

Согласовано

Утверждаю  
 Директор ООО "ГРАНД"  
 Васянина Ю.С.



Примерное недельное меню для обучающихся в общеобразовательных организациях

1 День 1 неделя

1-4классы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Калор ийнос ть, кка	Вит.В1, мг	Вит.С, мг	Вит.А, мг	Вит.Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
Рецептура Дели, 2012-584с, №62	Салат из моркови сахаром	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430	0,000	0,234	23,302	10,850	2,468	0,158
Дели 2015 №266	Бифштекс рубленый	90	17,460	21,480	0,400	265	0,130	0,110	0,000	1,343	20,470	160,260	18,900	2,530
303 сбор рецептур Дели 2015	Каша вязкая (гречневая)	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	0,000	0,000	0,518	37,352	170,553	44,550	1,101
Дели, 2015-544с, №378	Чай с молоком	150/50 /15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110
	Хлеб ржанл- пшенич., 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
			<b>29,438</b>	<b>34,426</b>	<b>78,510</b>	<b>681</b>	<b>0,538</b>	<b>14,870</b>	<b>0,160</b>	<b>2,533</b>	<b>226,484</b>	<b>466,683</b>	<b>78,518</b>	<b>4,601</b>

5-11классы

303 Сбор. Реч. Дели 2015	Каша вязкая (гречневая)	180	7,99	10,82	40,80	203,99	0,35	0,00	0,00	0,62	44,82	204,66	53,46	1,32
Дели 2015 "266	Бифштекс рубленый	100	19,380	23,880	0,440	294	0,140	0,120	0,000	1,490	22,740	178,060	21,000	2,810
Дели 2015 378	Чай с молоком	150/50 /15	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	0,16	0,00	136,00	92,80	5,40	0,10
	Хлеб ржан- пшен	40	2,000	0,400	18,000	88	0,028	0,000	0,000	0,216	5,520	25,440	6,000	0,744
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,2	0,330
			<b>33,170</b>	<b>36,690</b>	<b>89,900</b>	<b>738</b>	<b>0,591</b>	<b>1,450</b>	<b>0,160</b>	<b>2,656</b>	<b>215,080</b>	<b>520,460</b>	<b>90,06</b>	<b>5,305</b>

ФГОС:

УФА																				
2021Сборн	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,6	5,4	24,2	179	0,12	15,02	0	0	15,02				22,85	0,96				
не тех карт	Хлеб ржан - пшен	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3		0,372					
	Хлеб белый, 1с	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2		0,33					
Дели, 2015-	Хлеб белый, 1с	150/50																		
544с, №378	Чай с молоком	/15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110						
			11,400	7,190	63,860	375,00	0,207	16,350	0,160	0,438	160,380	125,020	35,450	1,772						

## 2 День 1 неделя

### 1-4классы

Дели, 2015-544с, №45	Салат из белокочанной капусты	60	0,900	3,000	5,100	51,9	0,000	8,500	0,000	1,300	20,800	6,900	13,300	0,500
Дели, 2015-№289	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
Дели, 2015-544с, №382	Какао с молоком	200	3,780	0,670	26,000	125	0,020	1,330	0,000	0,012	133,330	111,110	25,560	2,000
	Хлеб ржан - пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
			20,260	21,770	84,710	605	0,268	17,906	0,180	3,850	220,550	352,141	72,454	3,313

### 5-11классы

Дели, 2051-544с, №45	Салат из белокочанной капусты	100	1,500	0,075	8,500	86,5	0,000	14,160	0,000	2,160	34,600	11,500	22,160	0,830
Дели, 2015-№289	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	0,110
Дели, 2011-544с, №376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб ржан - пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
			17,610	18,175	71,580	555	0,248	22,500	0,180	4,690	114,620	267,760	67,480	1,742

### ФГОС:

58УФА															
2021Сборн	Борщ с капустой и картофелем	250/10	2,000	5,400	12,800	111	0,050	7,950	0,000	0,000	40,710	0,000	22,900	1,080	

