

Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
Обед		38,424	34,112	125,374	989,585	0,793	11,26	92,02	6,152	158,843	567,38	232,766	10,54	
Понедельник - Пн		58,244	53,452	219,074	1605,857	1,031	21,41	219,62	7,757	679,405	1035,282	354,278	18,023	
Вторник (День 2-й)														
ЗАВТРАК														
Бутерброд с рыбой слабосоленой (форель)	30/20/10	4,99	9,29	10,48	226,57			40	0,1	2,4	3			
Омлет натуральный с маслом сливочным	105	10,5	10,54	2	209	0,12	0	0,31	2,66	95,78	245,4	19,58		
Зеленый горошек (свежий или консервированный)	50	1,55	0,1	8,2	30,22	0,06	5	0	0,1	10	31	10,5	0,35	
Чай с сахаром, лимоном	207	0,063	0,007	12,189	50,272	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,898	
Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,075	58,75	0,04			0,325	5,75	21,75	8,25	0,5	
Фрукты свежие	100	1,4	0,88	27,2	109,7	0,025	7,1	13,85	0,6	28,5	24	18	3,45	
Завтрак		20,478	21,067	72,144	684,512	0,249	15	54,16	3,799	150,18	334,93	61,57	5,198	
ОБЕД														
Огурец свежий порционный	30	0,28	0,04	0,86	4,92	0,014	4,8		0,12	4,66	8,5	5,1	0,22	
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,25	4,25	22	133,25	0,125	12,75	1000	1,5	27,5	92,75	34,25	1,25	
Бефстроганов	50/50	15,2	23,1	5,12	290	0,05	0,74	32,8	2,589	43,32	171,15	22,45	2,4	
Макаронные изделия отварные	180	8,136	6,18	51,869	235,812	0,125	0	28,8	1,174	17,272	66,377	11,845	1,202	
Кисель из ягод (черника)	200	0,4	0	33,8	142	0	0,75	0	0	7,1	4,3	2,5	0,05	
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
Обед		30,50	34,07	131,66	896,48	0,40	19,04	1061,60	5,89	112,70	408,977	96,995	6,647	

ЗАВТРАК													
Бутерброд с сыром (Российским)	30/25/10	9,04	16,30	12,21	232,47	0,05	0,21	118,00	5,63	272,15	153,00	18,75	0,80
Огулец свежий порционный	30	0,28	0,04	0,86	4,92	0,014	4,8		0,12	4,66	8,5	5,1	0,22
Рат из птицы (Филе курицы или индейки)	250	17,5	12,25	34,25	312,5								
Чай с сахаром, лимоном	207	0,063	0,007	12,189	50,272	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,898
Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,075	58,75	0,04			0,325	5,75	21,75	8,25	0,5
Завтрак		28,853	28,847	71,579	658,912	0,108	7,91	118	6,084	290,31	193,03	37,34	2,418
ОБЕД													
Огулец свежий порционный	30	0,28	0,04	0,86	4,92	0,014	4,8		0,12	4,66	8,5	5,1	0,22
Борщ со сметаной	250/10	2,15	6,775	12,2	198,65	0,056	10,325	0	2,437	54,45	60,65	23,6	1,205
Рыба запеченная в соусе (треска)	110	16,16	15,64	64,44	434	0,118	0,118	28	1,06	65,08	196,32	33,56	0,94
Картофельное пюре	150	3,065	4,815	20,439	137,87	0,14	18,161		0,141	36,98	86,595	27,75	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125
Обед		25,885	27,97	136,149	957,94	0,43	37,404	28	4,468	188,02	431,965	118,86	6,69
Средн-1неделя		54,738	56,817	207,728	1616,852	0,538	45,314	146	10,552	478,33	624,995	156,2	9,108
ЧЕТВЕРГ(ДЕНЬ 4-й)													
ЗАВТРАК													
Пудинг из творога с соусом ягодным или сухим молоком	150/30	19,35	13,05	44,25	372	0,09	0,3	0,09	0,105	196,5	282	33	1,35
Чай с сахаром, лимоном	207	0,063	0,007	12,189	50,272	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,898
Фрукты свежие	100	1,4	0,88	27,2	109,7	0,025	7,1	13,85	0,6	28,5	24	18	3,45

