

Утверждаю:  
Заместитель руководителя  
Исполнительного комитета  
Кукморского муниципального  
района Республики Татарстан  
-начальник Управления образования



И.И.Ахмадуллин

## **Примерное двенадцатидневное меню (сезон - зимний)**

Для организации горячего питания для обучающихся 5-11 классов сельских общеобразовательных организаций  
Кукморского муниципального района на 2025 учебный год

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>1-ая неделя</b>														
<b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание</b>														
182/2015, Дели	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,2	7,9	41,6	259,8	0	0,4	0,1	0,4	93	119,6	30,1	0,5
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж- Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	<i>итого:</i>		9,200	8,300	76,200	419,2	0,055	0,4	0,1	0,950	107,700	159,500	41,100	1,750
<b>2 питание</b>														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж- Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,3	3,2	6,45	60,00	0,02	10,41		0,10	28,30	78,30	10,08	0,45
№ 266 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж- Дели 2015	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,130	9,114	5,8	139,72	0,041	0,525		0,984	9,579	92,37	11,70	1,363
№ 203 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж- Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	6,800	5,957	38,000	249,33	0,116	-	0,133	1,453	21,942	76,012	11,305	1,540
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		20,510	18,741	88,610	622,2	0,234	10,9	0,1	1,891	76,981	278,902	42,085	4,055
	<b>Итого за день:</b>		<b>29,710</b>	<b>27,041</b>	<b>164,810</b>	<b>1041,353</b>	<b>0,289</b>	<b>11,34</b>	<b>0,23</b>	<b>2,841</b>	<b>184,681</b>	<b>438,402</b>	<b>83,2</b>	<b>5,805</b>

<b>2 день (ВТОРНИК) 1 питание</b>														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	100	0,86	3,55	7,41	83,3	0,048	22,3		0,39	38,8	18,08	4,11	0,26
№ 280 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели - 2015	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	55/50	8,33	7,74	3,19	175,00	0,03	0,65	0,10	1,26	100,53	110,07	0,08	1,00
№ 303 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	200	8,882	12,032	45,333	227	0,389	-		0,690	49,802	227,404	59,400	1,468
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		21,552	23,765	89,797	641,1	0,514	23,0	0,1	2,084	202,592	395,175	74,787	4,130
<b>2 питание</b>														
98/2008Речь	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛОСОМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,5	2,6	15,2	103,3	0,1	4,5	0,2	0,5	27,6	30,2	83,7	1,3
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0	0	0,27	6,9	7,5	31,8	0,93
	<i>итого:</i>		7,200	3,100	47,800	254,4	0,135	4,5	0,2	0,770	39,200	45,100	119,500	2,930
	<b>Итого за день:</b>		<b>28,75</b>	<b>26,87</b>	<b>137,60</b>	<b>895</b>	<b>0,649</b>	<b>27,450</b>	<b>0,30</b>	<b>2,854</b>	<b>241,792</b>	<b>440,28</b>	<b>194,287</b>	<b>7,060</b>
<b>3 день (СРЕДА) 1 питание</b>														
189/2008Речь	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,9	7,5	35,9	238,2	0,1	0,4	0,0	0,1	109,4	31,8	156,8	1,6
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	<i>итого:</i>		10,900	7,900	70,500	397,6	0,155	0,4	0,0	0,650	124,100	71,700	167,800	2,850
<b>2 питание</b>														
№ 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,3	93,3	0,018	0,0	0	1,068	201,81	141,0	20,9	0,3
№ 289 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/200	16,400	23,540	39,800	417	0,268	10,768	0,240	2,800	76,880	269,214	35,192	0,148
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		21,305	30,068	92,963	666,7	0,333	11,0	0,24	4,306	292,150	449,804	67,292	1,880
	<b>Итого за день:</b>		<b>32,205</b>	<b>37,968</b>	<b>163,463</b>	<b>1064</b>	<b>0,488</b>	<b>11,408</b>	<b>0,2</b>	<b>4,956</b>	<b>416,250</b>	<b>521,504</b>	<b>235,092</b>	<b>4,730</b>

