



**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ООО «ПроСервис Таймыр»

\_\_\_\_\_ М.В. Водопьянов

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.



**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ (МАОУ) «СШ № 9»



« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

### ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях

на 2023-2024 гг.

г. Норильск – 2023г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ /остав-дневной период/ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ. 1 НЕДЕЛЯ

№ рецептуры	Продукты, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг/сутки)					Минеральные вещества (мг/сутки)							
							С	В1	В2	А	D (мкг)	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Калий К	Иод I	Селен Se	Фтор F
<b>Понедельник</b>																			
<b>Завтрак младших классов</b>																			
347/2021	Котлеты Шашлычные с маслом	95	13,81	13,53	12,04	224,70	0,00	0,06	0,08	35,00	0,75	46,20	115,20	18,14	1,81	154,65	0,00	0,00	0,38
309/2015	Маккарони изделия отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	0,00	0,97	0,03	10,00	0,75	4,86	37,17	21,12	2,10	30,34	0,00	0,04	0,02
431/2003	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,00
338/2015	Фрукты свежие (блоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,04	0,02	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,06	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	28,10	9,90	0,60	39,90	0,00	0,00	0,00
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>23,99</b>	<b>19,11</b>	<b>86,19</b>	<b>613,55</b>	<b>10,83</b>	<b>1,15</b>	<b>0,16</b>	<b>65,90</b>	<b>1,52</b>	<b>94,46</b>	<b>223,67</b>	<b>69,36</b>	<b>7,77</b>	<b>588,49</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>0,43</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
45/2015	Салат из белокачанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,26	0,01	0,02	179,49	0,02	14,98	16,98	9,05	0,28	150,00	0,00	0,00	0,01
102/2015	Суп картофельный с горошком	250	5,49	5,27	16,53	148,25	5,82	0,23	0,07	299,15	0,02	42,67	88,10	35,57	2,05	472,82	0,00	0,00	0,40
318/2017	Говядина отварная в первом бульо	10	2,72	1,94	0,05	28,60	0,01	0,01	0,02	0,60	0,01	1,60	21,50	2,80	0,35	33,00	0,02	2,54	0,01
288/2015	Рис с птицы	200	14,77	10,45	15,94	228,77	12,13	0,16	0,17	24,21	0,50	35,54	169,07	42,17	1,93	722,97	0,00	0,00	1,80
350/2017	Кисель из черной смородины	200	0,15	0,08	24,49	114,60	24,00	0,01	0,01	3,33	0,01	14,00	8,94	5,58	0,14	58,80	0,05	0,03	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>28,90</b>	<b>26,46</b>	<b>91,05</b>	<b>705,11</b>	<b>52,22</b>	<b>0,52</b>	<b>0,33</b>	<b>507,43</b>	<b>0,58</b>	<b>128,54</b>	<b>378,14</b>	<b>119,82</b>	<b>6,42</b>	<b>1544,44</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>2,26</b>
<b>Полдник младших классов</b>																			
406/471/2015	Пирожки печеные с мясной	100	4,55	2,17	42,84	209,12	0,40	0,11	0,06	4,25	0,60	30,70	58,45	26,65	1,08	195,50	0,00	0,00	0,06
386/2015	Кисломолоочный продукт (йогурт)	200	8,20	2,50	11,80	114,00	1,20	0,06	0,30	40,00	50,00	248,00	190,00	30,00	0,20	304,00	0,02	0,10	0,31
	<b>Итого:</b>		<b>12,75</b>	<b>4,67</b>	<b>54,64</b>	<b>323,12</b>	<b>1,60</b>	<b>0,17</b>	<b>0,36</b>	<b>44,25</b>	<b>50,60</b>	<b>278,70</b>	<b>248,45</b>	<b>56,65</b>	<b>1,28</b>	<b>499,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,37</b>
<b>Второй завтрак младших классов</b>																			
<b>Завтрак старших классов</b>																			
347/2021	Котлеты Шашлычные с маслом	110	15,38	18,26	13,44	279,00	0,00	0,07	0,10	40,00	1,50	52,40	133,39	21,00	2,09	179,07	0,00	0,00	0,44
309/2015	Маккарони изделия отварные	180	6,61	5,41	31,73	202,14	0,00	1,16	0,03	15,00	1,00	5,83	44,60	25,34	2,52	36,41	0,00	0,05	0,02
431/2003	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,00
338/2015	Фрукты свежие (блоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,04	0,02	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,06	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>27,49</b>	<b>24,81</b>	<b>97,70</b>	<b>725,04</b>	<b>10,83</b>	<b>1,37</b>	<b>0,19</b>	<b>55,60</b>	<b>1,52</b>	<b>183,93</b>	<b>257,99</b>	<b>79,74</b>	<b>8,67</b>	<b>602,28</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
45/2015	Салат из белокачанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	17,10	0,02	0,04	299,15	0,03	24,97	28,30	15,09	0,46	250,00	0,00	0,00	0,02
102/2015	Суп картофельный с горошком	250	5,49	5,27	16,53	148,25	5,82	0,23	0,07	0,00	0,02	42,67	88,10	35,57	2,05	472,82	0,00	0,00	0,40
318/2017	Говядина отварная в первом бульо	10	2,72	1,94	0,05	28,60	0,01	0,01	0,02	0,60	0,01	1,60	21,50	2,80	0,35	33,00	0,02	2,54	0,01
289/2015	Рис с птицы	275	24,75	14,79	21,31	315,93	16,59	0,23	0,26	40,00	0,55	49,81	256,10	51,66	2,83	1013,63	0,00	0,00	0,13
350/2017	Кисель из черной смородины	200	0,15	0,08	24,49	114,60	24,00	0,01	0,01	3,33	0,01	14,00	8,94	5,58	0,14	58,80	0,05	0,30	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>42,03</b>	<b>26,63</b>	<b>114,66</b>	<b>894,58</b>	<b>63,52</b>	<b>0,66</b>	<b>0,46</b>	<b>344,08</b>	<b>0,64</b>	<b>166,66</b>	<b>517,94</b>	<b>158,18</b>	<b>8,59</b>	<b>2082,05</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>0,60</b>
<b>Полдник старших классов</b>																			
406/471/2015	Пирожки печеные с мясной	150	6,83	3,26	64,26	313,68	0,60	0,16	0,09	6,38	0,90	46,05	87,68	39,98	1,62	293,25	0,00	0,00	0,09
386/2015	Кисломолоочный продукт (Йогурт)	200	8,20	2,50	11,80	114,00	1,20	0,06	0,30	40,00	50,00	248,00	190,00	30,00	0,20	304,00	0,02	0,10	0,31
	<b>Итого:</b>		<b>15,03</b>	<b>5,76</b>	<b>76,06</b>	<b>427,68</b>	<b>1,80</b>	<b>0,22</b>	<b>0,39</b>	<b>46,38</b>	<b>50,90</b>	<b>294,05</b>	<b>277,68</b>	<b>69,98</b>	<b>1,82</b>	<b>597,25</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>







№ рецептуры	Пробы пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Витамины (мг/сутки)					Минеральные вещества (мг/сутки)							
							С	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	А	Д	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Кальций К	Натрий Na	Селен Se	Фтор F
<b>1 неделя</b>																			
<b>Понедельник</b>																			
<b>Завтрак младших классов</b>																			
15/2015	Сыр	20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,14	0,01	0,06	52,00	0,93	176,00	100,00	7,33	0,20	176,00	0,00	0,00	0,08
396/2017	Блишечки со сгущенным молоком	180	15,28	25,72	103,96	454,70	0,23	0,23	0,17	24,00		83,70	201,00	47,11	2,20	225,10	0,00	0,01	0,05
376/2015	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02
338/2015	Фрукты свежие (клубника с сыром)	190	0,13	0,07	28,85	116,67	0,93	0,04	0,03	0,00		6,56	23,00	13,00	0,67	197,00	0,00	0,00	0,02
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>22</b>	<b>32</b>	<b>156</b>	<b>746</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>76</b>	<b>1</b>	<b>287</b>	<b>358</b>	<b>79</b>	<b>4</b>	<b>654</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
63/2015	Винегрет овощной	60	0,84	6,82	4,37	75,06	5,77	0,03	0,03	11,08	0,10	18,74	25,96	11,72	0,50	16,98	0,00	0,00	0,02
88/2015	Щи со свежей капустой	250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	138,00		49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	0,03
Ф	Сметана к первым блюдам	10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01
318/2017	Говядина отварная к первому блюду	10	2,72	1,94	0,05	28,60	0,01	0,01	0,02	0,60	0,01	1,60	21,50	2,80	0,35	33,00	0,02	2,54	0,01
361/2021	Сердце в соусе	150	18,00	5,50	5,77	145,00	5,00	0,13	0,11	42,00	0,10	18,00	157,00	2126,00	4,35	143,00			
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75		0,21	0,11	22,65	0,75	14,82	203,68	135,83	4,56	259,62	0,00	0,01	0,12
342/2015	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,04	22,89	94,65	0,90	0,01	0,01	3,80		14,03	4,40	5,14	0,94	112,29	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>37,32</b>	<b>26,31</b>	<b>110,24</b>	<b>837,36</b>	<b>27,51</b>	<b>0,55</b>	<b>0,38</b>	<b>224,78</b>	<b>1,08</b>	<b>145,19</b>	<b>538,09</b>	<b>2329,26</b>	<b>13,21</b>	<b>1067,47</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>0,22</b>
<b>Полдник младших классов</b>																			
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками	100	3,98	2,28	47,20	225,20	3,04	0,11	0,05	4,25	0,10	21,79	51,09	20,39	2,16	150,57	0,00	0,00	0,01
385/2017	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	106,98	2,60	0,08	0,30	40,00	0,10	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,04