Дели, 2011-544с, №349	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,110
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	12,720	3,000	0,372
	Хлеб ржан-пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	6,000	12,720	3,000	0,372
			<b>5,810</b>	<b>5,840</b>	<b>46,030</b>	<b>266</b>	<b>0,097</b>	<b>8,220</b>	<b>0,000</b>	<b>0,438</b>	<b>63,070</b>	<b>54,350</b>	<b>41,830</b>	<b>1,892</b>	
<b>3 день 1 неделя</b>															
<b>1-4 классы</b>															
Дели, 2015-584с, №52	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	84,582	12,540	0,198	
Дели, 2015-544с, №203.	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,100	4,468	28,500	187	0,067	0,000	0,100	0,816	16,456	57,009	8,479	0,869	
Дели, 2015-544с, №256.	Мясо тушеное	50/50	10,500	11,030	3,184	196	0,140	3,890	0,000	0,363	66,806	215,174	30,164	1,430	
Дели, 2015-544с, №377	Чай с сахаром и лимоном	200/15	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087	
	Хлеб ржан-пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
			<b>19,819</b>	<b>19,603</b>	<b>82,209</b>	<b>616</b>	<b>0,268</b>	<b>14,390</b>	<b>0,100</b>	<b>2,272</b>	<b>216,362</b>	<b>390,525</b>	<b>59,223</b>	<b>3,286</b>	
<b>5-11 классы</b>															
Дели, 2015-584с, №52	Салат из свеклы отварной	100	1,420	6,080	93,300	0	12,830	0,000	1,068	201,81	140,970	11,500	20,900	0,330	
Дели, 2015-544с, №203.	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,120	5,360	34,200	224	0,080	0,000	0,119	0,979	19,740	68,410	10,170	1,042	
Дели, 2015-544с, №295	Коглета рубленнная из брол чыплят	100	15,300	29,400	15,450	388	0,100	1,040	0,000	0,000	55,530	97,530	20,800	1,420	
Дели 2015-376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,110	
	Хлеб ржано-пшени	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
			<b>26,650</b>	<b>41,280</b>	<b>176,180</b>	<b>767</b>	<b>13,570</b>	<b>1,310</b>	<b>1,187</b>	<b>203,23</b>	<b>238,600</b>	<b>231,790</b>	<b>70,800</b>	<b>3,604</b>	
<b>ФГОС:</b>															
194Уфа 2021	Каша ячневая молочная с	250/10	8,700	10,000	44,700	313	0,160	0,610	0,000	0,000	179,710	0,000	41,240	1,090	

Дели 2015 3	Чай с молоком	150/50 /15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110
	Хлеб белый, 1 с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано- пшенич,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
			<b>13,500</b>	<b>11,790</b>	<b>84,360</b>	<b>509</b>	<b>0,247</b>	<b>1,940</b>	<b>0,160</b>	<b>0,438</b>	<b>325,070</b>	<b>125,020</b>	<b>53,840</b>	<b>1,902</b>

**4 День 1 недели**

<b>1-4классы</b>														
56 Дели 2-01	Салат овощной с яблоками	60	3,500	6,110	9,900	124	0,010	11,310		0,400	126,880	120,410	41,330	1,900
Дели, 2015-														
544с, №312	Картофельное пюре	150	3,090	6,282	22,000	172	0,164	7,943	0,080	3,000	47,805	98,835	8,000	0,000
Уфа 2021	Рыба . Тушенная в томате с овощами	50/50	8,900	4,400	4,700	94	0,010	1,300	0,000	0,000	8,090	0,000	9,680	0,290
№80														
Дели, 2015-														
544с, №376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб ржано - пшенич,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
			<b>19,300</b>	<b>17,232</b>	<b>69,830</b>	<b>545</b>	<b>0,231</b>	<b>20,823</b>	<b>0,080</b>	<b>3,838</b>	<b>205,135</b>	<b>273,595</b>	<b>77,940</b>	<b>2,992</b>