<b>4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание</b>														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,3	3,2	6,45	60,00	0,02	10,41		0,10	28,30	78,30	10,08	0,45
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	200	5,112	7,245	39,466	280	0,058	0	0,24	0,378	15,28	112,2	17,773	0,013
№ 265 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,130	9,114	5,8	139,72	0,041	0,525		0,984	9,579	92,37	11,70	1,363
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		19,022	20,029	85,576	635,8	0,166	10,9	1,2	1,900	66,619	322,490	50,753	3,228
<b>2 питание</b>														
2012, Дели	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,3	2,0	13,3	91	0,1	12,2	0,2	0,2	50,2	30,2	75,9	1,8
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0	0	0,27	6,9	7,5	31,8	0,93
	<i>итого:</i>		7,000	2,500	45,900	242,1	0,135	12,2	0,2	0,270	61,800	45,100	111,700	3,430
	<b>Итого за день:</b>		<b>26,022</b>	<b>22,529</b>	<b>131,476</b>	<b>877,9</b>	<b>0,301</b>	<b>23,135</b>	<b>1,4</b>	<b>2,170</b>	<b>128,419</b>	<b>367,590</b>	<b>162,453</b>	<b>6,658</b>
<b>5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание</b>														
181/2015, Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	8,1	41,10	263,4	0,1	0,4	0,1	1,3	104,8	97,5	17,9	0,5
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	<i>итого:</i>		10,800	8,500	75,700	422,8	0,155	0,4	0,10	1,850	119,500	137,400	28,900	1,750
<b>2 питание</b>														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,3	3,2	6,45	60,00	0,02	10,41		0,10	28,30	78,30	10,08	0,45
№ 392 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200/4	10,9	12,36	22,00	258,54	0,164	0,536	0,193	1,28	88,12	264,96	11,44	0,084
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0	0	0,27	6,9	7,5	31,8	0,93
	<i>итого:</i>		14,700	16,090	65,550	486,6	0,229	10,9	0,2	1,550	123,320	350,760	55,120	1,464
	<b>Итого за день:</b>		<b>25,500</b>	<b>24,590</b>	<b>141,250</b>	<b>909,4</b>	<b>0,384</b>	<b>11,346</b>	<b>0,293</b>	<b>3,400</b>	<b>242,820</b>	<b>488,160</b>	<b>84,020</b>	<b>3,214</b>

<b>6 день (СУББОТА) 1 питание</b>														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	100	0,86	3,55	7,41	83,3	0,048	22,3		0,39	38,8	18,08	4,11	0,26
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,120	11,042	29,300	229,33	0,218	10,590	0,106	4,000	63,740	131,780	10,600	0,000
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<i>итого:</i>		8,460	15,032	70,570	468,733	0,313	32,89	0,1	4,828	116,000	189,480	25,910	1,662
<b>2 питание</b>														
67/2015,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,3	2,1	11,8	84,8	0,1	14,0	0,2	0,2	46,4	70,2	27,0	1,4
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0	0	0,27	6,9	7,5	31,8	0,93
	<i>итого:</i>		6,800	2,600	48,900	252,900	0,145	14,00	0,2	0,470	61,700	77,700	60,600	2,330
	<b>Итого за день:</b>		<b>15,3</b>	<b>17,6</b>	<b>119,5</b>	<b>721,6</b>	<b>0,5</b>	<b>46,9</b>	<b>0,3</b>	<b>5,3</b>	<b>177,7</b>	<b>267,2</b>	<b>86,5</b>	<b>4,0</b>

№ Сборника рецептов	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>2-ая неделя</b>														
<b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание</b>														
182/2015 Дели № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-	КАША МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)	200	8,53	8,93	47,46	304,4	0,26	0,4	0,0	1,6	106,8	177,86	50,4	1,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	<i>итого:</i>		12,530	9,330	82,060	463,800	0,315	0,400	0,00	2,150	121,50	217,760	61,400	2,850
<b>2 питание</b>														
№ 45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,300	3,200	6,450	60,0	0,02	10,41		0,10	28,3	78,3	10,08	0,45
№ 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели -2015	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/200	19,346	16,613	37,786	485,33	0,280	6,533	0,133	1,6	110,762	364,000	53,933	2,533
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	<i>итого:</i>		24,126	20,253	78,096	701,433	0,347	16,943	0,13	2,138	152,52	481,920	75,213	4,385
	<b>Итого за день:</b>		<b>36,656</b>	<b>29,583</b>	<b>160,156</b>	<b>1165,233</b>	<b>0,662</b>	<b>17,343</b>	<b>0,13</b>	<b>4,288</b>	<b>274,02</b>	<b>699,680</b>	<b>136,613</b>	<b>7,235</b>

<b>2 день (ВТОРНИК) 1 питание</b>														
№ 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,425	6,088	19,303	93,3	0,018	12,833		1,068	201,81	140,97	20,9	0,33
№ 280 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2015	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,65	0,1	1,256	100,530	110,071	0,077	1,000
№ 302 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,600	4,040	34,900	192	0,173	0	0,28	0,414	20,268	176,290	59,010	1,960
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	<b>итого:</b>		<b>17,835</b>	<b>18,311</b>	<b>91,257</b>	<b>616,400</b>	<b>0,268</b>	<b>13,483</b>	<b>0,38</b>	<b>3,176</b>	<b>336,07</b>	<b>466,951</b>	<b>91,187</b>	<b>4,692</b>
<b>2 питание</b>														
№ 100 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Речь 2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,4	6,0	16,1	136,9	0,1	4,5	0,2	2,1	24,6	62,1	20,0	1,1
349/2015, Дали	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,6	58,1	0,0	0,0	0,0	0,0	8,4	0,0	1,8	0,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0,000	0	0,27	6,900	7,500	31,8	0,93
	<b>итого:</b>		<b>6,900</b>	<b>6,500</b>	<b>53,200</b>	<b>305,000</b>	<b>0,145</b>	<b>4,500</b>	<b>0,20</b>	<b>2,370</b>	<b>39,90</b>	<b>69,600</b>	<b>53,600</b>	<b>2,030</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>24,74</b>	<b>24,81</b>	<b>144,46</b>	<b>921,40</b>	<b>0,41</b>	<b>17,98</b>	<b>0,580</b>	<b>5,55</b>	<b>375,97</b>	<b>536,55</b>	<b>144,79</b>	<b>6,722</b>
<b>3 день (СРЕДА) 1 питание</b>														
189/2008Речь	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,9	7,5	35,9	238,2	0,1	0,4	0,0	0,1	109,4	31,8	156,8	1,6
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	<b>итого:</b>		<b>10,900</b>	<b>7,900</b>	<b>70,500</b>	<b>397,600</b>	<b>0,155</b>	<b>0,400</b>	<b>0,00</b>	<b>0,650</b>	<b>124,10</b>	<b>71,700</b>	<b>167,800</b>	<b>2,850</b>
<b>2 питание</b>														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	100	0,86	3,55	7,41	83,30	0,05	22,30		0,39	38,80	18,09	4,11	0,26
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2015	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	4,830	3,180	5,610	87	0,037	0,360	0,075	0,484	33,015	102,790	9,000	0,000
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели -2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,120	11,042	29,300	229,33	0,218	10,590	0,106	4,000	63,740	131,780	10,600	0,000
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	<b>итого:</b>		<b>13,290</b>	<b>18,212</b>	<b>76,180</b>	<b>555,733</b>	<b>0,350</b>	<b>33,250</b>	<b>0,18</b>	<b>5,312</b>	<b>149,02</b>	<b>292,279</b>	<b>34,910</b>	<b>1,662</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>24,19</b>	<b>26,11</b>	<b>146,68</b>	<b>953,33</b>	<b>0,51</b>	<b>33,650</b>	<b>0,2</b>	<b>5,962</b>	<b>273,12</b>	<b>363,979</b>	<b>202,710</b>	<b>4,512</b>

<b>4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание</b>														
№ 45 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,300	3,200	6,450	60,0	0,02	10,41		0,10	28,3	78,3	10,08	0,45
№ 290 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	11,650	10,750	11,600	164,00	0,168	6,326		0,956	85,200	163,198	15,716	1,800
№ 203 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	6,800	5,957	38,000	249,33	0,116	-	0,133	1,453	21,942	76,012	11,305	1,540
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	<i>итого:</i>		23,230	20,347	89,910	629,433	0,351	16,736	0,133	2,947	148,90	357,130	48,301	5,192
<b>2 питание</b>														
99/2015 Дели	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,8	2,3	18,5	126,9	0,3	4,5	0,2	2,0	48,7	35,0	96,7	2,3
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0,000	0	0,27	6,900	7,500	31,8	0,93
	<i>итого:</i>		10,500	2,800	51,100	278,000	0,335	4,500	0,200	2,270	60,30	49,900	132,500	3,930
	<b>Итого за день:</b>		<b>33,730</b>	<b>23,147</b>	<b>141,010</b>	<b>907,433</b>	<b>0,686</b>	<b>21,236</b>	<b>0,33</b>	<b>5,217</b>	<b>209,202</b>	<b>407,030</b>	<b>180,801</b>	<b>9,122</b>
<b>5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание</b>														
181/2015 Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	8,1	41,10	263,4	0,1	0,4	0,1	1,3	104,8	97,5	17,9	0,5
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,800	0,400	24,500	118,3	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550
	<i>итого:</i>		10,800	8,500	75,700	422,800	0,155	0,400	0,00	1,850	119,50	137,400	28,900	1,750
<b>2 питание</b>														
№ 312 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели -2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,120	11,042	29,300	229,33	0,218	10,590	0,106	4,000	63,740	131,780	10,600	0,000
№ 290 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	80	10,240	5,370	19,360	159	0,080	0,000			89,430	158,000	0,640	0,300
№ 376 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учреж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	<i>итого:</i>		17,840	16,852	82,520	544,433	0,345	10,590	0,106	4,438	166,63	329,400	22,440	1,702
	<b>Итого за день:</b>		<b>28,640</b>	<b>25,352</b>	<b>158,220</b>	<b>967,233</b>	<b>0,500</b>	<b>10,990</b>	<b>0,11</b>	<b>6,288</b>	<b>286,13</b>	<b>466,800</b>	<b>51,340</b>	<b>3,452</b>



<b>6 день (СУББОТА) Завтрак</b>														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	100	0,86	3,55	7,41	83,30	0,05	22,30		0,39	38,80	18,09	4,11	0,26
№ 303 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	200	8,882	12,032	45,333	227	0,389	-		0,690	49,802	227,404	59,400	1,468
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	<i>итого:</i>		13,222	16,022	86,603	466,066	0,484	22,300	0,00	0,438	102,06	285,113	74,710	3,130
<b>2 Завтрак</b>														
2012, Дели № 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,3	2,0	13,3	91	0,1	12,2	0,2	0,2	50,2	30,2	75,9	1,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50	2,5	0,5	22,5	110	0,035	0,000	0	0,27	6,900	7,500	31,8	0,93
	<i>итого:</i>		7,000	2,500	45,900	242,100	0,135	12,200	0,20	0,470	61,80	45,100	111,700	3,430
	<b>Итого за день:</b>		<b>20,22</b>	<b>18,52</b>	<b>132,50</b>	<b>708,17</b>	<b>0,62</b>	<b>34,50</b>	<b>0,20</b>	<b>0,91</b>	<b>163,86</b>	<b>330,21</b>	<b>186,41</b>	<b>6,56</b>

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко, М.И.Цыганенко.- К.:ООО "Издательство Арий", М.:ИКТЦ "Лада", 2011.-

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сборника рецептов: Рецептура блюд согласно Сборнику рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна Дели плюс 2015