	<b>Итого:</b>		<b>9,78</b>	<b>7,28</b>	<b>56,80</b>	<b>332,18</b>	<b>5,64</b>	<b>0,19</b>	<b>0,35</b>	<b>44,25</b>	<b>0,20</b>	<b>261,79</b>	<b>231,09</b>	<b>48,39</b>	<b>2,36</b>	<b>442,57</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>
<b>Второй завтрак младших классов</b>																			
<b>Завтрак старших классов</b>																			
15/2015	Сыр	30	5,96	8,85	0,00	108,00	0,21	0,01	0,09	78,00	1,40	264,00	150,00	11,00	0,30	264,00	0,00	0,00	0,12
396/2017	Блишечки со сгущенным молоком	230	19,53	32,87	132,84	581,27	0,30	0,31	0,23	32,47		106,90	271,94	60,20	2,83	304,55	0,00	0,01	0,07
376/2015	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02
338/2015	Фрукты свежие (клубника с сыром)	190	0,13	0,07	28,85	116,67	0,93	0,04	0,03	0,00		6,56	23,00	13,00	0,67	197,00	0,00	0,00	0,02
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35		0,06	0,03	0,30	0,01	14,10	47,10	14,70	1,17	70,50	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>29</b>	<b>42</b>	<b>189</b>	<b>930</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>111</b>	<b>1</b>	<b>403</b>	<b>495</b>	<b>100</b>	<b>5</b>	<b>845</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
63/2015	Винегрет овощной	100	1,40	10,04	7,29	125,10	9,62	0,04	0,04	66,50	0,17	31,24	43,27	19,53	0,83	28,30	0,00	0,00	0,03
88/2015	Щи со свежей капустой	250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	138,00		49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	0,03
Ф	Сметана к первым блюдам	10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01
318/2017	Говядина отварная к первому блюду	10	2,72	1,94	0,05	28,60	0,01	0,01	0,02	0,60	0,01	1,60	21,50	2,80	0,35	33,00	0,02	2,54	0,01
361/2021	Сердце в соусе	175	21,00	6,42	6,73	169,17	5,83	0,15	0,13	49,00	0,12	21,00	183,17	2480,33	5,08	166,83			
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,50		0,25	0,14	27,18	1,50	17,78	244,71	162,99	5,47	311,54	0,00	0,01	0,16
342/2015	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,04	22,89	94,65	0,90	0,01	0,01	3,80		14,03	4,40	5,14	0,94	112,29	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	40	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>45,22</b>	<b>33,00</b>	<b>137,50</b>	<b>1038,47</b>	<b>32,19</b>	<b>0,69</b>	<b>0,46</b>	<b>292,08</b>	<b>1,92</b>	<b>176,50</b>	<b>667,05</b>	<b>2733,31</b>	<b>16,27</b>	<b>1221,49</b>	<b>0,04</b>	<b>0,05</b>	<b>0,26</b>
<b>Полдник старших классов</b>																			
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками	150	5,97	3,42	70,80	337,80	4,56	0,16	0,08	6,38	0,15	32,69	76,64	30,59	3,24	225,86	0,00	0,00	0,02
385/2017	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	106,98	2,60	0,08	0,30	40,00	0,10	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,04
	<b>Итого:</b>		<b>11,77</b>	<b>8,42</b>	<b>80,40</b>	<b>444,78</b>	<b>7,16</b>	<b>0,24</b>	<b>0,38</b>	<b>46,38</b>	<b>0,25</b>	<b>272,69</b>	<b>256,64</b>	<b>58,59</b>	<b>3,44</b>	<b>517,86</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>
<b>Второй завтрак старших классов</b>																			

№ рецептуры	Пример состава, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Витамины (мг/сутки)					Минеральные вещества (мг/сутки)							
							С	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	А	D	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Кальций К	Йод I	Селен Se	Фтор F
<b>Суббота</b>																			
<b>Завтрак младших классов</b>																			
291/2007	Плов из говядины	200	17,06	16,09	41,06	352,00	3,40	0,11	0,13	24,21	0,50	31,41	191,48	45,11	1,66	266,02	0,00	0,01	0,32
377/2015	Чай с лимоном	223	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,04	0,02	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,06	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	26,10	9,90	0,60	39,90	0,00	0,00	0,00
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>21,39</b>	<b>17,14</b>	<b>88,96</b>	<b>574,40</b>	<b>16,23</b>	<b>0,23</b>	<b>0,18</b>	<b>24,71</b>	<b>0,52</b>	<b>77,91</b>	<b>264,38</b>	<b>76,21</b>	<b>5,60</b>	<b>652,23</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,18</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
41/2015	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	60	2,02	3,83	14,85	101,94	9,56	0,05	0,02	67,19	0,75	15,44	34,78	12,57	0,24	201,90	0,00	0,00	0,01
99/2015	Суп крестьянский с крутой	250	1,48	4,92	6,09	76,25	9,88	0,04	0,03			35,88	33,58	14,18	0,58	260,15	0,01	0,00	0,05
288/2017	Филе рыбы отварное в первом бульоне	10	1,17	0,93	0,02	13,10	0,12	0,00	0,01	2,91	0,00	2,80	8,35	1,01	0,10	8,81	0,02	0,02	0,05
277/2015	Рыба припущенная с маслом	100	15,42	8,12	0,84	138,00	0,76	0,07	0,09	48,10	4,79	14,15	178,41	41,26	0,81	300,99	0,01	0,00	0,64
127/2015	Картофель в молоке	150	3,27	5,78	16,01	135,00	15,09	0,14	0,12	33,00	0,01	62,70	92,69	25,08	0,89	562,56	0,00	0,00	0,14
355/2015	Каша из кукурузы	200	0,89	0,06	27,76	134,65	0,49	0,02	0,04	2,70	0,10	31,09	25,30	18,38	0,54	290,05	0,00	0,00	0,09
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>30,67</b>	<b>24,72</b>	<b>104,14</b>	<b>790,49</b>	<b>35,90</b>	<b>0,47</b>	<b>0,27</b>	<b>154,75</b>	<b>5,67</b>	<b>191,21</b>	<b>473,06</b>	<b>147,83</b>	<b>5,62</b>	<b>1778,53</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>0,99</b>
<b>Полдник младших классов</b>																			
406/2015 714/1996	Пирожки с печенкой	100	12,60	5,70	36,30	246,00	0,10	0,08	0,06	76,00	3,74	49,00	90,00	31,60	1,42	110,00	0,50	0,30	0,60
386/2015	Компот из черной смородины	200	0,14	0,04	14,97	56,05	0,00	0,02	0,02	3,60		0,40	23,00	0,00	0,06	208,85	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>12,74</b>	<b>5,74</b>	<b>51,27</b>	<b>302,05</b>	<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>0,08</b>	<b>79,60</b>	<b>3,74</b>	<b>49,40</b>	<b>113,00</b>	<b>31,60</b>	<b>1,48</b>	<b>318,85</b>	<b>0,50</b>	<b>0,30</b>	<b>0,61</b>
<b>Итого за день младших классов</b>																			
<b>Завтрак старших классов</b>																			
291/2007	Плов из говядины	275	26,88	19,07	54,74	500,88	4,96	0,16	0,20	40,00	0,60	44,82	285,83	63,64	2,47	401,82	0,01	0,01	0,19
377/2015	Чай с лимоном	223	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,04	0,02	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,06	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>32,44</b>	<b>20,21</b>	<b>107,48</b>	<b>746,78</b>	<b>17,79</b>	<b>0,20</b>	<b>0,26</b>	<b>40,60</b>	<b>0,62</b>	<b>93,62</b>	<b>367,43</b>	<b>98,04</b>	<b>6,61</b>	<b>801,32</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,22</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
41/2015	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	100	3,36	6,39	24,70	169,90	15,93	0,08	0,03	111,99	1,30	25,73	57,97	20,94	0,40	336,50	0,00	0,00	0,01
99/2015	Суп крестьянский с крутой	250	1,48	4,92	6,09	76,25	9,88	0,04	0,03			35,88	33,58	14,18	0,58	260,15	0,01	0,00	0,05
288/2017	Филе рыбы отварное в первом бульоне	10	1,17	0,93	0,02	13,10	0,12	0,00	0,01	2,91	0,00	2,80	8,35	1,01	0,10	8,81	0,02	0,02	0,05
277/2015	Рыба припущенная с маслом	110	17,12	8,22	0,92	146,00	0,84	0,08	0,10	49,00	6,68	15,46	195,68	45,84	0,90	334,10	0,01	0,00	0,70
127/2015	Картофель в молоке	180	3,92	6,93	19,21	162,00	18,11	0,16	0,14	39,60	0,02	75,24	111,22	31,18	1,06	675,09	0,00	0,01	0,16
355/2015	Каша из кукурузы	200	0,89	0,06	27,76	134,65	0,49	0,02	0,04	2,70	0,10	31,09	25,30	18,38	0,54	290,05	0,00	0,00	0,09
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,30	0,95	25,25	128,70		0,11	0,05	0,60	0,01	28,20	94,20	29,40	2,34	141,00	0,00	0,00	0,02
	<b>Итого:</b>		<b>34,98</b>	<b>29,07</b>	<b>132,99</b>	<b>971,60</b>	<b>45,37</b>	<b>0,59</b>	<b>0,44</b>	<b>207,40</b>	<b>8,12</b>	<b>228,20</b>	<b>878,50</b>	<b>190,73</b>	<b>7,12</b>	<b>2125,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>	<b>1,00</b>
<b>Полдник старших классов</b>																			
406/2015 714/1996	Пирожки с печенкой	150	18,26	7,64	54,00	358,00	0,14	0,12	0,09	114,00	5,61	73,50	135,00	47,40	2,13	165,00	0,75	0,45	0,90
386/2015	Компот из черной смородины	200	0,14	0,04	14,97	56,05	0,00	0,02	0,02	3,60		0,40	23,00	0,00	0,06	208,85	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>18,40</b>	<b>7,68</b>	<b>68,97</b>	<b>414,05</b>	<b>0,14</b>	<b>0,14</b>	<b>0,11</b>	<b>117,60</b>	<b>5,61</b>	<b>73,90</b>	<b>158,00</b>	<b>47,40</b>	<b>2,19</b>	<b>373,85</b>	<b>0,75</b>	<b>0,45</b>	<b>0,91</b>
<b>Итого за день старших классов</b>																			







№ рецептуры	Пробы пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Витамины (мг/сутки)					Минеральные вещества (мг/сутки)							
							С	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	А	Д (мкг)	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Кальций К	Натрий Na	Селен Se	Фтор F
<b>Среды</b>																			
<b>Завтрак младших классов</b>																			
1/2015	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00		0,03	0,02	40,00	1,50	8,40	22,50	4,20	0,35	30,90	0,00	0,00	0,01
223/2015	Запеканка из творога с молоком студентским	200	32,05	23,09	45,55	517,96	0,74	0,12	0,57	138,74	5,32	348,83	428,85	50,29	1,45	326,43	0,04	0,05	0,19
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,04	0,02	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,06	0,02
377/2015	Чай с лимоном	223	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,02
	<b>Итого:</b>		<b>34,94</b>	<b>31,00</b>	<b>85,44</b>	<b>762,96</b>	<b>13,57</b>	<b>0,19</b>	<b>0,61</b>	<b>178,74</b>	<b>6,82</b>	<b>387,43</b>	<b>466,75</b>	<b>65,89</b>	<b>4,36</b>	<b>656,65</b>	<b>0,64</b>	<b>0,05</b>	<b>0,22</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
52/2015	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	3,99	0,01	0,02		0,00	21,28	24,38	12,42	0,79	161,88	0,00	0,00	0,00
102/2015	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25	5,82	0,23	0,07		0,02	42,67	88,10	35,57	2,05	472,82	0,00	0,00	0,40
288/2017	Филе индейки отварное к первому блюду	10	1,17	0,93	0,02	13,10	0,12	0,00	0,01	2,91	0,00	2,80	8,35	1,01	0,10	8,81	0,02	0,02	0,05
173/2003	Котлеты Студенческие	90	30,92	20,60	25,00	318,46	2,16	0,16	3,32	53,20	0,30	33,49	176,37	28,23	1,86	271,62	0,00	0,01	0,12
156/2021	Овощи отварные	150	4,50	3,90	15,00	112,50	3,30	1,07	0,18	32,10	0,15	37,50	76,50	34,50	1,26	253,50	0,00	0,00	0,01
386/2015	Компот из черной смородины	200	0,14	0,04	14,97	56,05	0,00	0,02	0,02	3,60		0,40	23,00	0,00	0,06	208,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>49,48</b>	<b>35,43</b>	<b>115,05</b>	<b>895,59</b>	<b>15,39</b>	<b>1,63</b>	<b>3,68</b>	<b>92,66</b>	<b>0,49</b>	<b>167,29</b>	<b>498,65</b>	<b>146,18</b>	<b>8,58</b>	<b>1531,33</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>0,54</b>
<b>Полдник младших классов</b>																			
479/2003	Булочка "Абрикосовая"	100	8,42	12,50	62,76	394,00	0,76	0,12	0,14	20,00	0,06	58,44	112,36	29,58	1,58	385,38	0,01	0,00	0,00
342/2015	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,04	22,89	94,65	0,90	0,01	0,01	3,80		14,03	4,40	5,14	0,94	112,29	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>8,58</b>	<b>12,54</b>	<b>85,65</b>	<b>488,65</b>	<b>1,66</b>	<b>0,13</b>	<b>0,15</b>	<b>23,80</b>	<b>0,06</b>	<b>72,47</b>	<b>116,76</b>	<b>34,72</b>	<b>2,52</b>	<b>497,67</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
<b>Ужин / Вечерний прием пищи</b>																			
<b>Завтрак старших классов</b>																			
1/2015	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00		0,03	0,02	40,00	1,50	8,40	22,50	4,20	0,35	30,90	0,00	0,00	0,01
223/2015	Запеканка из творога с молоком студентским	200	41,66	30,01	59,22	673,35	0,96	0,16	0,74	180,36	6,91	453,48	557,51	65,37	1,89	424,39	0,05	0,06	0,25
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,04	0,02	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,06	0,02
377/2015	Чай с лимоном	223	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83					14,20	4,40	2,40	0,36	21,30	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>		<b>44,55</b>	<b>37,92</b>	<b>99,11</b>	<b>918,35</b>	<b>13,79</b>	<b>0,23</b>	<b>0,78</b>	<b>220,36</b>	<b>8,41</b>	<b>492,08</b>	<b>595,41</b>	<b>80,97</b>	<b>4,80</b>	<b>754,59</b>	<b>0,05</b>	<b>0,06</b>	<b>0,28</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
52/2015	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80	6,65	0,02	0,04		0,00	35,46	40,63	20,70	1,32	269,80	0,00	0,00	0,00
102/2015	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25	5,82	0,23	0,07		0,02	42,67	88,10	35,57	2,05	472,82	0,00	0,00	0,40
288/2017	Филе индейки отварное к первому блюду	10	1,17	0,93	0,02	13,10	0,12	0,00	0,01	2,91	0,00	2,80	8,35	1,01	0,10	8,81	0,02	0,02	0,05
173/2003	Котлеты Студенческие	100	34,77	1,03	0,02	353,70	0,13	0,00	0,01	66,70	0,40	3,11	9,28	1,12	0,11	9,79	0,03	0,03	0,06
156/2021	Овощи отварные	180	5,40	4,68	18,00	135,00	3,96	1,28	0,22	38,52	0,18	45,00	91,80	41,40	1,51	304,20	0,00	0,00	0,01
386/2015	Компот из черной смородины	200	0,14	0,04	14,97	56,05	0,00	0,02	0,02	3,60		0,40	23,00	0,00	0,06	208,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,30	0,95	25,25	128,70		0,11	0,05	0,60	0,01	28,20	94,20	29,40	2,34	141,00	0,00	0,00	0,02
	<b>Итого:</b>		<b>87,42</b>	<b>19,58</b>	<b>112,03</b>	<b>1068,60</b>	<b>16,68</b>	<b>1,76</b>	<b>0,46</b>	<b>112,93</b>	<b>0,62</b>	<b>171,44</b>	<b>407,54</b>	<b>149,80</b>	<b>8,69</b>	<b>1495,87</b>	<b>0,06</b>	<b>0,05</b>	<b>0,43</b>
<b>Полдник старших классов</b>																			
479/2003	Булочка "Абрикосовая"	150	12,63	18,75	94,14	591,00	1,14	0,18	0,21	30,00	0,09	87,06	168,54	44,37	2,37	578,07	0,02	0,00	0,00
342/2015	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,04	22,89	94,65	0,90	0,01	0,01	3,80		14,03	4,40	5,14	0,94	112,29	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>12,79</b>	<b>18,79</b>	<b>117,03</b>	<b>685,65</b>	<b>2,04</b>	<b>0,19</b>	<b>0,22</b>	<b>33,80</b>	<b>0,09</b>	<b>101,09</b>	<b>172,94</b>	<b>49,51</b>	<b>3,31</b>	<b>690,36</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>

№ рецептуры	Прём пищи, наименование блюда	Масса порция, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал	Витамины (мг/сутки)					Минеральные вещества (мг/сутки)							
							С	В1	В2	А	Д (мкг)	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Калий К	Натр I	Селен Se	Фтор F (мкг)
<b>Четыре</b>																			
<b>Завтрак младших классов</b>																			
15/2015	Сыр	20	4,64	5,90	0,00	72,00	0,14	0,01	0,06	52,00	1,27	176,00	100,00	7,00	0,20	17,60	0,00	0,00	0,11
396/2017	Блишечки со сгущенным молоком	180	15,28	25,72	103,96	454,70	0,23	0,23	0,17	24,00		83,70	201,00	47,11	2,20	225,10	0,00	0,01	0,05
376/2015	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02
338/2015	Фрукты свежие (клубника с сыром)	100	0,13	0,07	28,85	116,67	0,93	0,04	0,03	0,00		6,56	23,00	13,00	0,67	197,00	0,00	0,00	0,02
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	30	1,78	0,23	10,87	52,88		0,04	0,01	0,23	0,01	5,18	19,58	7,43	0,45	29,93	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>		<b>21,94</b>	<b>31,94</b>	<b>158,68</b>	<b>756,25</b>	<b>1,33</b>	<b>0,31</b>	<b>0,27</b>	<b>76,23</b>	<b>1,28</b>	<b>282,54</b>	<b>346,38</b>	<b>75,94</b>	<b>3,80</b>	<b>478,23</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,20</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
62/2015	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	6,89	49,02	2,02	0,03	0,04			15,46	31,66	21,63	0,40	113,94	0,00	0,00	0,02
88/2015	Щи со свежей капустой	250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	138,00		49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	0,03
318/2017	Говядина отварная к первому блюду	10	2,72	1,94	0,05	28,60	0,01	0,01	0,02	0,60	0,01	1,60	21,50	2,80	0,35	33,00	0,02	2,54	0,01
Ф	Сметана к первым блюдам	10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01
291/2007	Плов из птицы	200	17,06	16,09	41,06	352,00	3,40	0,11	0,13	24,21	0,50	31,41	191,48	45,11	1,66	266,02	0,00	0,01	0,12
355/2015	Каша из кураги	200	0,89	0,06	27,76	134,65	0,49	0,02	0,04	2,70	0,10	31,09	25,30	18,38	0,54	290,05	0,00	0,00	0,09
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>28,41</b>	<b>24,87</b>	<b>114,27</b>	<b>814,57</b>	<b>21,75</b>	<b>0,33</b>	<b>0,33</b>	<b>172,16</b>	<b>0,73</b>	<b>157,54</b>	<b>395,49</b>	<b>135,70</b>	<b>5,46</b>	<b>1285,59</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>
<b>Поддлин младших классов</b>																			
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками	100	3,98	2,28	47,20	225,20	3,04	0,11	0,05	4,25	0,10	21,79	51,09	20,39	2,16	150,57	0,00	0,00	0,01
386/2015	Кофе	200	5,80	3,20	8,00	118,00	1,40	0,08	0,34	40,00	0,70	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	0,00	0,00	0,04
	<b>Итого:</b>		<b>9,78</b>	<b>5,48</b>	<b>55,20</b>	<b>343,20</b>	<b>4,44</b>	<b>0,19</b>	<b>0,39</b>	<b>44,25</b>	<b>0,80</b>	<b>261,79</b>	<b>241,09</b>	<b>48,39</b>	<b>2,36</b>	<b>442,57</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>
<b>Завтрак старших классов</b>																			
15/2015	Сыр	30	6,96	8,85	0,00	108,00	0,21	0,01	0,09	78,00	1,40	264,00	150,00	10,50	0,30	26,40	0,00		0,00
396/2017	Блишечки со сгущенным молоком	230	19,53	32,87	132,84	581,27	0,30	0,31	0,23	32,47		106,90	271,94	60,20	2,83	304,55	0,00	0,01	0,07
376/2015	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02
338/2015	Фрукты свежие (клубника с сыром)	100	0,13	0,07	28,85	116,67	0,93	0,04	0,03	0,00		6,56	23,00	13,00	0,67	197,00	0,00	0,00	0,02
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	30	0,13	0,50	0,23	5,95		0,00	0,01	3,00	0,05	4,50	3,00	0,50	0,01	6,20	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>26,82</b>	<b>42,31</b>	<b>176,92</b>	<b>871,89</b>	<b>1,47</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>113,47</b>	<b>1,45</b>	<b>393,06</b>	<b>450,74</b>	<b>85,60</b>	<b>4,09</b>	<b>542,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,11</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
62/2015	Салат из моркови с сахаром	100	1,23	0,09	11,48	81,70	3,36	0,06	0,07			25,76	52,77	36,05	0,66	189,90	0,00	0,00	0,03
88/2015	Щи со свежей капустой	250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	138,00		49,25	49,00	22,13	0,83	383,33	0,01	0,00	0,03
318/2017	Говядина отварная к первому блюду	10	2,72	1,94	0,05	28,60	0,01	0,01	0,02	0,60	0,01	1,60	21,50	2,80	0,35	33,00	0,02	2,54	0,01
Ф	Сметана к первым блюдам	10	0,25	1,00	0,45	11,90	0,05	0,01	0,01	6,00	0,10	9,00	6,00	1,00	0,01	12,40	0,00	0,00	0,01
291/2007	Плов из птицы	275	26,88	19,07	54,74	500,88	4,96	0,16	0,20	40,00	0,60	44,82	285,83	63,64	2,47	401,82	0,01	0,01	0,19
355/2015	Каша из кураги	200	0,89	0,06	27,76	134,65	0,49	0,02	0,04	2,70	0,10	31,09	25,30	18,38	0,54	290,05	0,00	0,00	0,09
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржанко-пшеничный	40	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
	<b>Итого:</b>		<b>41,34</b>	<b>28,41</b>	<b>148,20</b>	<b>1074,28</b>	<b>24,65</b>	<b>0,47</b>	<b>0,46</b>	<b>188,30</b>	<b>0,83</b>	<b>194,12</b>	<b>555,40</b>	<b>183,40</b>	<b>7,61</b>	<b>1484,30</b>	<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>0,37</b>
<b>Поддлин старших классов</b>																			
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками	150	5,97	3,42	70,80	337,80	4,56	0,16	0,08	6,38	0,15	32,69	76,64	30,59	3,24	225,86	0,00	0,00	0,02
386/2015	Кофе	200	5,80	3,20	8,00	118,00	1,40	0,08	0,34	40,00	0,70	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	0,00	0,00	0,04
	<b>Итого:</b>		<b>11,77</b>	<b>6,62</b>	<b>78,80</b>	<b>455,80</b>	<b>5,96</b>	<b>0,24</b>	<b>0,42</b>	<b>46,38</b>	<b>0,85</b>	<b>272,69</b>	<b>266,64</b>	<b>58,59</b>	<b>3,44</b>	<b>517,86</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,05</b>



№ рецептуры	Пробы пищи, наименование блюда	Масса порция, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал	Витаминный состав (мг/сутки)					Минеральный состав (мг/сутки)							
							С	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	А	D	Кальций Са	Фосфор Р	Магний Mg	Железо Fe	Калий К	Натрий Na	Селен Se	Цинк Zn
<b>Суббота</b>																			
<b>Завтрак младших классов</b>																			
297/2015	Фруитадман из бройлеров-цыплят с маслом	95	12,32	15,50	7,24	218,40	0,92	0,04	0,10	55,82		42,62	95,19	12,98	1,01	100,21	0,00	0,00	0,13
156/2021	Овощи отварные	150	4,50	3,90	15,00	112,50	3,30	1,07	0,18	32,10	0,15	37,50	76,50	34,50	1,26	253,50	0,00	0,00	0,01
338/2015	Фрукты свежие (мандрарины)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	38,00	0,04	0,03	1,00	0,00	36,00	23,00	11,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02
376/2015	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50		0,05	0,02	0,30	0,01	6,90	26,10	9,90	0,60	39,90	0,00	0,00	0,00
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
<b>Итого:</b>			<b>21,89</b>	<b>20,27</b>	<b>68,25</b>	<b>547,30</b>	<b>42,25</b>	<b>1,23</b>	<b>0,34</b>	<b>89,42</b>	<b>0,17</b>	<b>143,52</b>	<b>284,99</b>	<b>79,58</b>	<b>4,23</b>	<b>646,21</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>
<b>Обед младших классов</b>																			
94/2015	Салат из моркови с яблоками	60	0,64	0,10	5,11	23,94	2,63	0,03	0,05	430,44		14,40	26,72	18,23	0,64	130,14	0,00	0,00	0,01
98/2015	Суп крестьянский с крупой	250	1,48	4,92	6,09	76,25	9,88	0,04	0,03	10,00	0,02	35,88	33,58	14,18	0,58	260,13	0,01	0,00	0,15
261/336/2015	Печень тушеная в соусе	150	18,99	10,14	5,72	211,50	43,29	0,29	2,10	831,10	2,02	38,43	334,94	22,20	7,08	300,45	0,01	0,07	0,39
127/2015	Картофель в молоке	150	3,27	5,78	16,01	135,00	15,09	0,14	0,12	33,00	0,01	62,70	92,69	25,98	0,89	562,58	0,00	0,00	0,14
387/2003	Компот из клубники замороженной	200	0,40	0,20	18,11	73,05	30,00	0,01	0,02	0,50		20,25	11,50	9,00	0,65	80,95	0,00	0,00	0,00
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75		0,07	0,03	0,45	0,01	10,35	39,15	14,85	0,90	59,85	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	0,63	16,83	85,80		0,07	0,03	0,40	0,01	18,80	62,80	19,60	1,56	94,00	0,00	0,00	0,01
<b>Итого:</b>			<b>31,28</b>	<b>22,23</b>	<b>89,61</b>	<b>711,29</b>	<b>100,88</b>	<b>0,65</b>	<b>2,38</b>	<b>1305,89</b>	<b>2,07</b>	<b>209,88</b>	<b>601,37</b>	<b>124,04</b>	<b>12,29</b>	<b>1488,12</b>	<b>0,02</b>	<b>0,07</b>	<b>0,70</b>
<b>Подднем младших классов</b>																			
ф	Печенье	100	7,50	9,80	74,40	417,00		0,08	0,06	11,00	0,00	29,00	90,00	20,00	2,10	110,00	0,00	0,00	0,00
385/2017	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	106,98	2,60	0,08	0,30	40,00	0,10	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,04
<b>Итого:</b>			<b>13,30</b>	<b>14,80</b>	<b>84,00</b>	<b>523,98</b>	<b>2,60</b>	<b>0,16</b>	<b>0,36</b>	<b>51,00</b>	<b>0,10</b>	<b>269,00</b>	<b>270,00</b>	<b>48,00</b>	<b>2,30</b>	<b>402,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,04</b>
<b>Позднем и вечерним классам</b>																			
<b>Завтрак старших классов</b>																			
297/2015	Фруитадман из бройлеров-цыплят с маслом	110	13,72	20,44	8,10	272,00	1,02	0,04	0,12	79,80		48,42	107,10	14,42	1,14	114,34	0,01	0,00	0,18
156/2021	Овощи отварные	180	5,40	4,68	18,00	135,00	3,96	1,28	0,22	38,52	0,18	45,00	91,80	41,40	1,51	304,20	0,00	0,00	0,01
338/2015	Фрукты свежие (мандрарины)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	38,00	0,04	0,03	1,00	0,00	36,00	23,00	11,00	0,30	197,00	0,00	0,00	0,02
376/2015	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03					11,10	2,80	1,40	0,28	8,60	0,00	0,00	0,02
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	40	3,60	0,40	19,32	94,00		0,06	0,02	0,40	0,01	9,20	34,80	13,20	0,80	53,20	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90		0,04	0,02	0,20	0,01	9,40	31,40	9,80	0,78	47,00	0,00	0,00	0,01
<b>Итого:</b>			<b>25,12</b>	<b>26,06</b>	<b>76,94</b>	<b>646,90</b>	<b>43,01</b>	<b>1,46</b>	<b>0,41</b>	<b>119,92</b>	<b>0,20</b>	<b>159,12</b>	<b>290,90</b>	<b>91,22</b>	<b>4,81</b>	<b>724,34</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,24</b>
<b>Обед старших классов</b>																			
94/2015	Салат из моркови с яблоками	100	1,06	0,17	8,52	39,90	4,38	0,05	0,08	717,40		23,99	44,53	30,39	1,07	216,90	0,00	0,00	0,01
98/2015	Суп крестьянский с крупой	250	1,48	4,92	6,09	76,25	9,88	0,04	0,03	10,00	0,02	35,88	33,58	14,18	0,58	260,13	0,01	0,00	0,15
261/336/2015	Печень тушеная в соусе	200	0,85	14,52	6,82	291,00	3,50	0,04	0,07	573,92	0,00	19,19	35,62	24,31	0,85	173,52	0,02	0,09	0,53
127/2015	Картофель в молоке	180	3,92	6,93	19,21	162,00	18,11	0,16	0,14	39,60	0,02	75,24	111,22	31,18	1,06	675,09	0,00	0,01	0,16
387/2003	Компот из клубники замороженной	200	0,40	0,20	18,11	73,05	30,00	0,01	0,02	0,50		20,25	11,50	9,00	0,65	80,95	0,00	0,00	0,00
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,67	28,98	141,00		0,10	0,04	0,60	0,01	13,80	52,20	19,80	1,20	79,80	0,00	0,00	0,01
ГОСТ 31807-2018	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,30	0,95	25,25	128,70		0,11	0,05	0,60	0,01	28,20	94,20	29,40	2,34	141,00	0,00	0,00	0,02
<b>Итого:</b>			<b>16,75</b>	<b>28,34</b>	<b>112,98</b>	<b>911,90</b>	<b>65,86</b>	<b>0,51</b>	<b>0,43</b>	<b>1342,42</b>	<b>0,06</b>	<b>216,55</b>	<b>382,85</b>	<b>158,25</b>	<b>7,74</b>	<b>1627,41</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>0,35</b>
<b>Подднем старших классов</b>																			
ф	Печенье	150	11,25	14,70	111,60	625,50		0,12	0,09	16,50	0,00	43,50	135,00	30,00	3,15	165,00	0,00	0,00	0,00
385/2017	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	106,98	2,60	0,08	0,30	40,00	0,10	240,00	180,00	28,00	0,20	292,00	0,02	0,01	0,04
<b>Итого:</b>			<b>17,05</b>	<b>19,70</b>	<b>121,20</b>	<b>732,48</b>	<b>2,60</b>	<b>0,20</b>	<b>0,39</b>	<b>56,50</b>	<b>0,10</b>	<b>283,50</b>	<b>315,00</b>	<b>58,00</b>	<b>3,35</b>	<b>457,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,04</b>