**5-11классы**

Дели, 2015-	Картофельное пюре	180	3,708	7,530	26,390	206	0,196	9,530	0,095	3,600	57,360	118,590	9,590	0,000
544с, №312	Рыба . Тушенная в томате с овощами	60/60	10,700	5,200	5,600	120	0,020	1,550	0,000	0,000	9,710	0,000	11,610	0,340
№ 80														
№376, 2015	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб ржано - пшенич,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	60	4,560	0,480	29,520	142	0,066	0,000	0,000	0,660	12,000	39,000	8,400	0,660
			<b>20,498</b>	<b>13,410</b>	<b>79,980</b>	<b>552</b>	<b>0,296</b>	<b>11,350</b>	<b>0,095</b>	<b>4,368</b>	<b>95,430</b>	<b>192,440</b>	<b>44,330</b>	<b>1,472</b>

**ФГОС:**

Уфа 2021	Каша рисовая молочная вязкая	250/10	7,20	9,90	48,90	319,00	0,05	0,26	0,00	0,00	144,75	0,00	40,68	0,67
191														
№376, 2015														
Дели														
гМосква	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100

	Хлеб ржано - пшенич	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,00	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
			<b>11,010</b>	<b>10,340</b>	<b>82,130</b>	<b>474</b>	<b>0,097</b>	<b>0,530</b>	<b>0,000</b>	<b>0,438</b>	<b>167,110</b>	<b>54,350</b>	<b>56,610</b>	<b>1,472</b>

**5 День 1 неделя**

<b>1-4классы</b>														
Дели, 2015-544с, №59	Салат из моркови с яблоками	60	0,660	0,120	2,280	14	0,036	10,000	0,000	0,420	8,400	15,600	12,000	0,340
Дели 2015 сбор 304	Рис отварной	150	3,834	5,434	29,600	210	0,044	0,000	0,180	0,264	11,460	84,150	13,330	0,010
Дели 2015 №268	Котлеты гов	80	9,660	12,412	9,450	182	0,166	3,861	0,000	1,384	54,970	155,930	21,930	1,678
Дели 2015 378	Чай с молоком	150/50 /15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110
	Хлеб ржано - пшеничный, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
			<b>18,954</b>	<b>19,756</b>	<b>80,990</b>	<b>602</b>	<b>0,333</b>	<b>15,191</b>	<b>0,340</b>	<b>2,506</b>	<b>220,190</b>	<b>380,700</b>	<b>59,860</b>	<b>2,840</b>

<b>5-11классы</b>														
Дели, 2015-544с, №304	Рис отварной	180	4,600	6,520	35,510	252	0,052	0,000	0,216	0,316	13,750	100,980	15,990	0,011
№747, 2004г	Котлета гов	90	11,590	13,960	10,630	205	0,186	4,340	0,000	1,550	61,840	175,420	24,670	1,880
Дели, 2015-544с, №378	Чай с молоком	150/50 /15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,330	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржано - пшеничный, 1с	40	2,000	0,400	18,000	88	0,028	0,000	0,000	0,216	5,520	25,440	6,000	0,744
			<b>21,990</b>	<b>22,470</b>	<b>94,800</b>	<b>697</b>	<b>0,636</b>	<b>5,670</b>	<b>0,376</b>	<b>2,412</b>	<b>223,710</b>	<b>414,140</b>	<b>56,260</b>	<b>3,075</b>
<b>ФГОС:</b>														
Уфа 2021 65	Суп картофельный с боровыми и гречками	300/25	9,000	5,400	38,900	253	0,240	5,590	0,000	0,000	46,410	0,000	52,310	2,770
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
Дели, 2015-544с, №378	Чай с молоком	150/50 /15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330

6 День 1 неделя														
1-4классы														
Дели	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,100	16,000	11,000	9,000	0,030	
Дели 2015 № 338														
Уфа 2021 №21	Салат Витаминный	60	0,900	2,700	6,500	56	0,020	3,800	0,000	0,000	0,000	11,000	0,540	
Уфа2021 №132	Курры отварные	90	22,500	18,900	0,300	295	0,050	0,860	0,000	0,000	0,000	18,880	1,780	
Уфа 2021 № 184	Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,500	4,700	38,000	229	0,060	0,000	0,000	0,000	0,000	22,780	1,060	
Дели 2015 №379	Кофейный напиток с молоком	200	3,600	2,670	29,200	156	0,030	1,470	0,000	0,000	0,000	29,330	2,400	
	Хлеб ржано-пшеничный, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033		0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
			<b>35,780</b>	<b>29,810</b>	<b>105,110</b>	<b>898</b>	<b>0,237</b>	<b>14,130</b>	<b>0,000</b>	<b>0,538</b>	<b>245,410</b>	<b>175,220</b>	<b>98,190</b>	<b>6,512</b>
5-11классы														
Дели 2015 №338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	7,35	47	0,03	8	0	0,1	16	11	9	0,03
Уфа 2021 №132	Курры отварные	100	26,1	24,06	0,3	327	0,08	1,27	0	0	22,58	0	24,33	2,14
Уфа 2021 №184	Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,50	4,70	38,00	229,00	0,06	0,00	0,00	0,00	22,67	0,00	22,78	1,06
	Хлеб ржано-пшеничный, 1с	40	2,00	0,40	18,00	88,00	0,02	0,00	0,22	5,52	25,44	6,00	6,00	0,74
	Хлеб белый, 1с	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	3,00	0,37
Дели 2015 № 379	Кофейный напиток с молоком	200	3,600	2,670	29,200	156	0,030	1,470	0,000	0,000	158,670	7,500	6,500	0,197
			<b>39,880</b>	<b>32,470</b>	<b>107,610</b>	<b>918</b>	<b>0,253</b>	<b>10,740</b>	<b>0,000</b>	<b>0,428</b>	<b>228,200</b>	<b>56,660</b>	<b>71,610</b>	<b>4,539</b>
			<b>13,800</b>	<b>7,190</b>	<b>78,560</b>	<b>449</b>	<b>0,327</b>	<b>6,920</b>	<b>0,160</b>	<b>0,438</b>	<b>191,770</b>	<b>125,020</b>	<b>64,910</b>	<b>3,582</b>

Согласовано

Утверждаю  
 Директор ООО "ГРАНД"  
 Васянина Ю.С.



Примерное недельное меню для обучающихся в общеобразовательных организациях

2 неделя 1 День															
1-4 классы															
Рецептура	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калор ийнос ть, кка	Вит. В1, мг	Вит. С, мг	Вит. А, мг	Вит. Е, м г	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	
Дели, 2015, №338	плоты и ягоды свежие (яблоки)	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,200	46,000	11,000	0,100	0,000	
Дели 2015 №45	Салат из белокачанной капусты	60	0,780	1,940	3,870	36	0,013	6,250	0,000	0,060	16,980	46,980	6,050	0,270	
Дели 2015 №280	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	
Дели 2015 №171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	6,682	9,024	34,000	170	0,000	0,000	0,000	0,518	44,820	170,553	40,550	1,010	
Дели, 2011- 54дс, №376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100	
	Хлеб ржан - пшеничн	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	<b>Итого:</b>		<b>20,002</b>	<b>19,547</b>	<b>81,644</b>	<b>583</b>	<b>0,120</b>	<b>15,170</b>	<b>0,100</b>	<b>2,472</b>	<b>230,690</b>	<b>392,954</b>	<b>65,707</b>	<b>3,082</b>	
5-11 классы															
Дели 2015 №171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	8,01	10,82	40,79	203,90	0,00	0,00	0,00	0,62	81,30	204,66	48,65	1,21	
Дели 2015 №280	Фрикадельки в соусе Хлеб ржан -	55/50 20	8,330 1,00	7,743 0,20	3,194 9,00	175 44,00	0,030 0,01	0,650 0,00	0,100 0,00	1,256 0,11	100,530 2,76	110,071 12,72	0,077 3,00	1,000 0,37	

Дели, 2011-	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,2	0,330	
<b>Итого:</b>			<b>20,150</b>	<b>19,003</b>	<b>77,214</b>	<b>534</b>	<b>0,077</b>	<b>0,920</b>	<b>0,100</b>	<b>2,314</b>	<b>204,190</b>	<b>369,081</b>	<b>67,657</b>	<b>3,012</b>	

**ФГОС:**

Уфа 2021 №63	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,6	5,4	24,2	179	0,12	15,02	0	0	15,02	0	22,85	0,96
	Хлеб пшеничный, 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржан - пше, 1с	20	1	0,2	9	44	0,01	0	0	0,11	2,76	12,72	3	0,37
Дели, 2011-544с, №376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
<b>Итого:</b>			<b>10,410</b>	<b>5,840</b>	<b>57,430</b>	<b>334,00</b>	<b>0,163</b>	<b>15,290</b>	<b>0,000</b>	<b>0,440</b>	<b>37,380</b>	<b>54,350</b>	<b>41,780</b>	<b>1,760</b>

**2 День 2 Неделя**

<b>1-4классы</b>															
Дели, 2015, №52	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56,0	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	64,582	12,540	0,198	
Дели 2015 №291	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	
Дели 2015 №377	Чай с лимоном	200/15 /7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,067	
	Хлеб ржан - пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
<b>Итого:</b>			<b>18,729</b>	<b>18,815</b>	<b>78,865</b>	<b>597</b>	<b>0,271</b>	<b>15,400</b>	<b>0,100</b>	<b>2,293</b>	<b>216,170</b>	<b>371,342</b>	<b>61,030</b>	<b>2,867</b>	

**5-11классы**

Дели 2015 №52	Салат из свеклы отварной	100	1,425	6,080	19,300	93,3	0,027	12,830	0,000	1,068	201,810	107,630	20,900	0,330
Дели 2015 № 291	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



Дели, 2011-544с, №376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб ржан - пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>			<b>19,740</b>	<b>21,230</b>	<b>80,870</b>	<b>612,3</b>	<b>0,284</b>	<b>18,000</b>	<b>0,100</b>	<b>2,706</b>	<b>224,170</b>	<b>434,980</b>	<b>80,280</b>	<b>3,032</b>

**ФГОС:**

Уфа 2021 №65	Суп картофельный с бобовыми и гречками	300/25	9,000	5,400	38,900	253	0,240	5,590	0,000	0,000	46,610	0,000	52,310	2,770
Дели 2015 №377	Чай с лимоном	200/15 /7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,067
Дели, 2011-544с, №349	Хлеб белый, 1 с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб ржан - пшен, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
<b>Итого:</b>			<b>12,364</b>	<b>5,852</b>	<b>77,845</b>	<b>430</b>	<b>0,290</b>	<b>8,390</b>	<b>0,000</b>	<b>0,452</b>	<b>58,620</b>	<b>33,760</b>	<b>60,350</b>	<b>3,539</b>

**3 День 2 неделя**

**1-4классы**

Уфа 2021 №21	Салат Витаминный	60	0,900	2,700	6,500	56	0,020	3,800	0,000	0,000	20,840	0,000	11,000	0,540
Дели 2015 № 312	Пюре картофельное	150	3,090	8,282	22,000	172	0,164	7,943	0,080	0,231	47,805	98,835	8,000	0,000
Дели 2015 №234	Котлеты рыбные	90	7,250	4,770	8,420	131	0,056	0,540	0,110	0,726	49,520	154,190	13,500	0,000
Дели 2015 № 379	Кофейный напиток с молоком	200	3,600	2,670	29,200	155	0,030	1,470	0,000	0,000	158,670	132,000	29,330	2,400
	Хлеб ржан - пшенс	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>			<b>18,120</b>	<b>18,862</b>	<b>89,880</b>	<b>629</b>	<b>0,317</b>	<b>13,753</b>	<b>0,190</b>	<b>1,395</b>	<b>285,595</b>	<b>417,245</b>	<b>69,030</b>	<b>3,642</b>

**5-11классы**

Уфа 2021 №21	Салат Витаминный	100	1,500	4,500	10,800	93	0,020	6,340	0,000	0,000	34,740	0,000	18,330	0,910
--------------	------------------	-----	-------	-------	--------	----	-------	-------	-------	-------	--------	-------	--------	-------

Дели 2015	Пюре картофельное	180	3,708	7,530	26,390	206	0,196	9,530	0,095	3,600	57,360	118,590	9,590	0,000
№ 312														
Дели 2015	Котлеты рыбные	90	7,250	4,770	8,420	131	0,056	0,540	0,110	0,726	49,520	154,190	13,500	0,000
№234	Хлеб ржано-пшен, 1	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
Дели,2011-54дс,№376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	0,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<b>Итого:</b>		<b>16,258</b>	<b>17,240</b>	<b>69,840</b>	<b>585</b>	<b>0,319</b>	<b>16,680</b>	<b>0,205</b>	<b>4,764</b>	<b>163,980</b>	<b>327,130</b>	<b>60,350</b>	<b>1,712</b>

