

Документ подписан электронной подписью.

Утверждаю

Директор МАОУ СОШ № 2 г. Анива

\_\_\_\_\_ Н.В. Щербуняева

«10» июля 2024 г.

**ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ  
ГОРЯЧИХ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ  
УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ МАОУ СОШ № 2 Г. АНИВА**

Документ подписан электронной подписью.

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ</b>														
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
<b>День 1</b>														
<b>Завтрак</b>														
Сыр порциями	15	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Каша молочная жидкая	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>520</b>	<b>24,1</b>	<b>21,68</b>	<b>105,46</b>	<b>716,77</b>	<b>0,426</b>	<b>2,9</b>	<b>124,4</b>	<b>1,59</b>	<b>519,6</b>	<b>551,43</b>	<b>119,9</b>	<b>4,83</b>
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	—	0,4	15,5	28	17	0,7
Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	98,4	8,74	83	0,04	8,54	—	1,92	39,78	43,68	20,9	0,98
Жаркое по-домашнему	259	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	—	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Компот из смеси сухофруктов	349	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	—	—	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>800</b>	<b>28,76</b>	<b>120,4</b>	<b>103,41</b>	<b>774,44</b>	<b>0,536</b>	<b>52,9</b>	<b>0</b>	<b>4,61</b>	<b>159,6</b>	<b>552</b>	<b>160,8</b>	<b>10,29</b>
<b>Итого за 1й день:</b>		<b>1320</b>	<b>52,86</b>	<b>142,1</b>	<b>208,87</b>	<b>1491,2</b>	<b>0,962</b>	<b>55,8</b>	<b>124,4</b>	<b>6,2</b>	<b>679,2</b>	<b>1103,4</b>	<b>280,8</b>	<b>15,12</b>

Документ подписан электронной подписью.

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ</b>														
<b>ВТОРНИК</b>														
<b>День 2</b>														
<b>Завтрак</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Котлета, рубленая из птицы	295	100	25,04	48,11	25,3	634,91	–	1,7	–	–	90,88	–	34,03	2,32
Кофейный напиток с молоком	379	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	20	–	125,78	90	14	0,134
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>700</b>	<b>41,23</b>	<b>59,21</b>	<b>133,87</b>	<b>1236,6</b>	<b>0,298</b>	<b>14,2</b>	<b>20</b>	<b>2,126</b>	<b>263</b>	<b>321,76</b>	<b>126,8</b>	<b>6,804</b>
<b>Обед</b>														
Салат из моркови	42	100	1,22	7,08	6,48	95,82	0,034	4,7	–	2,7	25,38	40,64	35,72	0,66
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,39	4,22	13,23	118,6	0,182	4,66	–	1,94	34,14	70,48	28,46	2,56
Гуляш из говядины	260	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	–	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Картофельное пюре	128	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37

Документ подписан электронной подписью.

Компот из яблок	391	200	0,16	0,16	27,88	114,6	–	0,9	–	–	14,18	–	5,14	0,95
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	27,79	52,96	115,31	1073	0,856	34,9	66,67	8,91	178,2	478,28	168,2	10,7
Итого за 2й день:		1600	69,02	112,2	249,18	2309,6	1,154	49,1	86,67	11,04	441,2	800,04	295,1	17,5

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ</b>														
<b>СРЕДА</b>														
<b>День 3</b>														
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога со сгущ молоком	223	200	26,31	19,9	50,4	486	0,108	0,849	117	0,746	352,05	387,28	47,8	1,16
Сыр порциями	15	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Чай с молоком	378	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		520	40,34	27,67	107,15	840,17	0,328	2,32	169	2,216	707,7	722,58	114,2	4,66
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп картоф.с макаронными изделиями	102	200	2,696	2,384	12,552	115,2	–	4,864	–	–	25,2	–	19,04	0,8

Документ подписан электронной подписью.

Котлеты мясные	268	100	15	22	13,02	312,73	0,08	1,5	0,2	0,25	19,7	24,8	10,41	5,36
Рагу овощное	143	200	3,37	20,93	16,4	270,48	0,16	56,74	0,72	0,32	65	95,64	45,1	1,7
Компот из кураги	348	200	0,8	0,05	27,6	114,8	—	0,6	—	—	32,32	—	17,56	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	30,02	46,61	113,28	1034,7	0,46	74,9	0,92	2,32	186,7	270,94	149,1	11,99
Итого за 3й день:		1420	70,36	74,28	220,43	1874,9	0,788	77,2	169,92	4,536	894,4	993,52	263,3	16,65

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ</b>														
<b>ЧЕТВЕРГ</b>														
День 4														
Завтрак														
Масло сливочное (порциями)	14	15	0,12	10,87	0,2	99	—	—	60	—	3,6	0,01	—	0,03
Каша молочная жидкая	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		515	18,96	27,23	105,66	747,1	0,416	2,76	142,4	1,47	323,2	431,44	108,9	4,72
Обед														
Салат из свеклы	52	100	2,82	12,02	16,52	185,6	0,034	13,3	—	5,4	70,92	81,26	41,4	2,64

Документ подписан электронной подписью.

Суп с рыбными консервами	95	200	1,98	0,46	15,58	74,8	0,1	12,24	–	0,06	25,56	33,58	13,22	0,82
Ленивые голубцы	315	200	16,56	31,46	16,68	417,94	0,12	62,58	–	0,14	85,22	42,52	21,62	2,84
Кисель из концентрата	489	200	–	–	9,98	39,9	–	–	–	–	0,3	–	–	0,04
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		800	28,61	45,04	99,61	922,74	0,424	88,1	0	6,95	211	279,86	116,2	9,29
Итого за 4й день:		1315	47,57	72,27	205,27	1669,8	0,84	90,9	142,4	8,42	534,2	711,3	225,2	14,01

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ</b>														
<b>ПЯТНИЦА</b>														
<b>День 5</b>														
<b>Завтрак</b>														
Фрикадельки мясные в соусе	280	100	15,98	20,98	20,14	338,18	0,09	0,54	33,19	4,85	64,62	160	25,75	9,64
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95

Документ подписан электронной подписью.

Всего:		600	28,17	29,27	124,9	882,28	0,294	0,57	33,19	6,576	106,5	366,56	88,93	13,57
Обед														
Салат из б/к	45	100	1,3	3,22	6,46	60,4	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	8,5	0,7
Свекольник	81	200	2,02	3,48	13,4	93,32	0,007	1,732	–	0,013	5,392	5,985	2,59	0,15
Печень говяжья по-строгановски	255	100	13,25	11,23	3,52	185	0,2	8,45	57,82	3,44	33,24	239,32	17,47	5
Гречка отварная	302	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Компот из смеси сухофруктов	349	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	35,54	31,06	146,06	1026	0,703	23,1	107,82	5,823	148,6	682,19	261,7	15,41
Итого за 5й день														
		1500	63,71	60,33	270,96	1908,3	0,997	23,7	141,01	12,4	255,1	1048,7	350,6	28,98

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ</b>														
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
День 6														
Завтрак														
Масло сливочное (порциями)	14	15	0,12	10,87	0,2	99	–	–	60	–	3,6	0,01	–	0,03
Каша молочная жидкая	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26

Документ подписан электронной подписью.

Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		515	14,95	23,71	103,08	688,5	0,36	1,2	118	1,45	182,1	309,68	89	4,52
Обед														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	14	8,5	0,35
Суп с морской капустой		200	8,18	8,26	18	182,02	0,06	8,26	–	0,08	15,34	46,2	32,44	2,6
Плов из мяса	265	200	21,98	22,52	34,69	429,33	0,08	1,707	–	3,67	18,97	266,85	52,39	3,53
Компот из кураги	348	200	0,78	0,05	27,63	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		800	39,09	32,08	124,03	947,65	0,36	21,8	0	5,5	111,1	449,55	150,9	9,91
Итого за бй день:														
		1315	54,04	55,79	227,11	1636,2	0,72	23	118	6,95	293,2	759,23	239,9	14,43

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ</b>														
<b>ВТОРНИК</b>														
День 7														
Завтрак														



Документ подписан электронной подписью.

Макаронны отварные с сыром	204	200	13,54	15,92	34,11	334,4	0,08	0,224	115,2	1,07	295,2	202,08	20,32	1,23
Яйцо отварное	209	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03	–	100	0,24	22	76,8	4,8	1
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		540	25,94	21,64	90,24	661,9	0,28	0,25	215,2	2,66	357,3	404,18	66,52	5,46
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	14	8,5	0,35
Суп-лапша домашняя	113	200	2,05	2,22	12,55	87,2	0,074	4,86	–	1,16	23,6	46,18	19,04	0,8
Рыба, тушеная в томате с овощами	229	100	9,75	4,95	3,8	105	0,05	3,73	5,82	2,52	39,07	162,19	48,53	0,85
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Компот из яблок	391	200	0,16	0,16	27,88	114,6	–	0,9	–	–	14,18	–	5,14	0,95
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	24,98	15,75	136,85	807,9	0,378	20,7	5,82	5,806	123,2	426,13	143	6,6
<b>Итого за 7й день:</b>														
		1440	50,92	37,39	227,09	1469,8	0,658	20,9	221,02	8,466	480,5	830,31	209,5	12,06

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ</b>														

Документ подписан электронной подписью.

СРЕДА														
День 8														
Завтрак														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Жаркое по-домашнему	259	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	–	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		600	26,73	21,94	77,66	618,64	0,48	44,6	0	2,69	98,42	487,68	123,9	8,89
Обед														
Винегрет овощной	67	100	1,4	10,4	7,29	125,1	0,04	9,63	–	0,16	31,24	43,27	19,53	0,83
Рассольник "Ленинградский"	96	200	1,61	4,07	9,58	85,8	0,074	6,7	–	1,88	23,32	45,38	19,34	0,74
Фрикадельки мясные в соусе	280	100	15,98	20,98	20,14	338,18	0,09	0,54	33,19	4,85	64,62	160	25,75	9,64
Макаронные изделия отварные	202	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Компот из смеси сухофруктов	349	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	34,45	37,53	152,43	1094,8	0,466	17,6	33,19	9,27	195,6	444,15	133,6	16
Итого за 8й день:		1500	61,18	59,47	230,09	1713,4	0,946	62,2	33,19	11,96	294	931,83	257,5	24,89

**Возрастная категория: 7-11 лет**

	Нетто	Химический состав	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--	-------	-------------------	---------------	---------------------------

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ</b>														
<b>ЧЕТВЕРГ</b>														
<b>День 9</b>														
<b>Завтрак</b>														
Сыр порциями	15	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Каша молочная жидкая	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>520</b>	<b>20,09</b>	<b>18,16</b>	<b>102,88</b>	<b>658,17</b>	<b>0,37</b>	<b>1,34</b>	<b>100</b>	<b>1,57</b>	<b>378,5</b>	<b>429,67</b>	<b>100</b>	<b>4,63</b>
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп с крупой	101	200	4,6	8,26	8,12	127,07	0,11	8,25	–	–	24	–	–	0,96
Тефтели мясные	279(2)	100	7,46	8,29	9,44	142	0,05	0,41	33	0,001	23,65	83,14	16,5	0,68
Рагу овощное	143	200	3,37	20,93	16,4	270,48	0,16	56,74	0,72	0,32	65	95,64	45,1	1,7
Напиток из св.мороженных ягод	345	200	0,67	0,28	20,76	28,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>900</b>	<b>24,25</b>	<b>39,01</b>	<b>98,43</b>	<b>789,25</b>	<b>0,552</b>	<b>178</b>	<b>33,72</b>	<b>2,831</b>	<b>178,5</b>	<b>332,72</b>	<b>122</b>	<b>7,62</b>
<b>Итого за 9й день:</b>		<b>1420</b>	<b>44,34</b>	<b>57,17</b>	<b>201,31</b>	<b>1447,4</b>	<b>0,922</b>	<b>179</b>	<b>133,72</b>	<b>4,401</b>	<b>557</b>	<b>762,39</b>	<b>222</b>	<b>12,25</b>

Документ подписан электронной подписью.

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ</b>														
<b>ПЯТНИЦА</b>														
<b>День 10</b>														
<b>Завтрак</b>														
Сыр порциями	15	20	5,26	5,32	_	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Суп молочный	121	200	5,76	6,63	18,28	156	0,07	1,17	_	_	199,75	_	_	0,22
Кофейный напиток с молоком	379	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	20	_	125,78	90	14	0,134
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	_	_	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	_	_	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>520</b>	<b>21,44</b>	<b>15,73</b>	<b>75,08</b>	<b>529,77</b>	<b>0,294</b>	<b>2,61</b>	<b>62</b>	<b>1,47</b>	<b>554,5</b>	<b>332,5</b>	<b>65</b>	<b>3,444</b>
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	_	0,4	15,5	28	17	0,7
Щи из св.капусты	88	200	1,41	3,96	6,32	71,8	0,046	12,62	_	1,88	39,4	39,2	17,7	0,66
Картофельное пюре	128	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
Гуляш из говядины	260	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	_	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Компот из кураги	348	200	0,8	0,05	27,6	114,8	_	0,6	_	0	32,32	0	17,56	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	_	_	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	_	_	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>900</b>	<b>25,13</b>	<b>45,66</b>	<b>104,5</b>	<b>947,58</b>	<b>0,736</b>	<b>50,1</b>	<b>66,67</b>	<b>6,55</b>	<b>191,8</b>	<b>434,36</b>	<b>151,2</b>	<b>8,37</b>
<b>Итого за 10й день:</b>														
		<b>1420</b>	<b>46,57</b>	<b>61,39</b>	<b>179,58</b>	<b>1477,4</b>	<b>1,03</b>	<b>52,7</b>	<b>128,67</b>	<b>8,02</b>	<b>746,3</b>	<b>766,86</b>	<b>216,2</b>	<b>11,81</b>

Документ подписан электронной подписью.

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ</b>														
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
<b>День 11</b>														
<b>Завтрак</b>														
Каша молочная жидкая на молоке	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,019	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Масло сливочное (порциями)	14	15	0,12	10,87	0,2	99	–	–	60	–	3,6	0,01	–	0,03
Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>515</b>	<b>18,96</b>	<b>27,23</b>	<b>105,66</b>	<b>747,1</b>	<b>0,245</b>	<b>2,76</b>	<b>142,4</b>	<b>1,47</b>	<b>323,2</b>	<b>431,44</b>	<b>108,9</b>	<b>4,72</b>
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Борщ с капустой и картофелем	82	200	1,44	98,4	8,74	83	0,04	8,54	–	1,92	39,78	43,68	20,9	0,98
Птица отварная	288	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,38	1,9
Макаронные изделия отварные	202	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Напиток из св/м ягод	345	250	0,67	0,28	20,76	88,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>950</b>	<b>41,29</b>	<b>126,6</b>	<b>116,25</b>	<b>929,1</b>	<b>0,388</b>	<b>123</b>	<b>98,2</b>	<b>6,48</b>	<b>176,5</b>	<b>255,53</b>	<b>113,2</b>	<b>8,3</b>

Документ подписан электронной подписью.

Итого за 11й день:		1465	60,25	153,9	221,91	1676,2	0,633	126	240,6	7,95	499,8	686,97	222,2	13,02
--------------------	--	------	-------	-------	--------	--------	-------	-----	-------	------	-------	--------	-------	-------

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ</b>														
<b>ВТОРНИК</b>														
День 12														
Завтрак														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Котлеты мясные	268	100	15	22	13,02	312,73	0,08	1,5	0,2	0,25	19,7	24,8	10,41	5,36
Каша гречневая рассыпчатая	302	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>700</b>	<b>34,28</b>	<b>35,21</b>	<b>121,55</b>	<b>944,23</b>	<b>0,56</b>	<b>13,7</b>	<b>50,2</b>	<b>2,62</b>	<b>108,3</b>	<b>441,04</b>	<b>244,5</b>	<b>15,2</b>
Обед														
Салат из моркови	42	100	1,22	7,08	6,48	95,82	0,034	4,7	–	2,7	25,38	40,64	35,72	0,66
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,39	4,22	13,23	118,6	0,182	4,66	–	1,94	34,14	70,48	28,46	2,56
Плов из мяса	265	200	21,98	22,52	34,69	429,33	0,08	1,707	–	3,67	18,97	266,85	52,39	3,53
Компот из смеси сухофруктов	349	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95

Документ подписан электронной подписью.

Всего:		800	35,5	35,01	127,26	981,05	0,482	11,8	0	9,66	140	523,91	174	10,4
Итого за 12й день:		1500	69,78	70,22	248,81	1925,3	1,042	25,5	50,2	12,28	248,3	964,95	418,5	25,6

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ</b>														
<b>СРЕДА</b>														
<b>День 13</b>														
<b>Завтрак</b>														
Запеканка из творога со сгущ молоком	223	200	26,31	19,9	50,4	486	0,108	0,849	117	0,746	352,05	387,28	47,8	1,16
Масло сливочное	14	15	0,12	10,87	0,2	99	—	—	60	—	3,6	0,01	—	0,03
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	—	0,03	—	—	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		515	33,75	31,89	106,45	849,5	0,278	0,88	177	2,096	395,8	512,59	89,2	4,42
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	—	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп с макаронными изделиями	102	200	2,696	2,384	12,552	115,2	—	4,864	—	—	25,2	—	19,04	0,8
Котлета, рубленая из птицы	295	100	25,04	48,11	25,3	634,91	—	1,7	—	—	90,88	—	34,03	2,32
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	—	—	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7

Документ подписан электронной подписью.

Компот из кураги	348	200	0,8	0,05	27,6	114,8	-	0,6	-	-	32,32	-	17,56	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	-	-	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	41,55	58,96	158,07	1366	0,254	19,4	0	2,126	194,7	231,76	149,4	7,95
Итого за 13й день:		1415	75,3	90,85	264,52	2215,5	0,532	20,2	177	4,222	590,5	744,35	238,6	12,37

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ</b>														
<b>ЧЕТВЕРГ</b>														
<b>День 14</b>														
<b>Завтрак</b>														
Каша молочная жидкая на молоке	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,019	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Масло сливочное (порциями)	14	15	0,12	10,87	0,2	99	-	-	60	-	3,6	0,01	-	0,03
Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	-	-	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		515	18,96	27,23	105,66	747,1	0,245	2,76	142,4	1,47	323,2	431,44	108,9	4,72
<b>Обед</b>														
Овощи, консервированные	70	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	-	0,1	23	24	14	0,6
Суп с рыбными консервами	95	200	1,98	0,46	15,58	74,8	0,1	12,24	-	0,06	25,56	33,58	13,22	0,82



Документ подписан электронной подписью.

Жаркое по-домашнему	259	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	–	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Компот из яблок	391	200	0,16	0,16	27,88	114,6	–	0,9	–	–	14,18	–	5,14	0,95
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаное		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		800	28,7	22,49	104,96	741,04	0,55	49	0	2,45	134,6	514,46	137,8	10,28
Итого за 14й день:		1315	47,66	49,72	210,62	1488,1	0,795	51,8	142,4	3,92	457,8	945,9	246,8	15

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ</b>														
<b>ПЯТНИЦА</b>														
<b>День 15</b>														
<b>Завтрак</b>														
Макароны отварные с сыром	204	200	13,54	15,92	34,11	334,4	0,08	0,224	115,2	1,07	295,2	202,08	20,32	1,23
Яйцо отварное	209	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03	–	100	0,24	22	76,8	4,8	1
Какао с молоком	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		540	29,95	25,16	92,82	720,5	0,336	1,81	239,6	2,68	498,4	525,94	86,46	5,66
<b>Обед</b>														

Документ подписан электронной подписью.

Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Свекольник	81	200	2,02	3,48	13,4	93,32	0,007	1,732	–	0,013	5,392	5,985	2,59	0,15
Гуляш из говядины	260	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	–	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Компот из с/фруктов	349	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	26,34	40,18	140,92	1036,2	0,557	14,6	0	4,739	104,2	389,81	121,2	7,41
Итого за 15й день:														
		1440	56,29	65,34	233,74	1756,7	0,893	16,4	239,6	7,419	602,6	915,75	207,7	13,07

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ</b>														
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
День 16														
Завтрак														
Сыр порциями	15	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Каша молочная жидкая	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Чай с молоком	378	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	–	126,6	92,8	15,4	0,41
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1

Документ подписан электронной подписью.

Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>520</b>	<b>21,54</b>	<b>19,49</b>	<b>103,78</b>	<b>679,17</b>	<b>0,41</b>	<b>2,64</b>	<b>110</b>	<b>1,57</b>	<b>494</b>	<b>519,67</b>	<b>114</b>	<b>4,76</b>
<b>Обед</b>														
Овощи свежие порциями	71	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп с морской капустой		200	8,18	8,26	18	182,02	0,06	8,26	–	0,08	15,34	46,2	32,44	2,6
Ленивые голубцы	315	200	16,56	31,46	16,68	417,94	0,12	62,58	–	0,14	85,22	42,52	21,62	2,84
Компот из кураги	348	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	0	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	0	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>800</b>	<b>33,69</b>	<b>41,02</b>	<b>105,99</b>	<b>936,26</b>	<b>0,4</b>	<b>82,6</b>	<b>0</b>	<b>1,97</b>	<b>177,4</b>	<b>239,22</b>	<b>128,6</b>	<b>9,57</b>
<b>Итого за 16й день:</b>														
		<b>1320</b>	<b>55,23</b>	<b>60,51</b>	<b>209,77</b>	<b>1615,4</b>	<b>0,81</b>	<b>85,3</b>	<b>110</b>	<b>3,54</b>	<b>671,4</b>	<b>758,89</b>	<b>242,6</b>	<b>14,33</b>

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ</b>														
<b>ВТОРНИК</b>														
<b>День 17</b>														
<b>Завтрак</b>														
Овощи свежие	71	100	1,52	3,1	13,74	107	0,039	5,85	–	0,16	7,54	25,96	9,8	0,38
Птица отварная	288	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,28	1,9
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7

Документ подписан электронной подписью.

Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	—	0,03	—	—	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		700	37,19	37,21	118,98	979,1	0,283	8,24	98,2	2,906	105,5	240,87	93,26	6,21
Обед														
Салат из свеклы	52	100	2,82	12,02	16,52	185,6	0,034	13,3	—	5,4	70,92	81,26	41,4	2,64
Суп-лапша домашняя	113	200	2,05	2,22	12,55	87,2	0,074	4,86	—	1,16	23,6	46,18	19,04	0,8
Гречка отварная	302	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	—	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Фрикадельки мясные в соусе	280	100	15,98	20,98	20,14	338,18	0,09	0,54	33,19	4,85	64,62	160	25,75	9,64
Кисель из концентрата	489	200	—	—	9,98	39,9	—	—	—	—	0,3	—	—	0,04
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	39,16	48,26	149,86	1205,4	0,628	18,7	83,19	13,38	221,4	672,88	301,8	21,98
Итого за 17й день:		1600	76,35	85,47	268,84	2184,5	0,911	26,9	181,39	16,29	326,9	913,75	395,1	28,19

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ														
СРЕДА														
День 18														
Завтрак														
Печень говяжья по-строгановски	255	100	13,25	11,23	3,52	185	0,2	8,45	57,82	3,44	33,24	239,32	17,47	5

Документ подписан электронной подписью.

Картофельное пюре	128	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
Чай с молоком	378	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		600	26,15	25,89	84,25	700,98	0,6	33,5	134,49	5,11	244,4	570,66	109,4	9,73
<b>Обед</b>														
Овощи свежие	71	100	1,52	3,1	13,74	107	0,039	5,85	–	0,16	7,54	25,96	9,8	0,38
Рассольник "Ленинградский"	96	200	1,61	4,07	9,58	85,8	0,074	6,7	–	1,88	23,32	45,38	19,34	0,74
Рис отварной	304	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Гуляш из говядины	260	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	–	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Компот из смеси с/фруктов	349	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	0	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	26,55	43,72	147,98	1118,7	0,613	14,2	0	6,366	114,2	427,16	130,8	7,68
<b>Итого за 18й день:</b>														
		1500	52,7	69,61	232,23	1819,7	1,213	47,7	134,49	11,48	358,5	997,82	240,2	17,41

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ</b>														
<b>ЧЕТВЕРГ</b>														

Документ подписан электронной подписью.

День 19														
Завтрак														
Сыр порциями	15	20	5,26	5,32	–	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Каша молочная жидкая	182	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Кофейный напиток с молоком	379	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	20	–	125,78	90	14	0,134
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>520</b>	<b>23,19</b>	<b>20,82</b>	<b>103,83</b>	<b>698,77</b>	<b>0,414</b>	<b>2,61</b>	<b>120</b>	<b>1,57</b>	<b>493,2</b>	<b>516,87</b>	<b>112,6</b>	<b>4,484</b>
Обед														
Салат из б/к	45	100	1,3	3,22	6,46	60,4	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	8,5	0,7
Суп с крупой	101	200	4,6	8,26	8,12	127,07	0,11	8,25	–	–	24	–	–	0,96
Плов из мяса	265	200	21,98	22,52	34,69	429,33	0,08	1,707	–	3,67	18,97	266,85	52,39	3,53
Напиток из с/м ягод	345	200	0,67	0,28	20,76	88,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
<b>Всего:</b>		<b>800</b>	<b>35,8</b>	<b>35,38</b>	<b>110,88</b>	<b>909,5</b>	<b>0,422</b>	<b>122</b>	<b>0</b>	<b>6,18</b>	<b>108,8</b>	<b>420,79</b>	<b>104,3</b>	<b>8,77</b>
<b>Итого за 19й день:</b>		<b>1320</b>	<b>58,99</b>	<b>56,2</b>	<b>214,71</b>	<b>1608,3</b>	<b>0,836</b>	<b>125</b>	<b>120</b>	<b>7,75</b>	<b>602</b>	<b>937,66</b>	<b>216,9</b>	<b>13,25</b>

### Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи/наименование блюда	№ рецептуры	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe

Документ подписан электронной подписью.

**НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ**

**ПЯТНИЦА**

День 20

**Завтрак**

Овощи свежие	71	100	1,52	3,1	13,74	107	0,078	11,7	–	0,32	15,08	51,92	19,6	0,76
Жаркое по-домашнему	259	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	–	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Чай с лимоном	377	200	0,13	0,02	15,2	62	–	2,83	–	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		600	27,41	24,89	88,74	710,64	0,508	46,9	0	2,62	101,1	513,2	127,5	9,03

**Обед**

Винегрет овощной	67	100	1,4	10,4	7,29	125,1	0,04	9,63	–	0,16	31,24	43,27	19,53	0,83
Суп с мясными фрикадельками	104	200	1,76	2,22	12,31	84,8	0,096	8,86	–	1,02	23,76	57,78	23,74	0,92
Птица отварная	288	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,38	1,9
Макаронные изделия отварные	202	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Компот из кураги	348	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:		900	42,24	40,48	131,09	1065,6	0,422	21,5	98,2	4,58	187,2	281,46	132,7	8,22

Итого за 20й день:		1500	69,65	65,37	219,83	1776,2	0,93	68,4	98,2	7,2	288,3	794,66	260,2	17,25
--------------------	--	------	-------	-------	--------	--------	------	------	------	-----	-------	--------	-------	-------

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Документ подписан электронной подписью.



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.  
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

**ПОДПИСЬ**

<b>Общий статус подписи:</b>	Подпись верна
<b>Сертификат:</b>	6BECEF8F0D3588A069A4C80DF55EFAC6
<b>Владелец:</b>	МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 Г.АНИВА", Щербуняева, Наталья Владимировна, _aniva_sosh2@mail.ru, 650900094909, 6510005399, 07876701820, 1036500603864, МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 Г.АНИВА", Директор, Анива, ул. Победы, 60, Сахалинская область, RU
<b>Издатель:</b>	Федеральное казначейство, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
<b>Срок действия:</b>	Действителен с: 19.06.2024 11:33:09 UTC+11 Действителен до: 12.09.2025 11:33:09 UTC+11
<b>Дата и время создания ЭП:</b>	03.09.2024 08:57:08 UTC+11