40	17,50	14,99	254,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07
№71, сбор 2005г под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	4,20	0,50	0,00	2,00	9,60	0,012	1,08	0,0	0,04	8,28	15,30	5,00	1,42
№15, сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	10	7,88	2,31	2,95	0,00	62,50	0,00	0,07	26,00	0,40	88,00	50,00	3,50	0,10
№14, сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			61,57	22,96	28,11	41,12	502,90	0,16	2,44	446,50	2,02	238,48	379,50	44,10	6,08
Обед															
№82, сбор 2012г, под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,42	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08
№294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Биточки рубленые из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№203, сбор 2005г под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,72	1,65	0,30	8,35	43,50	0,04	0,00	0,00	0,35	8,75	39,50	11,75	0,98
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			56,20	29,64	24,95	122,37	836,75	0,32	9,75	73,50	4,57	113,31	331,19	88,04	21,28
Итого 18 день:			117,77	52,60	53,06	163,49	1339,65	0,48	12,19	520,00	6,59	351,79	710,69	132,14	27,36
Средняя за 18 дней:			144,66	50,55	46,22	188,40	1450,14	0,68	36,32	196,59	6,63	326,04	738,28	221,38	16,28

*При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.п. продукты, обогащённые витаминами и микроэлементами).

Стоимость рационов - 144,66 рублей (с учётом 0% скидки на готовое блюдо и 0% скидку на купленные товары)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г., 2011г., 2012 г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов питания — 144,66 руб.
 Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание

начальник отдела охраны и укрепления здоровья



Кузнецова Ю.С.