

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОУ «СКОШ»



В.В. Яхно
« 28 » 2024г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Торгово-производственное
управление»

Л.К.Ошева

« 28 » 2024г.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ на 2025 год
для учащихся специальной коррекционной школы
с содержанием пищевых веществ и энергии
согласно нормам СанПиН 2.3/2.4.3590-20**

при 2-х разовом питании:
возраст 7-11 лет, 1-4 классы
обед - 822 ккал
полдник - 235 ккал

возраст 12-21 лет, 5-12 классы
обед - 952 ккал
полдник - 272 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Ккал	МБ	БК	Х	Са	Мg	Fe	Ас	В1	В2	Р	С
1-ый день														
Обед 7-11 лет														
67	Суп картоф. с макаронными изделиями с птицей	250/25	158	7,7	4,4	21,2								
127/3(а)	Плов из птицы	200	358	16,2	15,80	36,2								
198	Компот из смеси сухофруктов	200	124	0,6	0,0	31,4	106,00	8,40	0,70	0,00	0,030	0,020	25,80	0,00
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00
Итого:			783	29,1	20,9	115,6	123,30	26,10	1,74	0,00	0,09	0,06	85,10	0,00
Обед 12-18 лет														
67	Суп картоф. с макаронными изделиями с птицей	250/25	158	7,7	4,4	21,2								
127/3(а)	Плов из птицы	200	358	16,2	15,80	36,2								
198	Компот из смеси сухофруктов	200	124	0,6	0,0	31,4	106,00	8,40	0,70	0,0	0,030	0,020	25,80	0,00
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00
Итого:			783	29	21	116	123	26	2	0	0	0	85	0
Полдник 7-11 лет														
212	Чай с сахаром	200/10	58	0,20	0,0	15,00	5,30	4,40	0,80	0	0	0	8,30	0,10
231	Булочка домашняя	100	394	7,50	13,2	60,90	17,70	31,10	1,52	0,007	0,12	0,06	81,90	0,00
Итого:			452	8	13	76	23	36	2	0	0	0	90	0
Полдник 12-18 лет														
212	Чай с сахаром	200/10	58	0,20	0,0	15,00	5,30	4,40	0,80	0	0	0	8,30	0,10
231	Булочка домашняя	100	394	7,50	13,2	60,90	17,70	31,10	1,52	0,007	0,12	0,06	81,90	0,00
Итого:			452	8	13	76	23	36	2	0	0	0	90	0
2-ой день														
Обед 7-11 лет														
49	Борщ из свежей капусты и картофелем с птицей	250/25/10	152	6,8	9,0	10,8								
154/5	Котлета,рубленая из птицы с соусом сметанным с	60/50	199,2	10,32	14,22	6,79								
165	Макаронные изделия отварные	150	221	5,25	6,15	35,25	10,35	8,25	0,60	0,03	0,09	0,04	45,45	0,00
220	Напиток из плодов шиповника	200	191	1,6	0,66	44,8								235,80
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00
Итого:			906	28,6	30,7	124,34	27,65	25,95	1,64	0,03	0,12	0,049	65,75	235,80
Обед 12-18 лет														
49	Борщ из свежей капусты и картофелем с птицей	250/25/10	152	6,8	9,0	10,8								
154/6	Котлета рубленая из птицы с соусом сметанно-	60/50	266	13,76	19,0	9,05								
165/1	Макаронные изделия отварные	180	265,2	6,30	6,18	42,30				21,90				21,90
220	Напиток из плодов шиповника	200	191	1,6	0,66	44,8				235,80				235,80
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,00	0,030	0,030	39,00	0,00
Итого:			1017	33	35	134	17	18	1	0,058	0,1	0,0	59	258

7-11 лет	Полдник 7-11 лет														
217	Кофейный напиток ("Ячень,рожь")	200	152	2,5	3,6	28,7	68,90	7,00	1,30	0,010	0,02	0,15	66,00	0,50	
5/1	Бутерброд с сыром	15/20	119,8	6,24	4,79	0,0									
	Итого:		272	9	8	29	69	0,7	64	0,0	0,0	0,2	66	1	
	Полдник 12-18 лет														
217	Кофейный напиток ("Ячень,рожь")	200	152	2,5	3,6	28,7	68,90	7,00	1,30	0,010	0,02	0,15	66,00	0,50	
5/1	Бутерброд с сыром	15/20	119,8	6,24	4,79	0,0									
	Итого:		272	9	8	29	69	7	1	0	0	0	66	1	
	3-ий день														
	Обед 7-11 лет														
66	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	205	11,0	7,5	22,5									
140/1(а)	Тефтели (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	60/50	158,4	8,07	9,97	8,50									
155	Каша гречневая рассыпчатая	150	279	8,70	7,8	42,6	49,50	67,80	1,61	0,03	0,36	0,14	58,95	0,00	
201	Компот из кураги	200	126	1,2		31,6									
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
	Итого:		911,4	33,57	25,96	132	66,8	85,5	2,65	0,03	0,42	0,179	118,25	0	
	Обед 12-18 лет														
66	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	205	11,0	7,5	22,5									
140/6	Тефтели (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	80/50	211,2	10,76	13,29	11,33									
155/1	Каша гречневая рассыпчатая	180	334,8	10,44	9,4	51,1									
201	Компот из кураги	200	126	1,2		31,6									
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
	Итого:		1020	38	30,84	143,35	17,3	17,7	1,04	0	0,06	0,039	59,3	0	
	Полдник 7-11 лет														
213	Чай с лимоном	200/10/7	60	0,3	0,0	15,2	8,20	5,30	0,90	0,000	0,04	0,01	9,90	3,00	
250	Пряник кондитерский	50	167,9	2,40	1,40	38,9									
	Итого:		227,9	2,7	1,4	54,1	8,2	5,3	0,9	0	0,04	0,01	9,9	3	
	Полдник 12-18 лет														
213	Чай с лимоном	200/10/7	60	0,3	0,0	15,2	8,20	5,30	0,90	0,000	0,04	0,01	9,90	3,00	
250	Пряник кондитерский	50	167,9	2,40	1,40	38,9									
	Итого:		227,9	2,7	1,4	54,1	8,2	5,3	0,9	0	0,04	0,01	9,9	3	
	4-ый день														
	Обед 7-11 лет														
55	Щи из свежей капусты с картофелем с птицей	250/25/10	147	7,1	8,2	10,5									
112/4	Котлета "Дружба" с маслом сливочным	60/5	124	12,38	7,53	1,52									
170	Картофельное пюре	150	164,0	3,15	6,75	21,9									
198	Компот из смеси сухофруктов	200	124	0,6	0,0	31,4	106,00	8,40	0,70	0,0	0,030	0,020	25,80	0,00	
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
	Итого:		702	27,8	23,2	92,1	123,30	26,10	1,74	0,00	0,09	0,06	85,10	0,00	
	Обед 12-18 лет														

55	Щи из свежей капусты с картофелем сливочным	250/25/10	147	7,1	8,2	10,5											
112/1	Котлета "Дружба" с маслом сливочным	11,2	180/5	236	16,5	11,2	10,6										
170/1	Картофельное пюре	197/0	3,78	8,10	26,80	197,0	3,78	8,10	26,3								
198	Компот из смеси сухофруктов		200	0,024	0,0	31,40	106,00	0,840	0,70	0,000	0,030	0,020	25,80	0,00			
248	Хлеб пшеничный	0,3	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,000	0,03	0,0090	20,30	0,00		
249	Хлеб ржаной		32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00		
	Итого:		847	32,6	28,2	105,6	123,30	26,10	1,74	0,00	0,09	0,06	85,10	0,00			
	Полдник 7-11 лет																
203	Кисель плодово-ягодный		200	124	0,6	0,0	31,4	9,80	0,00	0,03	0,20	0,02	0,03	18,50	0,70		
231/2	Булочка домашняя		50	197	3,75	6,6	30,45	8,85	15,55	0,76	0,004	0,06	0,03	40,95	0,00		
252	Яблоки свежие		100	44	0,4	0,4	9,8										
	Итого:		365	4,8	7,0	71,7	18,65	15,55	0,79	0,2035	0,08	0,06	59,45	0,70			
	Полдник 12-18 лет																
203	Кисель плодово-ягодный		200	124	0,6	0,0	31,4	9,80	0,00	0,03	0,20	0,02	0,03	18,50	0,70		
231/2	Булочка домашняя		50	197	3,75	6,6	30,45	8,85	15,55	0,76	0,004	0,06	0,03	40,95	0,00		
252	Яблоки свежие		100	44	0,4	0,4	9,8										
	Итого:		365	4,8	7,0	71,7	18,65	15,55	0,79	0,2035	0,08	0,06	59,45	0,70			
	5-ый день																
	Обед 7-11 лет																
62/1	Суп из овощей		250/10	120	2,5	6,4	12,7										
131/4	Биточек нежный с маслом сливочным		60/5	176,4	9,57	10,82	9,64										
165	Макаронные изделия отварные		150	221	5,25	6,15	35,25	10,35	8,25	0,60	0,03	0,09	0,04	45,45	0,00		
222	Напиток фруктово-ягодный		200	75	0,3	0,07	18,9							40,00			
248	Хлеб пшеничный		31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00		
249	Хлеб ржаной		32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00		
	Итого:		735,4	22,2	24,1	103,3	27,65	25,95	1,64	0,03	0,15	0,08	104,75	40,00			
	Обед 12-18 лет																
62/1	Суп из овощей		250/10	120	2,5	6,4	12,7										
131/5	Биточек "Нежный"		80/5	235,2	12,8	14,43	12,85										
165/1	Макаронные изделия отварные		180	265,2	6,30	6,18	42,30							21,90			
222	Напиток фруктово-ягодный		200	75	0,3	0,07	18,9							40,00			
248	Хлеб пшеничный		31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00		
249	Хлеб ржаной		32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00		
	Итого:		838,4	26,5	27,8	113,6	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	61,90			
	Полдник 7-11 лет																
212	Чай с сахаром		200/10	58	0,20	0,0	15,00	5,30	4,40	0,80	0	0	0	8,30	0,10		
255	Мандарины свежие		100	53	0,8	0,31	11,5										
232/2	Булочка "Дорожная"		50	194	3,55	7,40	28,1	8,30	15,00	0,75	0,00	0,06	0,025	39,10	0,00		
	Итого:		305	4,55	7,71	54,55	13,6	19,4	1,55	0	0,06	0,025	47,4	0,1			
	Полдник 12-18 лет																
212	Чай с сахаром		200/10	58	0,20	0,0	15,00	5,30	4,40	0,80	0	0	0	8,30	0,10		
255	Мандарины свежие		100	53	0,8	0,31	11,5										
232/2	Булочка "Дорожная"		50	194	3,55	7,40	28,1	8,30	15,00	0,75	0,00	0,06	0,025	39,10	0,00		
	Итого:		305	4,55	7,71	54,55	13,6	19,4	1,55	0	0,06	0,025	47,4	0,1			

№	№	№	6-ой день																	
лет	лет	лет	Обед 7-11 лет																	
70	Суп-лапша домашняя с птицей	7	6,8	8,1	250/25	147	6,8	8,1	14,0											
156/1	Гречка по-купечески из птицы		3	5,6	17200	330	20,8	5,6	17,20											
198	Компот из смеси сухофруктов				3200	124	0,6	0,0	31,4	106,00	8,40	20,70	0,00	0,030	0,020	25,80	0,000			
248	Хлеб пшеничный				31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной				32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
	Итого:					744	32,8	14,4	89,4	123,30	26,10	1,74	0,00	0,09	0,06	85,10	0,00			
	Обед 12-18 лет																			
70	Суп-лапша домашняя с птицей				250/25	147	6,8	8,1	14,0											
156/1	Гречка по-купечески из птицы				200	330	20,8	5,6	17,20											
198	Компот из смеси сухофруктов				200	124	0,6	0,0	31,4	106,00	8,40	0,70	0,0	0,030	0,020	25,80	0,00			
248	Хлеб пшеничный				31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной				32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
	Итого:					744	32,8	14,4	89,4	123,30	26,10	1,74	0,00	0,09	0,06	85,10	0,00			
	Полдник 7-11 лет																			
213	Чай с лимоном				200/10/7	60	0,3	0,0	15,2	8,20	5,30	0,90	0,000	0,04	0,01	9,90	3,00			
236/2	Булочка с маком				50	137,5	4,05	1,55	26,3	9,40	17,15	0,80	0,00	0,065	0,03	45,00	0,00			
	Итого:					197,5	4,35	1,55	41,5	17,6	22,45	1,7	0	0,105	0,04	54,9	3			
	Полдник 12-18 лет																			
213	Чай с лимоном				200/10/7	60	0,3	0,0	15,2	8,20	5,30	0,90	0,000	0,04	0,01	9,90	3,00			
236/2	Булочка с маком				50	137,5	4,05	1,55	26,3	9,40	17,15	0,80	0,00	0,065	0,03	45,00	0,00			
	Итого:					198	4	2	42	18	22	2	0	0	0	55	3			
	7-ой день																			
	Обед 7-11 лет																			
49/1	Борщ из свежей капусты и картофелем				250/10	127	10,1	8,7	13,4	52,80	41,80	2,38	0,226	0,095	0,156	147,20	13,25			
127/3(a)	Плов из птицы				200	358	16,2	15,80	36,2											
201	Компот из кураги				200	126	1,2		31,6											
248	Хлеб пшеничный				31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной				32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
	Итого:					754	32,1	25,2	108,0	70,10	59,50	3,42	0,23	0,16	0,20	206,50	13,25			
	Обед 12-18 лет																			
49/1	Борщ из свежей капусты и картофелем				250/10	127	10,1	8,7	13,4	52,80	41,80	2,38	0,226	0,095	0,156	147,20	13,25			
127/3(a)	Плов из птицы				200	358	16,2	15,80	36,2											
201	Компот из кураги				200	126	1,2		31,6											
248	Хлеб пшеничный				31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной				32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,00	0,030	0,030	39,00	0,00			
	Итого:					754	32,1	25,2	108,0	70,10	59,50	3,42	0,23	0,16	0,20	206,50	13,25			
	Полдник 7-11 лет																			
226	Сок плодово-ягодный				2200	96	0,0	0,00	24,0											
229	Булочка ванильная				38100	343	7,90	8,50	58,10	19,80	33,30	1,62	0,02	0,12	0,08	89,30	0,00			
	Итого:					439	8	9	82	20	33	2	0,0	0,1	0	89	0			
	Полдник 12-18 лет																			
226	Сок плодово-ягодный				2200	96	0,0	0,00	24,0											
229	Булочка ванильная				38100	343	7,90	8,50	58,10	19,80	33,30	1,62	0,02	0,12	0,08	89,30	0,00			

№	Итого:	№	Итого:	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№
8-ой день																	
Обед 7-11 лет																	
59/1	Рассольник ленинградский с птицей	250/25/10	194	8,1	8,4	20,6											
155/1	Сосиски отварные с маслом сливочным	50/5	196,5	5,53	15,82	0,84											
170	Картофельное пюре	150	164,0	3,15	6,75	21,9											
222	Напиток фруктово-ягодный	200	75	0,3	0,07	18,9											40,00
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
Итого:			772,5	21,7	31,7	89,0	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	40,00			
Обед 12-18 лет																	
59/1	Рассольник ленинградский с птицей	250/25/10	194	8,1	8,4	20,6											
155	Сосиски отварные с маслом сливочным	100/5	361	12,2	33,1	2,5	11,70	2,80	0,11	0,02	0,011	0,017	12,10	0,04			
170/1	Картофельное пюре	180	197,0	3,78	8,10	26,3											
222	Напиток фруктово-ягодный	200	75	0,3	0,07	18,9											40,00
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
Итого:			970	29,0	50,4	95,1	29,00	20,50	1,15	0,02	0,07	0,06	71,40	40,04			
Полдник 7-11 лет																	
203	Кисель плодово-ягодный	200	124	0,6	0,0	31,4	9,80	0,00	0,03	0,20	0,02	0,03	18,50	0,70			
250	Пряник кондитерский	50	167,9	2,40	1,40	38,9											
Итого:			291,9	3	1	70	10	0	0	0,2	0,0	0,0	19	1			
Полдник 12-18 лет																	
203	Кисель плодово-ягодный	200	124	0,6	0,0	31,4	9,80	0,00	0,03	0,20	0,02	0,03	18,50	0,70			
250	Пряник кондитерский	50	167,9	2,40	1,40	38,9											
Итого:			292	3	1	70	10	0	0	0,2	0,0	0,0	19	1			
9-ый день																	
Обед 7-11 лет																	
55	Щи из свежей капусты с картофелем с птицей	250/25/10	147	7,1	8,2	10,5											
154/5	Котлета, рубленая из птицы с маслом сливочным	60/5	193,2	9,53	14,79	5,00											
165	Макаронные изделия отварные	150	221	5,25	6,15	35,25	10,35	8,25	0,60	0,03	0,09	0,04	45,45	0,00			
201	Компот из кураги	200	126	1,2		31,6											
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
Итого:			830,2	27,7	29,8	109,2	27,65	25,95	1,64	0,03	0,15	0,08	104,75	0,00			
Обед 12-18 лет																	
55	Щи из свежей капусты с картофелем с птицей	250/25/10	147	7,1	8,2	10,5											
154/2	Котлета, рубленая из птицы с маслом сливочным	80/5	257,6	12,7	19,7	6,66											
165/1	Макаронные изделия отварные	180	265,2	6,30	6,18	42,30											21,90
201	Компот из кураги	200	126	1,2		31,6											
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00			
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00			
Итого:			938,8	31,9	34,8	117,9	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	21,90			
Полдник 7-11 лет																	
212	Чай с сахаром	200/10	58	0,20	0,0	15,00	5,30	4,40	0,80	0	0	0	8,30	0,10			

231/2	Булочка домашняя	300/10/7	197	3,75	0,66	30,50	8,81	197	3,75	0,66	30,45	8,85	195,55	40,76	0,0040	0,06	0,03	40,95	0,003
Итого:			45,45	1,255	0,395	45,45	14,15	1255	3,95	1,66	45,45	14,15	1019,95	41,56	0,0040	0,06	0,030	49,25	0,100
12	18 лет	Обед 7-11 лет																	
213	Чай с лимоном	200/10/7			60	0,3	0,0	16,0	8,20	5,30	0,90	0,0000	0,04	0,01	9,90	3,00			
229	Булочка ванильная				343	7,90	8,50	58,00	19,80	33,30	1,62	0,020	0,12	0,08	89,30	0,00			
	Итого:				403	8,20	8,50	73,30	28,00	38,60	2,52	0,020	0,16	0,09	99,20	3,00			
	10-ый день																		
	Обед 7-11 лет																		
66	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	205	11,0	7,5	22,5													
127/3(a)	Плов из птицы	200	358	16,2	15,80	36,2													
220	Напиток из плодов шиповника	200	191	1,6	0,66	44,8													235,80
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00					
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00					
	Итого:		897	33,4	24,7	130,3	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	235,80					
	Обед 12-18 лет																		
66	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	205	11,0	7,5	22,5													
127/3(a)	Плов из птицы	200	358	16,2	15,80	36,2													
220	Напиток из плодов шиповника	200	191	1,6	0,66	44,8													235,80
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00					
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00					
	Итого:		897	33,4	24,7	130,3	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	235,80					
	Полдник 7-11 лет																		
214	Чай с молоком	150/50/10	87	1,6	1,6	17,3	66,30	11,40	0,90	0,01	0,02	0,08	54,30	0,15					
5/1	Бутерброд с сыром	15/20	119,8	6,24	4,79	0,0													
	Итого:		207	8	6	17	66	11	1	0,0	0,0	0,1	54	0					
	Полдник 12-18 лет																		
214	Чай с молоком	150/50/10	87	1,6	1,6	17,3	66,30	11,40	0,90	0,01	0,02	0,08	54,30	0,15					
5/1	Бутерброд с сыром	15/20	119,8	6,24	4,79	0,0													
	Итого:		207	8	6	17	66	11	1	0,0	0,0	0,1	54	0					
	11-ый день																		
	Обед 7-11 лет																		
49/1	Борщ из свежей капусты и картофелем	250/10	127	10,1	8,7	13,4	52,80	41,80	2,38	0,226	0,095	0,156	147,20	13,25					
153	Птица, тушеная в сметанном соусе	100	121	5,60	8,85	4,65													
155	Каша гречневая рассыпчатая	150	279	8,70	7,8	42,6	49,50	67,80	1,61	0,03	0,36	0,14	58,95	0,00					
223	Напиток из красной смородины	200	75	0,30		18,9													40,00
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00					
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,000	0,030	0,030	39,00	0,00					
	Итого:		745	29,3	26,0	106,4	119,60	127,30	5,03	0,2625	0,52	0,34	265,45	53,25					
	Обед 12-18 лет																		
49/1	Борщ из свежей капусты и картофелем	250/10	127	10,1	8,7	13,4	52,80	41,80	2,38	0,226	0,095	0,156	147,20	13,25					
149/2	Птица, тушеная в соусе с овощами	200	341	20,4	12,90	2,85	19,40	28,90	5,40	1,48	0,06	0,03	249,00	0,45					
155/1	Каша гречневая рассыпчатая	180	334,8	10,44	9,4	51,1													
223	Напиток из красной смородины	200	75	0,30		18,9													40,00
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,000	0,03	0,0090	20,30	0,00					
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,000	0,030	0,030	39,00	0,00					

236/2	Булочка с маком	50	137,5	4,05	1,85	26,3	9,40	17,15	4,80	0,00	0,065	0,03	45,00	10,00	0,00
	Итого:	50,3	1242	24,75	11,95	50,3	17,6	22,45	51,7	0,03	0,105	0,04	54,9	248,3	40,00
17-ый день															
Обед 7-11 лет															
66	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	205	11,0	7,5	22,5									
127/3(a)	Плов из птицы	200	358	16,2	15,80	36,2									
222	Напиток фруктово-ягодный	200	75	0,3	0,07	18,9								40,00	
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
Итого:			781	32,1	24,1	104,4	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	40,00	
Обед 12-18 лет															
66	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/25	205	11,0	7,5	22,5									
127/3(a)	Плов из птицы	200	358	16,2	15,80	36,2									
222	Напиток фруктово-ягодный	200	75	0,3	0,07	18,9								40,00	
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
Итого:			781	32,1	24,1	104,4	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	40,00	
Полдник 7-11 лет															
190	Какао с молоком	200	190	4,9	5,0	32,5	182,10	17,60	0,70	0,02	0,04	0,15	196,00	1,00	
5/1	Бутерброд с сыром	15/20	119,8	6,24	4,79	0,00									
Итого:			310	11,14	9,79	32,5	182,1	17,6	0,7	0,02	0,04	0,15	196	1	
Полдник 12-18 лет															
190	Какао с молоком	200	190	4,9	5,0	32,5	182,10	17,60	0,70	0,02	0,04	0,15	196,00	1,00	
5/1	Бутерброд с сыром	15/20	119,8	6,24	4,79	0,00									
Итого:			310	11,14	9,79	32,5	182,1	17,6	0,7	0,02	0,04	0,15	196	1	
18-ый день															
Обед 7-11 лет															
62/1	Суп из овощей	250/10	120	2,5	6,4	12,7									
140/1(a)	Тефтели (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	60/50	158,4	8,07	9,97	8,50									
155	Каша гречневая рассыпчатая	150	279	8,70	7,8	42,6	49,50	67,80	1,61	0,03	0,36	0,14	58,95	0,00	
223	Напиток из красной смородины	200	75	0,30		18,9								40,00	
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
Итого:			775,4	24,2	24,9	109,5	66,80	85,50	2,65	0,03	0,42	0,18	118,25	40,00	
Обед 12-18 лет															
62/1	Суп из овощей	250/10	120	2,5	6,4	12,7									
140/6	Тефтели (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	80/50	211,2	10,76	13,29	11,33									
155/1	Каша гречневая рассыпчатая	180	334,8	10,44	9,4	51,1									
223	Напиток из красной смородины	200	75	0,30		18,9								40,00	
248	Хлеб пшеничный	31,3	76	2,4	0,3	15,4	6,30	4,40	0,34	0,00	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной	32,5	67	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
Итого:			788,4	28,6	29,7	120,9	17,30	17,70	1,04	0,00	0,06	0,04	59,30	40,00	

155	Сосиски отварные	100	Маслом сливочным	2	33,1	390,5	0,7361	2182,2	53,1	0,8	10,70	12,80	10,10	0,024	0,011	0,017	12,10	0,04
65/1	Макаронные изделия отварные	6,2	6,30	6,18	42,180	265,2	6,30	6,18	42,30									
198	Компот из смеси сухофруктов	24			3200	106,024	0,6	0,0	31,4	106,00	8,40	0,70	0,000	0,030	0,020	25,80	0,00	
248	Хлеб пшеничный	3,3	6,18076		13,13	6,18076	2,4	0,3	11,4	6,180	4,40	0,34	0,000	0,03	0,0090	20,30	0,00	
249	Хлеб ржаной				32,5	367	2,2	0,4	11,4	11,00	13,30	0,70	0,0	0,030	0,030	39,00	0,00	
Итого:						1087,2	31,8	48,4	123,6	135,00	28,90	1,85	0,02	0,10	0,08	97,20	0,04	
Полдник 7-11 лет																		
213/1	Чай с апельсином				200/10/7	60,98	0,3	0,014	15,1									
250	Пряник кондитерский				50	167,9	2,40	1,40	38,9									
Итого:						229	2,69	1,414	54,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник 12-18 лет																		
213/1	Чай с апельсином				200/10/7	60,98	0,3	0,014	15,1									
250	Пряник кондитерский				50	167,9	2,40	1,40	38,9									
Итого:						229	2,69	1,414	54,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

1-ый день	1-4	1235	37	34	192	146	62	4	0	0	0	175	0
	5-11	1235	37	34	192	146	62	4	0	0	0	175	0
2-ой день	1-4	1178	37	39	153	97	33	3	0	0	0	132	236
	5-11	1289	42	44	162	86	25	2	0	0	0	125	258
3-ий день	1-4	1139,3	36,27	27,36	186,1	75	90,8	3,55	0,03	0,46	0,189	128,15	3
	5-11	1247,9	40,7	32,24	197,45	25,5	23	1,94	0	0,1	0,049	69,2	3
4-ый день	1-4	1067	33	30	164	142	42	3	0	0	0	145	1
	5-11	1212	37	35	177	142	42	3	0	0	0	145	1
5-ый день	1-4	1040,4	26,77	31,84	157,84	41,25	45,35	3,19	0,03	0,21	0,104	152,15	40,1
	5-11	1143,4	31,01	35,48	168,1	30,9	37,1	2,59	0	0,12	0,064	106,7	62
6-ой день	1-4	941,5	37,15	15,94	130,9	140,9	48,55	3,44	0	0,195	0,099	140	3
	5-11	941,5	37,15	15,94	130,9	140,9	48,55	3,44	0	0,195	0,099	140	3
7-ой день	1-4	1193	40	34	190	90	93	5	0	0	0	296	13
	5-11	1193	40	34	190	90	93	5	0	0	0	296	13
8-ой день	1-4	1064	25	33	159	27	18	1	0	0	0	78	41
	5-11	1262	32	52	165	39	21	1	0	0	0	90	41
9-ый день	1-4	1085,2	31,63	36,43	154,6	41,8	45,9	3,2	0,0335	0,21	0,109	154	0,1
	5-11	1342	40,1	43,29	191,16	45,3	56,3	3,56	0,02	0,22	0,129	158,5	24,9
10-ый день	1-4	1104	41	31	148	84	29	2	0	0	0	114	236
	5-11	1104	41	31	148	84	29	2	0	0	0	114	236
11-ый день	1-4	997	33	33	149	133	147	7	0	1	0	305	53
	5-11	91273	50	39	113	90	88	9	2	0	0	456	54
12-ый день	1-4	1163	33	31	176	143	34	2	0	0	0	149	1
	5-11	1163	33	31	176	143	34	2	0	0	0	149	1
13-ый день	1-4	1112	36	40	154	51	42	3	0	0	0	129	3
	5-11	1164	33	52	138	62	45	3	0	0	0	141	3
14-ый день	1-4	1099	41,65	28,66	136,75	25,6	32,7	1,79	0	0,12	0,064	98,4	40
	5-11	1099	41,65	28,66	136,75	25,6	32,7	1,79	0	0,12	0,064	98,4	40
15-ый день	1-4	1060	27	32	162	37,55	42,60	2,45	0,04	0,21	0,12	149,40	0,00
	5-11	10987	33,25	24,1	124,6	46,60	63,25	3,725	1,49	0,18	0,11	352,95	10,45

