



Содержание  
Руководителя общеобразовательного учреждения

*В. Д. Мухомов*

## Примерное циклическое двенадцатидневное меню

Для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Республики Татарстан  
в возрасте с 12 лет и старше (5-11 классы)

Разработано и утверждено  
Директор ООО «ФУДСЕРВИС»

*Э. Р. Херманова*

Э. Р. Херманова



**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 5 ПО 11 КЛАССЫ**

Общественная организация с правом обучения до 6 часов

| № рецептуры                                                                   | Наименование блюда                                                     | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийно, ккал | Витамин А, мг | Витамин В1, мг | Витамин В2, мг | Витамин С, мг | Витамин Е, мг | Са, мг | Р, мг  | Мg, мг | Fe, мг |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|-----------------|---------------|----------------|----------------|---------------|---------------|--------|--------|--------|--------|
| <b>1-ая неделя</b>                                                            |                                                                        |          |          |         |             |                 |               |                |                |               |               |        |        |        |        |
| <b>1 день</b>                                                                 |                                                                        |          |          |         |             |                 |               |                |                |               |               |        |        |        |        |
| № 200 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Котлета из мяса птицы                                                  | 90       | 10,20    | 12,83   | 13,79       | 198,00          | 0,09          | 0,94           | 46,26          | 2,52          | 47,83         | 85,09  | 18,72  | 1,26   |        |
| № 201 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным                         | 150/5    | 5,70     | 4,30    | 31,98       | 189,30          | 0,06          | 0,00           | 20,00          | 0,82          | 12,39         | 38,67  | 8,62   | 0,86   |        |
| № 216 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Чай с сахаром                                                          | 190/10   | 0,07     | 0,02    | 10,01       | 40,00           | 0,00          | 0,03           | 0,00           | 0,00          | 10,95         | 2,80   | 1,40   | 0,27   |        |
| Хлеб пшеничный                                                                |                                                                        | 20       | 1,52     | 0,16    | 9,84        | 47,00           | 0,02          | 0,00           | 0,00           | 0,22          | 4,00          | 13,00  | 2,80   | 0,22   |        |
| Хлеб ржаной                                                                   |                                                                        | 20       | 1,32     | 0,24    | 7,92        | 39,60           | 0,03          | 0,00           | 0,00           | 0,28          | 5,80          | 30,00  | 9,40   | 0,78   |        |
| Итого:                                                                        |                                                                        | 485      | 18,81    | 17,65   | 73,55       | 613,90          | 0,20          | 0,97           | 66,26          | 3,84          | 80,97         | 169,55 | 40,94  | 3,39   |        |
| <b>2 день</b>                                                                 |                                                                        |          |          |         |             |                 |               |                |                |               |               |        |        |        |        |
| № 113 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Ом-летца домашняя с мясом птицы                                        | 250/10   | 5,65     | 6,10    | 11,62       | 132,55          | 0,05          | 0,50           | 14,50          | 2,61          | 32,45         | 52,80  | 12,66  | 2,65   |        |
| № 317 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Чай с сахаром, с лимоном                                               | 195/10/5 | 0,11     | 0,02    | 10,15       | 41,32           | 0,00          | 2,03           | 0,00           | 0,01          | 13,25         | 3,98   | 2,16   | 0,33   |        |
| Хлеб пшеничный                                                                |                                                                        | 20       | 1,52     | 0,16    | 9,84        | 47,00           | 0,02          | 0,00           | 0,00           | 0,22          | 4,00          | 13,00  | 2,80   | 0,22   |        |
| Хлеб ржаной                                                                   |                                                                        | 20       | 1,32     | 0,24    | 7,92        | 39,60           | 0,03          | 0,00           | 0,00           | 0,28          | 5,80          | 30,00  | 9,40   | 0,78   |        |
| Итого:                                                                        |                                                                        | 500      | 8,60     | 6,52    | 39,53       | 260,47          | 0,11          | 2,53           | 14,50          | 3,11          | 56,50         | 99,76  | 27,04  | 3,98   |        |
| <b>3 день</b>                                                                 |                                                                        |          |          |         |             |                 |               |                |                |               |               |        |        |        |        |
| № 302 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Суп из крупы гречихи                                                   | 50/50    | 8,94     | 13,63   | 9,90        | 170,39          | 0,03          | 0,92           | 0,00           | 2,61          | 61,81         | 154,15 | 22,03  | 3,06   |        |
| № 303 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Каши гречневая рассыпчатая                                             | 180      | 4,52     | 3,75    | 47,68       | 256,80          | 0,25          | 0,00           | 0,00           | 0,48          | 28,79         | 248,82 | 168,62 | 5,65   |        |
| № 304 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Компот из сухофруктов (75с)                                            | 200      | 0,66     | 0,09    | 22,03       | 92,80           | 0,02          | 0,73           | 0,00           | 0,51          | 32,18         | 23,44  | 17,46  | 0,67   |        |
| Хлеб ржаной                                                                   |                                                                        | 20       | 1,32     | 0,24    | 7,92        | 39,60           | 0,03          | 0,00           | 0,00           | 0,28          | 5,80          | 30,00  | 9,40   | 0,78   |        |
| Итого:                                                                        |                                                                        | 480      | 16,46    | 17,91   | 87,52       | 559,59          | 0,33          | 1,65           | 0,00           | 3,88          | 128,58        | 456,41 | 217,51 | 10,16  |        |
| <b>4 день</b>                                                                 |                                                                        |          |          |         |             |                 |               |                |                |               |               |        |        |        |        |
| № 305 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Суп крестьянский с крупой (пшено) с мурными фрикадельками, со сметаной | 250/10/5 | 2,98     | 6,99    | 7,07        | 104,95          | 0,05          | 10,00          | 8,98           | 2,34          | 44,88         | 47,04  | 16,07  | 0,70   |        |
| Хлеб пшеничный                                                                |                                                                        | 20       | 0,60     | 0,10    | 30,20       | 123,60          | 0,00          | 1,10           |                |               | 15,70         | 16,30  | 3,36   | 0,37   |        |
| Хлеб ржаной                                                                   |                                                                        | 20       | 1,52     | 0,16    | 9,84        | 47,00           | 0,02          | 0,00           | 0,00           | 0,22          | 4,00          | 13,00  | 2,80   | 0,22   |        |
| Итого:                                                                        |                                                                        | 605      | 6,42     | 7,49    | 55,03       | 316,15          | 0,11          | 11,10          | 8,98           | 2,84          | 70,38         | 106,34 | 31,63  | 2,07   |        |
| <b>5 день</b>                                                                 |                                                                        |          |          |         |             |                 |               |                |                |               |               |        |        |        |        |
| № 213 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Тфтели мясные в сметанно-томатном соусе                                | 60/40    | 7,28     | 11,94   | 8,36        | 123,99          | 0,05          | 0,28           | 29,62          | 0,42          | 20,73         | 80,20  | 15,52  | 0,64   |        |
| № 203 Сбор рпц. На прощание для общ. во всех образовательных учреждениях 2017 | Макаронные изделия отварные                                            | 180      | 5,40     | 3,53    | 30,01       | 174,60          | 0,09          | 0,86           | 13,32          | 0,07          | 117,86        | 136,35 | 33,50  | 0,71   |        |