[illegible]

Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
Обед		36,996	30,461	149,049	926,091	0,833	111,1	75,045	4,678	292,4	470,963	327,07	12,43	
Пятица-Неделя		56,596	53,296	229,98	1628,193	0,859	118,3	88,895	5,278	325,85	503,203	349,47	16,733	
Неделя		279,71	277,92	1102,33	8106,99	3,59	276,51	1680,72	43,02	2095,18	3677,80	1205,96	67,51	
ПОНЕДЕЛЬНИК (ДЕНЬ - 6й) - 2														
ЗАВТРАК														
Сыр порционный	20	7,2	11,4	14,9	191	0,005	0,12	34,5	0,075	150	96	6,75	0,15	
Каша молочная из круп вязкая с маслом сливочным	200	8,561	9,101	36,095	310,530	0,136	2,168	35,800	0,476	146,010	181,010	63,210	1,984	
Чай с сахаром	200	0	0	10,981	43,902	0,001	0,1		0	4,95	8,24	4,4	0,853	
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4	
Фрукты свежие	100	1,4	0,88	27,2	109,7	0,025	7,1	13,85	0,6	28,5	24	18	3,45	
Прок		18,741	21,581	98,836	702,132	0,199	9,488	84,15	1,411	334,06	326,65	98,96	6,837	
ОБЕД														
Помидоры свежие порционные	20	0,18	0,03	0,57	3,5	0,009	3,2		0,08	3,1	5,6	3,4	0,14	
Суп картофельный с фасолью	200	6,566	4,048	15,424	174,7	0,195	9,4	7	1,11	30,648	101,37	32,512	1,745	
Филе курицы или индейки в сметанном соусе	75/50	17,825	15,875	17,75	366	0,05	0,85	44,7	0,4	17	120,7	25,14	1,15	
Рис припущенный с овощами	180	3,678	11,8	58,6	206,205	0,042	0	20	0,258	6,633	79,76	26,076	0,54	
Кисель из ягод	200	0,297	0,048	22,518	112,13	0,007	3,6		0,072	12,48	7,2	6,24	0,156	
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
Обед		31,776	32,301	132,872	953,035	0,385	17,05	71,7	2,43	82,711	380,53	114,218	5,256	
Понедельник-Неделя		50,517	53,882	231,708	1655,167	0,584	26,538	155,85	3,841	416,771	707,18	213,178	12,093	

ЗАВТРАК																
Бутерброд с сыром (Российским)	30/25/10	9,04	16,30	12,21	232,47	0,05	0,21	118,00	5,63	272,15	153,00	18,75	0,80			
Омлет натуральный с маслом сливочным	105	10,5	10,54	2	209	0,12	0	0,31	2,66	95,78	245,4	19,58				
Огурец свежий порционный	30	0,28	0,04	0,86	4,92	0,014	4,8	0	0,12	4,66	8,5	5,1	0,22			
Чай с сахаром, лимоном	207	0,063	0,007	12,189	50,272	0,004	2,9	0	0,014	7,75	9,78	5,24	0,898			
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4			
Джем фруктовый в индивидуальной упаковке	30	0,12	0,09	43,64	135,42	0,04	2,2	1,4	1	0	0,26	0	0			
Завтрак		21,578	27,177	80,554	679,082	0,26	10,11	119,71	9,679	384,94	434,34	55,27	2,318			
ОБЕД																
Огурец свежий порционный	30	0,28	0,04	0,86	4,92	0,014	4,8		0,12	4,66	8,5	5,1	0,22			
Щи зеленые из шината, с яйцом со сметаной	250/10	4,75	8	12,2	119	0,125	43,25	3000	1,5	103	122,5	71,25	3			
Котлета мясная рубленая "Домашняя" с маслом сливочным	82/10	11,8	17,74	33,42	270,9	0,14	0,22	42,8	1,349	16,18	109,92	16,44	1,76			
Картофельное пюре	200	4,16	4,815	25,5	146,3	0,187	24,21		0,188	49,307	115,46	37				
Чай с сахаром	200	0	0	10,981	43,902	0,001	0,1		0	4,95	8,24	4,4	0,853			
Булочка творожная	50	6,65	1,8	33,8	147,5											
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4			
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125			
Обед		30,87	32,895	134,771	823,022	0,549	72,56	3042,8	3,667	190,947	430,52	155,04	7,358			
Вторник-2 неделя		52,448	60,072	215,325	1502,104	0,809	82,67	3162,51	13,346	575,887	864,86	210,31	9,676			
СРЕДА (ДЕНЬ - 8 И) - 2																
ЗАВТРАК																
Сыр порциями (Российский)	30	13,92	8,85		107,49	0,01	0,21	78	0,15	264	150	10,5	0,3			
Масло сливочное	10	0,2	7,2	0,13	65,72	0		40	0,1	2,4	3		65,72			

Какао с молоком	200	6,56	1,34	26	125,11	0,02	1,33			133,33	111,1	25,56	2
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
Яблоко свежее	75	0,3	0,3	7,35	33,3	0,02	7,5		0,15	12	8,25	6,75	1,65
Завтрак		31,121	26,991	79,235	689,15	0,218	11,208	153,8	1,136	562,34	470,76	112,62	72,054
ОБЕД													
Суп картофельный с яичными хлопьями, с зеленью	250	11	9,25	25	192,75	0,063	1,43		0,48	51,75	304,88	23,625	
Голубцы с рисом, мясом, сметаной	200	27,17	18	24,83	294,83	0,07	14,9	27,7	0,316	53,4	127,6	34,2	1,2
Сок яблочный	200	1	0,4	20,2	86,6	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125
Ватрушка с джемом	50	4,1	9,2	25,75	200,5								
Обед		46,5	37,35	113,79	865,18	0,235	20,33	27,7	1,506	132	512,38	86,675	5,525
среду (2 недели)		77,621	64,341	193,025	1554,33	0,453	31,538	181,5	2,642	694,34	983,14	199,295	77,579
ЧЕТВЕРГ (ДЕНЬ - 9 И) - 2													
ЗАВТРАК													
Запеканка из творога с соусом сладким (сгущенным молоком)	100/50	17,82	12,14	56,18	406	0,068	2,1	74,2	0,617	163,42	222,8	31,54	1,08
Чай с сахаром	200	0	0	10,981	43,902	0,001	0,1		0	4,95	8,24	4,4	0,853
Булочка сдобная	50	4,7	6,3	32,7	206								
Фрукты	100	0,63	1,23	0,19	44	0,1	42,2	11,1	0,2	38,9	18,9	12,2	0,1
ОБЕД													
Завтрак		23,15	19,67	100,051	699,902	0,169	44,4	85,3	0,817	207,27	249,94	48,14	2,033
ОБЕД													
Овощи порционные (помидоры св)	60	0,7	0,1	2,3	13	0,036	15		0,42	8,4	15,6	12	0,54

Суп-лапша домашняя с курицей (филе)	250/12,5	5,2	5,83	14	139	0,015	2,54	222,17	0,64	33,87	89,88	18,57	1,29	
Жаркое по-домашнему (говядина)	350	33,35	37,47	27,79	574,41	0,12	6,76	0	2,73	30,5	205,75	42,48	3,86	
Кисель из ягод (черника или малина, вишня)	200	0,44	0,14	34,28	139,51	0,02	30	0	0,02	21,06	17,59	6,43	0,21	
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
Бананы	75	1,13	0,76	15,75	70,88	0,03	7,5		0,3	6	21	31,5	0,45	
Обед		44,05	44,8	112,13	1027,3	0,303	61,8	222,17	4,62	112,68	415,72	131,83	7,875	
Емкость: 2неделя		67,2	64,47	212,181	1727,202	0,472	106,2	307,47	5,437	319,95	665,66	179,97	9,908	
ПЯТНИЦА (день -10-й)-2														
ЗАВТРАК														
Творожок "Растришка"	125	10,1	12,7	10,8	198									
Блинчика с фруктовой начинкой, маслом сливочным	150/10	11,16	13,2	52,92	353,28	4,08	1,06		6,48	13,8	28,44	7,32	4,8	
Чай с сахаром	200	0	0	10,891	43,56	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,898	
Фрукты свежие	110	1,2	0,5	16,8	110	0,03	10	0,15	0,77	16	11	9	2,2	
Завтрак		22,46	26,4	91,411	704,84	4,114	13,96	0,15	7,264	37,55	49,22	21,56	7,898	
ОБЕД														
Огурец свежий порционный	30	0,28	0,04	0,86	4,92	0,014	4,8		0,12	4,66	8,5	5,1	0,22	
Борщ со сметаной	250/10	2,15	6,775	12,2	168,65	0,056	10,325	0	2,437	54,45	60,65	23,6	1,205	
Печень по-строгановски	75/75	32,25	20,16	14,1	329,1	0,3	21	7,95	3,6	40,5	352,2	22,35	7,545	
Макаронные изделия отварные	150	6,78	5,15	43,224	246,51	0,32	14	9500	1,5	18	424	22	9,2	
Компот из клубники	200	0,36		27,76	113,8	0,016	1,8			18,56	10,4	4,66	0,352	
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,032			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4	
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
Обед		45,05	37,625	116,154	852,18	0,788	51,925	9507,95	8,167	140,07	571,65	98,56	20,027	

пятицу 2 неделя	67,51	59,025	207,565	1658,32	4,902	65,885	9508,1	15,431	186,57	970,87	120,12	27,945

Итого за завтраки	231,314	234,145	884,780	6874,876	5,700	139,726	770,660	33,114	2753,412	2874,792	635,612	116,240
Иное значение за завтраки (без учета помер)	23,131	23,415	88,478	687,488	0,570	13,973	77,066	3,311	275,341	287,479	63,561	11,624
Выполнение СанПиН от суточной нормы	30%	30%	26%	29%	52%	23%	11%	33%	25%	26%	25%	97%
Итого за обеды	363,696	345,567	1277,357	9329,240	5,114	449,619	#####	50,601	1535,283	4994,720	1493,224	88,470
Среднее значение за обеды	36,370	34,557	127,736	932,924	0,511	44,962	1422,549	5,060	153,528	499,472	149,322	8,847
Выполнение СанПиН от суточной нормы	47%	44%	38%	40%	46%	75%	203%	51%	14%	45%	60%	74%
	595,01	579,71	2 162,14	16 204,12	10,81	589,35	14 996,15	83,72	4 288,70	7 869,51	2 128,84	204,71
	59,508	57,97	216,21	1 620,41	1,08	58,93	1 499,61	8,37	428,87	786,95	212,88	20,47
Выполнение СанПиН от суточной нормы	77%	73%	65%	69%	98%	98%	214%	84%	39%	72%	85%	171%
Исчисления для обучающихся 12-18 лет по МР	63	70	305	2100	1,1	60	700	10	1100	1100	250	12
СанПиН 2.3/2.4.3590-20	77	79	335	2350	1,1	60	700	10	1100	1100	250	12

Питание Детей должно осуществляться в соответствии с утвержденным меню.

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции , блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение №11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню Допускается корректировать при условии с требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ.