

Утверждаю:

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

И.И.Ахмадуллин



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

Для организации бесплатного горячего питания для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Кукморского муниципального района на 2026 учебный год

## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ

ЗИМНИЙ СЕЗОН

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамин Е, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>1-ая неделя</b>														
<b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание</b>														
182/2015, Дели	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	5,8	31,4	193,9	0	0,3	0	0,3	70,600	90,2	22,7	0,4
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0,000
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	итого:		6,18	6,04	60,7	323,0	0,033	0,3	0,000	0,630	85,0	109,7	28,7	0,73
<b>2 питание</b>														
№45 Сб.рец. На пр-ию для обуч. Во всех обр.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,780	1,940	3,870	36,0	0,013	6,250	-	0,060	16,98	46,98	6,05	0,27
№ 256 Сб.рец. На пр-ию для обуч. Во всех обр.учреж-Дели 2015	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	10,500	11,030	3,184	196	0,140	3,890		0,363	66,806	215,174	30,164	1,430
№ 203 Сб.рец. На пр-ию для обуч. Во всех обр.учреж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,100	4,468	28,500	187	0,087	-	0,100	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869
№ 376 Сб.рец. На пр-ию для обуч. Во всех обр.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:	19,100	17,798	64,454	551	0,276	10,140	0,100	1,567	111,703	342,083	64,693	3,861	
	<b>Итого за день:</b>		<b>25,28</b>	<b>23,84</b>	<b>125,15</b>	<b>874,37</b>	<b>0,31</b>	<b>10,44</b>	<b>0,10</b>	<b>2,20</b>	<b>196,70</b>	<b>451,78</b>	<b>93,39</b>	<b>4,59</b>
<b>2 день (ВТОРНИК) 1 питание</b>														
№ 62 Сб.рец. На пр-ию для обуч. Во всех обр.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430		0,234	23,302	10,850	2,468	0,158
№ 303 Сб.рец. На пр-ию для обуч. Во всех обр.учреж-Дели 2015	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	-		0,518	37,352	170,553	44,550	1,101
№ 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	0,650	0,100	1,256	100,530	110,071	0,077	1,000
№ 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	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:	18,23	19,26	70,5	527,4	0,387	14,1	0,100	2,336	172,6	314,4	67,1	3,55	
<b>2 питание</b>														
98/2008Речь	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,5	2,6	15,200	103	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	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	итого:	6,200	2,900	38,800	210	0,121	4,500	0,2	0,650	36,44	42,100	106,780	2,558	
	<b>Итого за день:</b>		<b>24,43</b>	<b>22,16</b>	<b>109,34</b>	<b>737,82</b>	<b>0,51</b>	<b>18,58</b>	<b>0,30</b>	<b>2,99</b>	<b>209,08</b>	<b>356,49</b>	<b>173,88</b>	<b>6,11</b>

3 день (СРЕДА) 1 питание														
Борчев №6 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	5,1	6,0	27,5	184	0,1	0,3	0,0	0,1	82,3	23,9	117,8	1,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	итого:		7,58	6,24	52,30	296,4	0,133	0,3	0,000	0,430	93,0	50,8	126,0	2,33
2 питание														
№ 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700		0,641	121,090	84,582	12,540	0,198
№ 289 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	12,300	17,660	29,850	313	0,201	8,076	0,180	2,100	57,660	201,911	26,394	0,111
№ 382 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78	0,67	26,0	125,0	0,02	1,33		0,012	133,3	111,11	25,56	2,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		19,455	22,343	86,230	585	0,268	17,106	0,18	3,081	318,84	413,123	80,494	2,901
	Итого за день:		27,04	28,58	138,53	881,67	0,40	17,41	0,18	3,51	411,84	463,92	206,49	5,23
4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№56 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	3,500	6,110	9,900	124,0	0	11,3	-	0,4	126,9	120,4	41,3	1,9
№ 268 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ	90	13,670	13,671	8,700	209,6	0,061	0,787	-	1,476	14,360	138,560	17,561	2,045
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	8,6	38,9	247,0	0,0	0,0	0,1	0,4	9,9	75,4	24,6	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	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		23,690	19,981	86,400	713	0,107	12,097	0,1	2,604	162,60	357,290	103,491	5,737
2 питание														
2012, Дели	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,300	2,000	13,300	91	0,100	12,2	0,2	0,200	50,200	30,200	75,900	1,800
349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0,000
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	итого:		5,800	2,300	41,400	215	0,121	12,200	0,200	0,350	62,74	34,700	96,780	2,358
	Итого за день:		29,49	22,28	127,80	928,02	0,23	24,30	0,30	2,95	225,34	391,99	200,27	8,10

5 день (ПЯТНИЦА) 1 питание														
-015_Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,100	6,075	30,800	197,55	0,0	0,3	0,0	0,9	78,6	73,1	13,4	0,37
№ 376 Сб.рец. На при-ю для обуч. Во всех обр.учр-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	итого:		7,580	6,315	55,600	310	0,033	0,300	0,000	1,230	89,30	100,000	21,600	1,400
2 питание														
№45 Сб.рец. На при-ю для обуч. Во всех обр.учр-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,780	1,940	3,870	36,0	0,013	6,250	-	0,060	16,98	46,98	6,05	0,27
№ 392 Сб.рец. На при-ю для обуч. Во всех обр.учр-Дели 2015	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	165/3	9,000	10,200	18,150	213	0,136	0,443	0,160	1,06	72,70	218,6	9,44	0,07
№ 377 Сб.рец. На при-ю для обуч. Во всех обр.учр-Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8		0,014	3,250	1,54	0,84	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,5	66	0,021	-	-	0,162	4,14	19,080	4,5	0,558
	итого:		13,644	12,692	65,465	448	0,206	9,493	0,160	1,626	103,07	305,700	25,030	1,315
	Итого за день:		21,224	19,007	121,065	758	0,2	9,793	0,160	2,856	192,370	405,700	46,63	2,715
6 день (СУББОТА) Завтрак														
№ 62 Сбор.рец. На прод-ю для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430		0,234	23,302	10,850	2,468	0,158
№ 295 Сбор.рец. На прод-ю для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	11,520	6,040	21,780	178,8	0,090	0,000		-	100,600	177,75	0,720	0,338
№ 312 Сбор.рец. На прод-ю для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,090	8,282	22	172	0,164	7,943	0,080	3,000	47,805	98,835	8,000	0,000
№ 382 Сбор.рец. На прод-ю для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78	0,67	26,00	125	0,020	1,33		0,012	133,33	111,11	25,560	2,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		17,646	16,814	67,097	617	0,319	22,703	0,080	3,562	311,80	414,065	27,188	3,088
2 Завтрак														
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	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0,000
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	итого:		5,800	2,400	39,900	209	0,121	14,000	0,200	0,350	58,94	74,700	47,880	1,958
	Итого за день:		23,45	19,21	107,00	826,02	0,44	36,70	0,28	3,91	370,74	488,77	75,07	5,05

## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ

ЗИМНИЙ СЕЗОН

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	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	
<b>2-ая неделя</b>														
<b>1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК) 1 питание</b>														
182/2015 Дели	КАША МОЛОЧНАЯ (ПШЕННАЯ)	150	6,4	6,7	35,6	228,3	0,2	0,3	0	1,2	80,1	133,4	37,8	1,2
№ 349/2015, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	итого:		8,680	6,940	64,900	357	0,23	0,3	0,000	1,530	94,5	152,9	43,8	1,53
<b>2 питание</b>														
№45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,780	1,940	3,870	36,0	0,013	6,250	-	0,060	16,98	46,98	6,05	0,27
№ 291 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	14,510	14,710	28,340	364	0,210	4,900	0,100	1,200	83,070	273,000	40,450	1,900
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		18,010	17,010	61,110	532	0,26	11,2	0,100	1,588	111,5	342,9	66,5	3,46
	Итого за день::		26,690	23,950	126,01	890	0,49	11,5	0,100	3,118	206,01	495,80	110,30	4,992
<b>2 день (ВТОРНИК) 1 питание</b>														
№ 52 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700		0,641	121,090	84,582	12,540	0,198
№ 280 Сбор.рец. На прод-ию для	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,100	1,256	100,530	110,071	0,077	1,000
№ 302 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех	КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,500	3,030	26,200	144	0,130	0	0,210	0,311	15,201	132,223	44,258	1,475
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8		0,014	3,250	1,54	0,84	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		15,289	14,798	74,959	528	0,21	11,2	0,310	2,550	246,8	343,9	73,7	3,35

2 питание														
нр рец. на прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Речь	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, Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0,000
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	итого:		5,900	6,300	44,200	261	0,12	4,5	0,200	2,250	37,1	66,6	40,9	1,66
	Итого за день::		21,189	21,098	119,16	789	0,33	15,7	0,510	4,800	283,97	410,54	114,60	5,010
3 день (СРЕДА) 1 питание														
189/2008Речь	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	5,1	6,0	27,5	184	0,1	0,3	0,0	0,1	82,3	23,9	117,8	1,3
прод-ию для обуч. Во всех	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62,0	0,030	2,8	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	итого:		7,464	6,252	57,385	317	0,13	3,1	0,000	0,444	88,3	43,4	122,0	1,72
2 питание														
прод-ию для обуч Во всех образ.учреж-Дели	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430		0,234	23,302	10,850	2,468	0,158
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч.	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,250	4,770	8,42	130,5	0,056	0,540	0,113	0,726	49,522	154,193	13,500	0,000
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч.	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,090	8,282	22	172	0,164	7,943	0,080	3,000	47,805	98,835	8,000	0,000
прод-ию для обуч. Во всех	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,780	0,67	26,00	125	0,020	1,33	0	0,012	133,33	111,11	25,560	2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		13,376	15,544	53,737	569	0,285	21,913	0,193	4,288	127,389	279,398	39,968	0,750
	Итого за день::		20,840	21,796	111,12	886	0,42	25,0	0,193	4,732	215,69	322,80	161,97	2,467
4 день (ЧЕТВЕРГ) 1 питание														
№45 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,780	1,940	3,870	36,0	0,013	6,250	-	0,060	16,98	46,98	6,05	0,27
№ 230 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	11,65	10,75	11,6	164,0	0,168	6,326		0,956	85,2	163,198	15,716	1,8
№ 205 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,100	4,468	28,500	187	0,087	-	0,100	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869
№ 378 Сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,52	1,35	15,9	81,0	0,04	1,33	0,16	0	136,6	92,8	5,4	0,110

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		21,570	18,868	78,702	559	0,34	13,9	0,260	2,160	262,0	375,5	51,6	3,64
<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-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	-	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	итого:		9,500	2,600	276,100	234	0,32	4,5	0,200	2,150	57,5	46,9	119,8	3,56
	<b>Итого за день:</b>		<b>31,07</b>	<b>21,468</b>	<b>354,80</b>	<b>793</b>	<b>0,665</b>	<b>18,406</b>	<b>0,460</b>	<b>4,310</b>	<b>319,522</b>	<b>422,407</b>	<b>171,425</b>	<b>7,2</b>
<b>5 день (ПЯТНИЦА) Завтрак</b>														
181/2015, Дели	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,100	6,075	30,800	197,55	0	0,3	0	0,9	78,6	73,1	13,4	0,37
№ 349/2015 Дели	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,700	70,95	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	итого:		7,380	6,315	60,100	327	0,03	0,3	0,000	1,230	93,0	92,6	19,4	0,70
<b>2 питание</b>														
№56 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	3,500	6,110	9,900	124,0	0	11,3	-	0,4	126,9	120,4	41,3	1,9
№ 304 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	8,6	38,9	247,0	0,0	0,0	0,1	0,4	9,9	75,4	24,6	0,5
№ 295 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	11,520	6,040	21,780	178,8	0,090	0,000	-	100,600	177,75	0,720	0,338	
№ 377 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8		0,014	3,250	1,54	0,84	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		21,424	21,122	104,565	703	0,14	14,1	0,100	1,142	247,4	390,6	83,5	3,42
	<b>Итого за день::</b>		<b>28,804</b>	<b>27,437</b>	<b>164,67</b>	<b>1030</b>	<b>0,17</b>	<b>14,410</b>	<b>0,100</b>	<b>2,372</b>	<b>340,390</b>	<b>483,22</b>	<b>102,890</b>	<b>4,117</b>

## день (СУББОТА) 1 питание

№ 268 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430		0,234	23,302	10,850	2,468	0,158
№ 303 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	КОТЛЕТЫ	90	13,670	13,671	8,700	209,6	0,061	0,787	-	1,476	14,360	138,560	17,561	2,045
№ 377 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	-		0,518	37,352	170,553	44,550	1,101
№ 376 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62,0	0,030	2,8	0	0,014	3,25	1,540	0,84	0,087
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,800	47,32	0,022	-	-	0,220	4,000	2,800	13,000	0,220
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	итого:		23,452	25,199	81,135	582,92	0,448	17,017	0,000	2,570	85,024	337,023	81,419	3,983
	2 Завтрак													
2012, Дели	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250	4,300	2,000	13,300	91	0,100	12,2	0,2	0,200	50,200	30,200	75,900	1,800
№ 376 Сбор.рец. На прод.ию для обуч. Во всех образ.учреж.-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0	10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4	0,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,5	0,3	13,500	66	0,021	0	0	0,15	4,140	4,5	19,08	0,558
	итого:		6,000	2,300	36,900	198	0,12	12,2	0,200	0,350	59,0	42,1	99,0	2,36
	Итого за день:		29,452	27,499	118,035	781	0,569	29,22	0,200	2,920	144,064	379,12	180,399	6,3