|                                                                                                                                 |                          |          |       |       |       |        |      |      |       |      |        |        |       |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| № 377 Сбор рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017                                                                | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | 0,11  | 0,02  | 10,15 | 41,32  | 0,00 | 2,03 | 0,00  | 0,01 | 13,25  | 3,96   | 2,16  | 0,33 |
| Хлеб сорта и категории российские<br>предготовленный в соответствии с<br>технологическим регламентом, стр. 134, 2012<br>Днев. + | Хлеб пшеничный           | 20       | 1,52  | 0,16  | 9,94  | 47,00  | 0,02 | 0,00 | 0,00  | 0,22 | 4,00   | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| Хлеб сорта и категории российские<br>предготовленный в соответствии с<br>технологическим регламентом, стр. 144, 2012<br>Днев. + | Хлеб ржаной              | 20       | 1,32  | 0,24  | 7,92  | 39,60  | 0,03 | 0,00 | 0,00  | 0,28 | 5,80   | 30,00  | 9,40  | 0,78 |
|                                                                                                                                 | Итого:                   | 520      | 15,64 | 16,89 | 66,28 | 426,51 | 0,19 | 3,17 | 42,94 | 1,00 | 161,66 | 265,51 | 63,38 | 2,68 |

|                                                                     |         |                                                             |          |        |         |       |        |        |       |        |         |        |       |       |      |
|---------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------|----------|--------|---------|-------|--------|--------|-------|--------|---------|--------|-------|-------|------|
| № 22.105 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | 6. День | Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной | 250/10/5 | 3,93   | 8,84    | 11,19 | 131,46 | 0,06   | 10,75 | 7,00   | 2,46    | 56,28  | 78,42 | 29,80 | 1,39 |
| № 346 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017    |         |                                                             |          |        |         |       |        |        |       |        |         |        |       |       |      |
| Конфит из яблок и урюка                                             |         |                                                             |          |        |         |       |        |        |       |        |         |        |       |       |      |
| Хлеб ржаной                                                         | 20      | 1,32                                                        | 0,24     | 7,92   | 39,80   | 0,03  | 0,00   | 0,00   | 0,28  | 5,80   | 30,00   | 9,40   | 0,78  |       |      |
| Итого:                                                              | 486     | 5,80                                                        | 7,16     | 38,00  | 249,36  | 0,11  | 10,75  | 7,00   | 2,84  | 32,40  | 127,78  | 47,32  | 2,62  |       |      |
| Итого за 6 дней 1 недели:                                           | 2976    | 71,70                                                       | 72,80    | 369,90 | 2324,98 | 1,06  | 30,15  | 139,68 | 17,50 | 579,48 | 1226,34 | 427,81 | 24,90 |       |      |

| № рецептуры                                                      | Наименование блюда    | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углевод. М. г | Калорийно сть, ккал | Вит. В1, мг | Вит. С, мг | Вит. А, мкг | Вит. Е, мг | Са, мг | Р, мг  | Мg, мг | Fe, мг |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------|----------|---------|---------------|---------------------|-------------|------------|-------------|------------|--------|--------|--------|--------|
| 2-ая неделя                                                      |                       |          |          |         |               |                     |             |            |             |            |        |        |        |        |
| 1 день                                                           |                       | 90       | 10,20    | 12,93   | 13,79         | 198,00              | 0,09        | 0,94       | 46,26       | 2,52       | 47,83  | 85,09  | 18,72  | 1,26   |
| № 378 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Компота из мяса птицы | 200      | 5,58     | 6,68    | 31,92         | 210,00              | 0,15        | 0,00       | 0,00        | 0,22       | 14,62  | 113,96 | 39,86  | 1,31   |
| № 379 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Каша пшеница молочная | 190/10   | 0,07     | 0,02    | 10,01         | 40,00               | 0,00        | 0,03       | 0,00        | 0,00       | 10,95  | 2,90   | 1,40   | 0,27   |
| № 380 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Чай с сахаром         | 20       | 1,52     | 0,16    | 9,84          | 47,00               | 0,02        | 0,00       | 0,00        | 0,22       | 4,00   | 13,00  | 2,80   | 0,22   |
| № 381 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Хлеб пшеничный        | 20       | 1,32     | 0,24    | 7,92          | 39,80               | 0,03        | 0,00       | 0,00        | 0,28       | 5,90   | 30,00  | 9,40   | 0,78   |
| Итого:                                                           | 530                   | 18,69    | 20,02    | 73,48   | 534,80        | 0,30                | 0,97        | 46,26      | 3,24        | 83,20      | 244,85 | 72,18  | 3,84   |        |