**ФГОС:**

Уфа 2021	Каша рисовая	250	5,500	16,900	81,600	504	0,050	0,000	0,000	0,000	8,120	0,000	33,250	0,750
№90	Молочная													
Дели 2015	Кофейный напиток с молоком	200	3,6	2,67	29,2	155	0,03	1,47	0	0	158,67	132	29,33	2,4
№379	Хлеб белый, 1 с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб ржан - пшен,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>12,380</b>	<b>20,010</b>	<b>134,560</b>	<b>774</b>	<b>0,127</b>	<b>1,470</b>	<b>0,000</b>	<b>0,216</b>	<b>172,310</b>	<b>157,440</b>	<b>68,580</b>	<b>3,894</b>

**4 день 2 недели**

**1-4классы**

Дели 2015	Салат из моркови с сахаром	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430	0,000	0,234	23,302	10,850	2,468	0,158	
№62															
Уфа 2021	Рыба тушеная с овощами	50/50	8,900	4,400	4,700	94	0,010	1,300	0,000	0,000	8,090	0,000	9,689	1,300	
№80	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,100	4,680	28,500	187	0,067	0,000	0,100	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869	
Дели 2015	№203	Какао с молоком	200	3,780	0,670	26,000	125	0,020	1,330	0,000	0,012	133,330	111,110	25,560	2,000
№ 382	Хлеб ржан- пшен,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	

<b>Итого:</b>											<b>21,576</b>	<b>12,322</b>	<b>87,410</b>	<b>571</b>	<b>0,173</b>	<b>16,060</b>	<b>0,100</b>	<b>1,500</b>	<b>189,939</b>	<b>211,189</b>	<b>53,396</b>	<b>5,029</b>
<b>5-11 классы</b>																						
Уфа 2021 №80	Рыба тушеная с овощами	60/60	10,700	5,200	5,600	113	0,020	1,550	0,000	0,000	9,710	0,000	11,610	0,340								
Дели 2015 №203	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,120	5,360	34,200	224	0,080	0,000	0,110	0,979	19,740	68,410	10,170	1,042								
Дели 2015 №382	Какао с молоком	200	3,780	0,670	26,000	125	0,020	1,330	0,000	0,012	133,330	111,110	25,565	2,000								
	Хлеб ржан- пшен, 1с	40	2,000	0,400	18,000	88	0,028	0,000	0,000	0,216	5,520	25,440	6,000	0,744								
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330								
	<b>Итого:</b>		<b>24,880</b>	<b>11,870</b>	<b>98,560</b>	<b>621</b>	<b>0,181</b>	<b>2,880</b>	<b>0,110</b>	<b>1,537</b>	<b>174,300</b>	<b>224,460</b>	<b>57,545</b>	<b>4,456</b>								
<b>ФГОС:</b>																						
Уфа 2021 № 194	Каша ячневая молочная с маслом	250/10	8,70	10,00	44,70	313,00	0,16	0,61	0,00	0,00	179,71	0,00	41,24	1,09								
	Хлеб ржан- пшен, 1с	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,78	3,00	0,37								
№686,2004	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100								
	Хлеб белый, 1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330								
	<b>Итого:</b>		<b>12,510</b>	<b>10,440</b>	<b>77,930</b>	<b>468</b>	<b>0,207</b>	<b>0,880</b>	<b>0,000</b>	<b>0,438</b>	<b>202,070</b>	<b>54,412</b>	<b>60,170</b>	<b>1,892</b>								
<b>5 день 2 недели</b>																						
<b>1-4 классы</b>																						
Уфа 2021 № 210	Каша молочная "Дружба"	180/5	5,700	7,800	30,100	216	0,140	0,480	0,000	0,000	114,700	0,000	33,380	0,720								
Уфа 2021 №1,4	Сыр (порциями)	30	7,900	8,000	0,000	105	0,210	0,010	0,000	0,00	300,000	0,000	16,500	0,210								
Дели 2015 №378	Чай с молоком	150/50 /15	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400	0,110								

	Хлеб ржан . пшен.,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<b>Итого:</b>		<b>18,400</b>	<b>17,590</b>	<b>69,760</b>	<b>517</b>	<b>0,437</b>	<b>1,820</b>	<b>0,160</b>	<b>0,438</b>	<b>560,060</b>	<b>125,020</b>	<b>62,480</b>	<b>1,742</b>

**5-11классы**

Уфа 2021 №210	Каша молочная "Дружба"	180/5	5,700	7,800	30,100	216	0,140	0,480	0,000	0,000	114,700	0,000	33,380	0,720
Уфа 2021 №1.4	Сыр ( порциями)	30	7,900	8,000	0,000	105	0,210	0,010	0,000	0,000	300,000	0,000	16,500	0,210
	Хлеб белый 1 с	60	4,560	0,480	29,520	142	0,066	0,000	0,000	0,660	12,000	39,000	8,400	0,660
Дели,2011-544с, №349	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб ржано - пшеничн	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>19,690</b>	<b>16,480</b>	<b>78,090</b>	<b>547</b>	<b>0,430</b>	<b>0,760</b>	<b>0,000</b>	<b>0,768</b>	<b>443,060</b>	<b>73,850</b>	<b>73,010</b>	<b>2,062</b>

**ФГОС:**

Уфа 2021 № 61	Суп картофеля, бобовыми и гречками	300/25	9,000	5,400	38,900	253	0,240	5,590	0,000	0,000	46,410	0,000	52,310	2,770
	Хлеб ржаной-пшеничный , 1 с	20	1,000											
Делми 2015 №349	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	<b>Итого:</b>		<b>12,810</b>	<b>5,640</b>	<b>63,130</b>	<b>368</b>	<b>0,287</b>	<b>5,590</b>	<b>0,000</b>	<b>0,438</b>	<b>55,170</b>	<b>32,220</b>	<b>59,510</b>	<b>3,472</b>

**6 День 2 неделя**

**1-4классы**

Дели 2015 №338	Фрукты и ягоды свежие ( яблоки)	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,100	16,000	11,000	9,000	0,030
Дели 2015 N	Салат овощной с яблоками	60	3,500	6,110	9,900	124	0,050	11,310	0,000	0,4	126,880	120,410	41,330	1,900

Уфа 2021 №7,5	Пюре из бобовых с маслом	180/9	18,600	10,000	40,400	350	0,380	0,000	0,000	0,000	0,000	132,150	0,000	88,070	5,170
Уфа2021 №132	Курры отварные	90	22,600	18,900	0,300	295	0,050	0,860	0,000	0,000	0,000	18,470	0,000	18,880	1,780
Дели 2015 №377	Чай с лимоном	200/15 /7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,067	
	Хлеб ржан-пшенич,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	<b>Итого:</b>		<b>48,464</b>	<b>35,862</b>	<b>96,895</b>	<b>993</b>	<b>0,560</b>	<b>22,970</b>	<b>0,000</b>	<b>0,552</b>	<b>305,510</b>	<b>165,170</b>	<b>165,320</b>	<b>9,649</b>	

**5-11классы**

Дели 2015 №338	Плоды и ягоды свежие ( яблоки )	100	0,4	0,4	7,35	47	0,03	8	0	0,1	16	11	9	0,03
Уфа 2021 №132	Курры отварные	100	26,1	24,6	0,3	327	0,08	1,27	0	0	22,58	0	24,33	2,14
Уфа 2021 №7,5	Пюре из бобовых с маслом	180/9	18,60	10,00	40,40	350,00	0,38	0,00	0,00	0,00	132,15	0,00	88,07	5,17
	Хлеб белый , 1 с	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржано- пшен	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	<b>Итого:</b>		<b>48,910</b>	<b>35,440</b>	<b>81,280</b>	<b>879</b>	<b>0,537</b>	<b>9,540</b>	<b>0,000</b>	<b>0,538</b>	<b>193,090</b>	<b>65,350</b>	<b>140,330</b>	<b>8,142</b>