|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------|----------|------|------|-------|--------|------|-------|------|------|-------|--------|-------|------|
|                                                                                  | 2 день | Щи из свежей капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной | 250/10/5 | 3,89 | 6,87 | 8,16  | 117,46 | 0,07 | 15,85 | 7,00 | 2,43 | 55,80 | 72,92  | 25,60 | 0,98 |
| № 386 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017                 |        | Компот из свежих яблок (75С)                                            | 200      | 0,16 | 0,16 | 17,90 | 74,80  | 0,01 | 0,90  | 0,00 | 0,08 | 13,88 | 4,40   | 5,14  | 0,92 |
| № 387 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017                 |        | Хлеб ржаной                                                             | 20       | 1,32 | 0,24 | 7,92  | 39,80  | 0,03 | 0,00  | 0,00 | 0,28 | 5,80  | 30,00  | 9,40  | 0,78 |
| Указ состав и заправочность, российских продуктов питания, табл 8, стр 144, 2012 |        | Итого:                                                                  | 485      | 5,37 | 7,27 | 33,98 | 231,66 | 0,11 | 16,75 | 7,00 | 2,79 | 75,48 | 107,22 | 40,34 | 2,69 |
| Днев. 4                                                                          |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |
|                                                                                  |        |                                                                         |          |      |      |       |        |      |       |      |      |       |        |       |      |

|                                                                  |                                  |       |      |      |       |        |      |       |       |      |       |        |       |      |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------|------|------|-------|--------|------|-------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| № 328 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Рыба, тушеная в томате с овощами | 50/50 | 9,05 | 6,09 | 3,80  | 105,00 | 0,05 | 3,73  | 5,82  | 2,52 | 39,07 | 182,19 | 48,53 | 0,85 |
| № 329 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Пюре картофельное                | 180   | 3,71 | 8,38 | 24,58 | 188,46 | 0,17 | 21,79 | 14,40 | 0,25 | 45,23 | 104,99 | 33,30 | 1,22 |
| № 330 Сбор-рпц. На пробы для общ. Во все образ. учев. Днев. 2017 | Кисель                           | 200   | 0,60 | 0,10 | 30,20 | 123,60 | 0,00 | 1,10  |       |      | 15,70 | 16,30  | 3,36  | 0,37 |

|                |     |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |
|----------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| Хлеб пшеничный | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 47,00  | 0,02 | 0,00  | 0,00  | 0,22 | 4,00   | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| Хлеб ржаной    | 20  | 1,32  | 0,24  | 7,92  | 39,60  | 0,03 | 0,00  | 0,00  | 0,28 | 5,80   | 30,00  | 9,40  | 0,78 |
| Итого:         | 620 | 16,20 | 14,97 | 76,34 | 503,66 | 0,28 | 26,62 | 20,22 | 3,27 | 109,80 | 326,48 | 97,39 | 3,44 |

|                                                              |                                                      |        |       |      |       |        |      |      |      |      |       |        |       |      |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------|-------|------|-------|--------|------|------|------|------|-------|--------|-------|------|
| 4 день                                                       | Суп из картофеля с горохом, с куриными фрикадельками | 250/10 | 6,85  | 6,59 | 17,33 | 169,85 | 0,23 | 5,93 | 3,98 | 2,45 | 47,28 | 98,51  | 37,02 | 2,16 |
| № 103 Сбор рпш. На пропе для обж. Во все обж. упр.-день 2012 |                                                      | 200    | 0,75  | 0,06 | 17,93 | 76,40  | 0,02 | 0,60 | 0,00 | 0,83 | 33,22 | 22,89  | 18,16 | 0,48 |
| № 348 Сбор рпш. На пропе для обж. Во все обж. упр.-день 2012 | Хлеб из уроча                                        | 20     | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 47,00  | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,22 | 4,00  | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| Хлеб пшеничный                                               |                                                      | 20     | 1,32  | 0,24 | 7,92  | 39,60  | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | 5,80  | 30,00  | 9,40  | 0,78 |
| Хлеб ржаной                                                  |                                                      | 20     | 1,32  | 0,24 | 7,92  | 39,60  | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | 5,80  | 30,00  | 9,40  | 0,78 |
| Итого:                                                       |                                                      | 600    | 10,44 | 7,05 | 53,02 | 331,85 | 0,30 | 6,53 | 3,98 | 3,77 | 90,30 | 164,31 | 67,38 | 3,64 |

|                                                                  |                                                   |         |        |        |        |         |      |        |        |       |         |         |        |       |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|---------|------|--------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| 5 день                                                           | Овощи тушеные с мясом                             | 50/150  | 12,48  | 15,89  | 19,34  | 271,50  | 0,12 | 18,77  | 39,00  | 4,67  | 59,15   | 148,63  | 39,69  | 2,23  |
| № 143,241 Сбор рпш. На пропе для обж. Во все обж. упр.-день 2012 |                                                   | 185/0/5 | 0,11   | 0,02   | 10,15  | 41,32   | 0,00 | 2,03   | 0,00   | 0,01  | 13,25   | 3,96    | 2,16   | 0,33  |
| № 377 Сбор рпш. На пропе для обж. Во все обж. упр.-день 2012     | Хлеб с сахаром, с лимонном                        | 20      | 1,32   | 0,24   | 7,92   | 39,60   | 0,03 | 0,00   | 0,00   | 0,28  | 5,80    | 30,00   | 9,40   | 0,78  |
| Хлеб ржаной                                                      |                                                   | 20      | 1,32   | 0,24   | 7,92   | 39,60   | 0,03 | 0,00   | 0,00   | 0,28  | 5,80    | 30,00   | 9,40   | 0,78  |
| Итого:                                                           |                                                   | 420     | 13,91  | 16,94  | 37,41  | 352,42  | 0,15 | 20,80  | 39,00  | 4,96  | 78,20   | 182,59  | 51,25  | 3,34  |
| 6 день                                                           | Суп картофельный на курином бульоне с мясом птицы | 250/10  | 4,68   | 4,88   | 16,90  | 140,20  | 0,06 | 0,84   | 15,88  | 1,61  | 32,53   | 62,65   | 17,66  | 0,60  |
| № 147 Сбор рпш. На пропе для обж. Во все обж. упр.-день 2012     |                                                   | 200     | 0,16   | 0,16   | 17,90  | 74,60   | 0,01 | 0,90   | 0,00   | 0,08  | 13,88   | 4,40    | 5,14   | 0,92  |
| № 342 Сбор рпш. На пропе для обж. Во все обж. упр.-день 2012     | Хлеб ржаной                                       | 30      | 1,98   | 0,36   | 11,88  | 59,40   | 0,05 | 0,00   | 0,00   | 0,42  | 8,70    | 45,00   | 14,10  | 1,17  |
| Хлеб пшеничный                                                   |                                                   | 490     | 6,82   | 5,20   | 46,68  | 274,20  | 0,12 | 1,74   | 15,88  | 2,11  | 55,11   | 112,06  | 36,89  | 2,69  |
| Хлеб ржаной                                                      |                                                   | 2945    | 71,43  | 70,45  | 320,51 | 2228,39 | 1,26 | 73,40  | 132,34 | 20,13 | 492,08  | 1137,50 | 366,43 | 19,63 |
| Итого за 6 дней 2 недели:                                        |                                                   | 6920    | 143,13 | 143,05 | 680,80 | 4553,37 | 2,32 | 103,55 | 272,02 | 37,64 | 1071,56 | 2362,84 | 793,24 | 44,63 |
| ВСЕГО за 12 дней:                                                |                                                   | 493     | 11,93  | 11,92  | 66,73  | 379,45  | 0,19 | 8,63   | 22,67  | 3,14  | 89,30   | 196,90  | 66,10  | 3,71  |

В среднем на 1 участника в день: