**«Утверждено»** И.о. директора МБОУ "Льговская ОШ" \_\_\_\_\_\_ Э.У. Ибраимова <u>«01» февраля 2023 г.</u>

## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ

меню

ОБЕД

Категория: Школьники от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Fe, мг.	Са, мг.	А, мг.	Мд, мг.	Р, мг.	РР, мг.
				Б	Ж	У	400012 ()	<u> </u>								
	• •															
																0
									-,					_		0
														-		0
				- 7 -	- /	, , ,	1.	-							-	0
	Хлеб ржаной			,	- ,	-,			- , -							0
- 11	Кофейный напиток с молоком				- , -		41						0	0,84		0
	Овощи натуральные/соленые						7	- , -					0	7		0,15
	щи:				,		,	,		,	,	,				0,15
		570	0	35,9	18,63	100,13	763,71	0,037	0,062	8,309	1,358	29,708	0	14,575	21	0,15
	:1 Сезон:осенне-зимний															
	Рассольник ленинградский						- 1-	0	0	- / -	- 1 -	/	0	0	0	0
	Картофельное пюре	200		3,42	6,56	21,72	153,32	0,08	0,06	10,96	0,5	22,14	0	0	0	0
	Рыба тушеная в томате с овощами	100/20		8,803	7,336	8,827	129,655	0,055	0,015	0	0,55	10	0	7	32,5	0
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ОБЕД	Хлеб ржаной	30		1,12	0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	21,2	0
ОБЕД	Чай с лимоном	200		0,2	0,04	10,2	41	0	0	2,8	0,08	3,1	0	0,84	0	0
РИЕМУ ПИІ	щи:	830		20,843	21,056	91,727	623,975	0,1	0,09	17,22	0,92	36,86	0	7	21	0,15
ЕНЬ:		830	0	20,8428	21,056	91,7266	623,975	0,1	0,09	17,22	0,92	36,86	0	7	21	0,15
Неделя:1	Сезон:осенне-зимний															
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200		7,75	4,52	33,28	193,5	0,007	0,002	0,172	0,055	1,092	0	0	0	0
ОБЕД		180		11,92	7,18	53,62	321,98	0,032	0,016	0	0,508	2,152	0	0	0	0
ОБЕД		80		8,1	7,22	7,86	127,1	0,064	0,08	0,872	0,872	30,712	0	0	0	0
ОБЕД		30		3.8	0.4	24.6	117.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ОБЕД		30		1,12	0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	21,2	0
ОБЕД		60		1.8	5.09	9.69	92.93	0.03	0.05	44.88	0.66	53.46	0	0	0	0
									0				0	0.84	0	0
		780		34.69		149.13	939.01	0.133	0.148	48.724		90.516	0	0.84	0	0
ЕНЬ:	İ	780	0	34.69		149.13	939.01	0.133	0.148	48,724		90.516	0	0.84	0	0
	:1 Сезон:осенне-зимний			, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	,-		/ .	,	., .	- /	,	,	-	- /		-
0555	0 t×	200		0.00	0.7	40.00	00.4		_	0.405	0.405	5.55	0		_	_
	· ·						/			-, -	-, -				-	0
					, -	- ,		-,	-,							0
-						/-	,-			_						
									<u> </u>				-		,	0
		_												0,84		0
							'							/		0,15
	щи:						,									0,15
	<u> </u>	470	0	17,95	24,71	63,01	540,9	0,037	0,062	8,309	1,358	29,708	0	14,575	21	0,15
1															_	
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200		1,6	3	11,6	79,35	0	0	0,125	0,05	1,675	0	0	0	0
ОБЕД	Каша рисовая рассыпчатая	180		4,92	4,76	51,44	243,12	0,02	0,004	0	0,12	2,9	0	0	0	0
0===	Фрикадельки из птицы или кролика	80		8,1	7,22	7,86	127,1	0,064	0,08	0,872	0,872	30,712	0	0	0	0
ОБЕД				0,91	1,61	5,11	38,5	0,021	0,021	3,626	0,476	16,261	0	0	0	0
ОБЕД	Винегрет	70											_			
ОБЕД ОБЕД	Винегрет Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ОБЕД ОБЕД ОБЕД	Винегрет Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30 30		3,8 1,12	0,4 0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	0 21,2	0
ОБЕД ОБЕД ОБЕД ОБЕД	Винегрет Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с лимоном	30 30 200		3,8 1,12 0,2	0,4 0,22 0,04	9,88 10,2	45 41	98 0	0,02	0 2,8	0,18 0,08	4,6 3,1	0	5 0,84	0 21,2 0	0
ОБЕД ОБЕД ОБЕД	Винегрет Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с лимоном	30 30		3,8 1,12	0,4 0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	0 21,2	0
	ОБЕД ОБЕД ОБЕД ОБЕД ОБЕД ОБЕД ОБЕД ОБЕД	ОБЕД Макаронные изделия отварные ОБЕД Гуляш из куриного филе ОБЕД Хлеб пшеничный ОБЕД Клеб ржаной ОБЕД Кофейный напиток с молоком ОБЕД Овощи натуральные/соленые РИЕМУ ПИЩИ: ЕНЬ: ик Неделя:1 Сезон:осенне-зимний ОБЕД Рассольник ленинградский ОБЕД Рассольник ленинградский ОБЕД Расольник ленинградский ОБЕД Картофельное пюре ОБЕД Картофельное пюре ОБЕД Хлеб пшеничный ОБЕД Хлеб ржаной ОБЕД Хлеб ржаной ОБЕД Картофельный с бобовыми и гренками ОБЕД Картофельный с бобовыми и гренками ОБЕД Суп картофельный с бобовыми и гренками ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая ОБЕД Хлеб пшеничный ОБЕД Хлеб лиеничный ОБЕД Хлеб пшеничный ОБЕД Сул картофельный капусты ОБЕД Сок РИЕМУ ПИЩИ: ЕНЬ:  ОБЕД Сок РИЕМУ ПИЩИ: ЕНЬ: ОБЕД Суп фасолевый ОБЕД Хлеб пшеничный	ОБЕД         Борщ с капустой и картофелем         200           ОБЕД         Макаронные изделия отварные         180           ОБЕД         Гуляш из куриного филе         100           ОБЕД         Хлеб ржаной         30           ОБЕД         Кофейный напиток с молоком         200           ОБЕД         Овощи натуральные/соленые         30           РИЕМУ ПИЩИ:         570           ЕНЬ:         570           БИК         Бером на натуральные/соленые           РИЕМУ ПИЩИ:         570           БЕН         570           БЕНЬ:         570           БЕД         Рассольник ленинградский         200           ОБЕД         Рыба тушеная в томате с овощами         100/20           ОБЕД         Картофельное пюре         200           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Хлеб ржаной         30           ОБЕД         Чай с лимоном         200           РИЕМУ ПИЩИ:         830           ЕНЬ:         830           Неделя:1 Сезон:осенне-зимний         200           ОБЕД         Хлеб ржаной         30           ОБЕД         Хлеб ржаной         30           ОБЕД <td>ОБЕД         Борщ с капустой и картофелем         200           ОБЕД         Макаронные изделия отварные         180           ОБЕД         Гуляш из куриного филе         100           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Клеф ржаной         30           ОБЕД         Кофейный напиток с молоком         200           ОБЕД         Овощи натуральные/соленые         30           РИЕМУ ПИЩИ:         570         0           ВНЫ:         570         0           Ик Неделя:1 Сезон:осенне-зимний         200           ОБЕД         Рассольник ленинградский         200           ОБЕД         Рыба тушеная в томате с овощами         100/20           ОБЕД         Рыба тушеная в томате с овощами         100/20           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Улеб пшеничный         30           ОБЕД         Сул картофельный с бобовыми и гренками         200           РИЕМУ ПИЩИ:         830           ОБЕД         Кари карельки из птицы или кролика         80           ОБЕД         Хлеб ржаной         30           ОБЕД         Хлеб ржаной         3</td> <td>ОБЕД Борц с капустой и картофелем 200 0,58 ОБЕД Борц с капустой и картофелем 200 0,58 ОБЕД Гуляш из куриного филе 180 7,8 ОБЕД Гуляш из куриного филе 100 22 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 3,8 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,12 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,3 ОБЕД ОВОЩИ натуральные/соленые 30 0,4 РИЕМУ ПИЩИ: 570 35,9 ЕНЬ: 570 0 35,9 ИК Неделя:1 Сезон:осенне-зимний 200 3,5 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 3,8 ОБЕД Хлеб ржаной 30 1,12 ОБЕД Чай с лимоном 200 0,2 ОБЕД Чай с лимоном 200 0,2 ОБЕД Наби с лимоном 200 0,2 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,3,8 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 1,12 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,12 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,12 ОБЕД Сок 200 0,2 РИЕМУ ПИЩИ: 780 34,69 ОБЕД Каша гречневам (крица/говядина) 180 0,4 РИЕМУ ПИЩИ: 780 34,69 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 3,3,8 ОБЕД Хлеб ржаной 30 1,112 ОБЕД Суп фарсолевый 200 0,2 РИЕМУ ПИЦИ: 780 34,69 ОБЕД Кароспоемне-зимний</td> <td>ОБЕД Борщ с капустой и картофелем 200 0,58 1,57 ОБЕД Борщ с капустой и картофелем 200 0,58 1,57 ОБЕД Борщ с капустой и картофелем 200 0,58 7,16 ОБЕД Гуляш из куриного филе 100 22 9,19 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ршеничный 30 1,12 0,22 ОБЕД Клеб ршеничный 30 0,2 0,04 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 0,04 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 0,04 ОБЕД ОВОЩ натуральные/соленые 30 0,4 0,05 РИЕМ УПИЦИ: 570 35,9 18,63 ИК Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний ОБЕД Рассольник ленинградский 200 3,5 6,5 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 6,56 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 6,56 ОБЕД Клеб ршеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ршеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ршеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,112 0,22 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,112 0,22 ОБЕД Картофельное пюре 200 0,2 0,04 ОБЕД Най с лимоном 200 0,2 0,04 ОБЕД Най с лимоном 200 0,2 0,04 ОБЕД Картофельный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 ОБЕД Сул картофельный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,12 0,22 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 80 8,1 7,22 ОБЕД Сул картофельный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 7,18 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб Сезон: ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб Сезон: /td> <td>ВПЬНИК НЕДЕЛЯ:1 СВЗОН:ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  ОБЕД БОДЦ С КАПУСТОЙ И КВРТОФЕЛЕМ  ОБЕД ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ  ОБЕД ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ  ОБЕД ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ  ОБЕД КЛЕБ ПЕЗИВНЕННЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ РАЗИВИТЬ В В В В В В В В В В В В В В В В В В В</td> <td>вльник Наделя:1 Сезон:осенне-зимний ОБЕД Борц с капустой и картофелем ОБЕД Макаронные изделия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 ОБЕД Гулеш из курниого филе 180 7,8 7,16 49,18 289,44 ОБЕД Гулеш из курниого филе 180 7,8 7,16 49,18 289,44 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 24,6 117,5 ОБЕД Хлеб ржаной 200 0,2 9,19 1,34 234 ОБЕД Хлеб ржаной 200 0,0,2 0,04 10,0 10,2 41 ОБЕД Овеци натуральные/соленые 30 0,4 0,0,5 1,25 7 ГУРИЕМ ГИЦИИ: 570 35,9 18,63 100,13 763,71 ЕНЬ: 570 0 35,9 18,63 100,13 763,71 ЕНЬ: 570 0 35,9 18,63 100,13 763,71 ЕНЬ: 650 0 3,5 6,5 16,5 137,5 ОБЕД Каргофельное нюре 200 3,42 6,56 21,72 153,32 ОБЕД Каргофельное нюре 200 3,42 6,56 21,72 153,32 ОБЕД Каргофельное пюре 200 7,75 8,803 10,4 24,6 117,5 ОБЕД Най с лимоном 200 0,2 0,4 10,2 41 ГУРИЕМ ГИЦИ: 830 0 20,843 21,056 91,727 623,975 ГНЬ: 830 0 20,843 21,056 91,726 623,975 ГНФ, каргофеньный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 33,28 193,5 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 80 1,12 0,22 9,88 45 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 180 11,92 7,18 5,52 33,28 193,5 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 180 11,92 7,18 5,52 33,28 193,5 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 180 11,92 7,18 5,52 33,28 193,5 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 92,93 98,94 45 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 11,12 0,22 9,88 45 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 11,12 0,22 9,88 45 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 11,</td> <td>вльник Неделя:1 Сазон:осенне-зимний ОБЕД Борди самуток и картофелем ОБЕД Борди самуток и картофелем ОБЕД Макаронные изделия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 ОБЕД Картофельное изделия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 ОБЕД Картофельные изделия отварные 100 22 9,19 1,34 234 0,015 ОБЕД Хлеб пыевичный 30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 ОБЕД Хлеб ражаной 30 1,12 0,22 9,88 45 98 ОБЕД Клеб ражаной 30 1,12 0,22 9,88 45 98 ОБЕД Овощи натуральные/соленые 30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 ОБЕД Овощи натуральные/соленые 30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 ОБЕД Овощи натуральные/соленые 30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 ОБЕД Картофельное объемые /td> <td>овед Борш с капустов и картофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0,000</td> <td>обед Бори с калустой к картофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 Обед Бори с калустой к картофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 Обед Ликаромные изрелия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 0,004 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</td> <td>обед боры катулстой картофелем 200 0.58 1.57 3.68 29.77 0 0.003 0.509 0.031 ОБЕД Боры катулстой картофелем 180 7.8 7.16 49.18 289.44 0.012 0.004 0 0.132 ОБЕД Макаронные маделико отварые 180 7.8 7.16 49.18 289.44 0.012 0.004 0 0.035 0 0.815 ОБЕД Лугами из укриного филе 100 22 9.19 1.34 234 0.015 0.035 0 0.0815 ОБЕД Клеб пшененный 30 3.8 3.8 0.4 24.6 117.5 0 0 0 0 0.0815 ОБЕД Лугами из укриного филе 100 22 9.19 1.34 234 0.015 0.035 0 0.0815 ОБЕД Лугами из укриного филе 100 0 22 9.19 1.34 1.0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</td> <td>ольник Наделят! Созоноссенне-зимиий ОБЕД Борц сагаутсой и зартофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0,003 0,599 0,031 1,55 ОБЕД Борц сагаутсой и зартофелем 1800 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 0,004 0 0,132 1,688 ОБЕД Лугим за укриного филе 100 22 9,19 1,34 234 0,015 0,035 0,0815 11,57 ОБЕД Лугим за укриного филе 30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</td> <td>альных Наделят! Свогоскоенне-зминий  ОБЕД Борц сатаутской и разграфеемя  200 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 0,031 1,85 0  ОБЕД Макаронные узделяю стварные  180 7,8 7,16 4,918 29,44 0,012 0,004 0 0,132 1,888 0  ОБЕД Путим заурьного филе  100 22 9,19 1,34 29,44 0,015 0,035 0 0,815 11,57 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 0,3,8 0,4 10,2 11,0 11,0 11,0 11,0 11,0 11,0 11,0</td> <td>ольник Наделят Своизосвение-зимиий  ОБЕД Борц самустей к этрофием  100 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 0,031 1,85 0 0  ОБЕД Борц самустей к этрофием  100 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 0,004 0 0,132 1,888 0 0  ОБЕД Гупиц в хуриного фине  100 22 9,19 1,34 224 0,015 0,035 0 0,035 1,157 0 0,735  ОБЕД Клеб пшененный  30 3,8 0,4 246 117,5 0 0 0 0 0 0,18 4,6 0 0  ОБЕД Клеб пшененный  30 1,12 0,22 9,88 45 98 0,02 0 0,18 4,6 0 0  ОБЕД Кофайный залитога колоком  200 0,2 0,04 10,2 41 0 0 0 2,8 0,08 3,1 0 0,64  ОБЕД Кофайный залитога колоком  30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 0,02 5 0,3 11,5 0 7  РИЕИ ТИПЦИ:  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Крафизина в томате с овощеми  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,65 10,5 10,5 10,5 10,5 10,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,</td> <td>эльник Наделя! Сезовсоение-заммий ОБЕД Буры са мустой караформен 200</td>	ОБЕД         Борщ с капустой и картофелем         200           ОБЕД         Макаронные изделия отварные         180           ОБЕД         Гуляш из куриного филе         100           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Клеф ржаной         30           ОБЕД         Кофейный напиток с молоком         200           ОБЕД         Овощи натуральные/соленые         30           РИЕМУ ПИЩИ:         570         0           ВНЫ:         570         0           Ик Неделя:1 Сезон:осенне-зимний         200           ОБЕД         Рассольник ленинградский         200           ОБЕД         Рыба тушеная в томате с овощами         100/20           ОБЕД         Рыба тушеная в томате с овощами         100/20           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Хлеб пшеничный         30           ОБЕД         Улеб пшеничный         30           ОБЕД         Сул картофельный с бобовыми и гренками         200           РИЕМУ ПИЩИ:         830           ОБЕД         Кари карельки из птицы или кролика         80           ОБЕД         Хлеб ржаной         30           ОБЕД         Хлеб ржаной         3	ОБЕД Борц с капустой и картофелем 200 0,58 ОБЕД Борц с капустой и картофелем 200 0,58 ОБЕД Гуляш из куриного филе 180 7,8 ОБЕД Гуляш из куриного филе 100 22 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 3,8 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,12 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,3 ОБЕД ОВОЩИ натуральные/соленые 30 0,4 РИЕМУ ПИЩИ: 570 35,9 ЕНЬ: 570 0 35,9 ИК Неделя:1 Сезон:осенне-зимний 200 3,5 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 3,8 ОБЕД Хлеб ржаной 30 1,12 ОБЕД Чай с лимоном 200 0,2 ОБЕД Чай с лимоном 200 0,2 ОБЕД Наби с лимоном 200 0,2 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,3,8 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 1,12 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,12 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,12 ОБЕД Сок 200 0,2 РИЕМУ ПИЩИ: 780 34,69 ОБЕД Каша гречневам (крица/говядина) 180 0,4 РИЕМУ ПИЩИ: 780 34,69 ОБЕД Хлеб пшеничный 30 3,3,8 ОБЕД Хлеб ржаной 30 1,112 ОБЕД Суп фарсолевый 200 0,2 РИЕМУ ПИЦИ: 780 34,69 ОБЕД Кароспоемне-зимний	ОБЕД Борщ с капустой и картофелем 200 0,58 1,57 ОБЕД Борщ с капустой и картофелем 200 0,58 1,57 ОБЕД Борщ с капустой и картофелем 200 0,58 7,16 ОБЕД Гуляш из куриного филе 100 22 9,19 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ршеничный 30 1,12 0,22 ОБЕД Клеб ршеничный 30 0,2 0,04 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 0,04 ОБЕД Кофейный напиток с молоком 200 0,2 0,04 ОБЕД ОВОЩ натуральные/соленые 30 0,4 0,05 РИЕМ УПИЦИ: 570 35,9 18,63 ИК Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний ОБЕД Рассольник ленинградский 200 3,5 6,5 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 6,56 ОБЕД Картофельное пюре 200 3,42 6,56 ОБЕД Клеб ршеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ршеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ршеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,112 0,22 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,112 0,22 ОБЕД Картофельное пюре 200 0,2 0,04 ОБЕД Най с лимоном 200 0,2 0,04 ОБЕД Най с лимоном 200 0,2 0,04 ОБЕД Картофельный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 ОБЕД Сул картофельный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 ОБЕД Клеб ржаной 30 1,12 0,22 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 80 8,1 7,22 ОБЕД Сул картофельный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 ОБЕД Каша гречневая рассыпчатая 180 11,92 7,18 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб Сезон: ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 ОБЕД Клеб Сезон:	ВПЬНИК НЕДЕЛЯ:1 СВЗОН:ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  ОБЕД БОДЦ С КАПУСТОЙ И КВРТОФЕЛЕМ  ОБЕД ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ  ОБЕД ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ  ОБЕД ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ  ОБЕД КЛЕБ ПЕЗИВНЕННЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ОБЕД КЛЕБ РАЗИВИТЬ В В В В В В В В В В В В В В В В В В В	вльник Наделя:1 Сезон:осенне-зимний ОБЕД Борц с капустой и картофелем ОБЕД Макаронные изделия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 ОБЕД Гулеш из курниого филе 180 7,8 7,16 49,18 289,44 ОБЕД Гулеш из курниого филе 180 7,8 7,16 49,18 289,44 ОБЕД Клеб пшеничный 30 3,8 0,4 24,6 117,5 ОБЕД Хлеб ржаной 200 0,2 9,19 1,34 234 ОБЕД Хлеб ржаной 200 0,0,2 0,04 10,0 10,2 41 ОБЕД Овеци натуральные/соленые 30 0,4 0,0,5 1,25 7 ГУРИЕМ ГИЦИИ: 570 35,9 18,63 100,13 763,71 ЕНЬ: 570 0 35,9 18,63 100,13 763,71 ЕНЬ: 570 0 35,9 18,63 100,13 763,71 ЕНЬ: 650 0 3,5 6,5 16,5 137,5 ОБЕД Каргофельное нюре 200 3,42 6,56 21,72 153,32 ОБЕД Каргофельное нюре 200 3,42 6,56 21,72 153,32 ОБЕД Каргофельное пюре 200 7,75 8,803 10,4 24,6 117,5 ОБЕД Най с лимоном 200 0,2 0,4 10,2 41 ГУРИЕМ ГИЦИ: 830 0 20,843 21,056 91,727 623,975 ГНЬ: 830 0 20,843 21,056 91,726 623,975 ГНФ, каргофеньный с бобовыми и гренками 200 7,75 4,52 33,28 193,5 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 80 1,12 0,22 9,88 45 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 180 11,92 7,18 5,52 33,28 193,5 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 180 11,92 7,18 5,52 33,28 193,5 ОБЕД Каша гречневая рассыгнатая 180 11,92 7,18 5,52 33,28 193,5 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 92,93 98,94 45 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 11,12 0,22 9,88 45 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 11,12 0,22 9,88 45 ОБЕД Карка рассывай и и гренками 190 11,	вльник Неделя:1 Сазон:осенне-зимний ОБЕД Борди самуток и картофелем ОБЕД Борди самуток и картофелем ОБЕД Макаронные изделия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 ОБЕД Картофельное изделия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 ОБЕД Картофельные изделия отварные 100 22 9,19 1,34 234 0,015 ОБЕД Хлеб пыевичный 30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 ОБЕД Хлеб ражаной 30 1,12 0,22 9,88 45 98 ОБЕД Клеб ражаной 30 1,12 0,22 9,88 45 98 ОБЕД Овощи натуральные/соленые 30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 ОБЕД Овощи натуральные/соленые 30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 ОБЕД Овощи натуральные/соленые 30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 ОБЕД Картофельное объемые	овед Борш с капустов и картофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0,000	обед Бори с калустой к картофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 Обед Бори с калустой к картофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 Обед Ликаромные изрелия отварные 180 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 0,004 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	обед боры катулстой картофелем 200 0.58 1.57 3.68 29.77 0 0.003 0.509 0.031 ОБЕД Боры катулстой картофелем 180 7.8 7.16 49.18 289.44 0.012 0.004 0 0.132 ОБЕД Макаронные маделико отварые 180 7.8 7.16 49.18 289.44 0.012 0.004 0 0.035 0 0.815 ОБЕД Лугами из укриного филе 100 22 9.19 1.34 234 0.015 0.035 0 0.0815 ОБЕД Клеб пшененный 30 3.8 3.8 0.4 24.6 117.5 0 0 0 0 0.0815 ОБЕД Лугами из укриного филе 100 22 9.19 1.34 234 0.015 0.035 0 0.0815 ОБЕД Лугами из укриного филе 100 0 22 9.19 1.34 1.0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	ольник Наделят! Созоноссенне-зимиий ОБЕД Борц сагаутсой и зартофелем 200 0,58 1,57 3,88 29,77 0,003 0,599 0,031 1,55 ОБЕД Борц сагаутсой и зартофелем 1800 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 0,004 0 0,132 1,688 ОБЕД Лугим за укриного филе 100 22 9,19 1,34 234 0,015 0,035 0,0815 11,57 ОБЕД Лугим за укриного филе 30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	альных Наделят! Свогоскоенне-зминий  ОБЕД Борц сатаутской и разграфеемя  200 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 0,031 1,85 0  ОБЕД Макаронные узделяю стварные  180 7,8 7,16 4,918 29,44 0,012 0,004 0 0,132 1,888 0  ОБЕД Путим заурьного филе  100 22 9,19 1,34 29,44 0,015 0,035 0 0,815 11,57 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 3,8 0,4 24,6 117,5 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0  ОБЕД Кулеб пшеничный  30 0,3,8 0,4 10,2 11,0 11,0 11,0 11,0 11,0 11,0 11,0	ольник Наделят Своизосвение-зимиий  ОБЕД Борц самустей к этрофием  100 0,58 1,57 3,88 29,77 0 0,003 0,509 0,031 1,85 0 0  ОБЕД Борц самустей к этрофием  100 7,8 7,16 49,18 289,44 0,012 0,004 0 0,132 1,888 0 0  ОБЕД Гупиц в хуриного фине  100 22 9,19 1,34 224 0,015 0,035 0 0,035 1,157 0 0,735  ОБЕД Клеб пшененный  30 3,8 0,4 246 117,5 0 0 0 0 0 0,18 4,6 0 0  ОБЕД Клеб пшененный  30 1,12 0,22 9,88 45 98 0,02 0 0,18 4,6 0 0  ОБЕД Кофайный залитога колоком  200 0,2 0,04 10,2 41 0 0 0 2,8 0,08 3,1 0 0,64  ОБЕД Кофайный залитога колоком  30 0,4 0,05 1,25 7 0,01 0,02 5 0,3 11,5 0 7  РИЕИ ТИПЦИ:  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Крафизина в томате с овощеми  570 3,5,8 10,63 100,13 763,71 0,037 0,062 8,099 1,388 29,708 0 14,575  ОБЕД Расспанке пенинграджей  570 3,5,8 10,65 10,5 10,5 10,5 10,5 10,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,	эльник Наделя! Сезовсоение-заммий ОБЕД Буры са мустой караформен 200

54	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200		0,58	1,57	3,68	29,77	0	0,003	0,509	0,031	1,85	0	0	0	0
202	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	180		7,8	7,16	49,18	289,44	0,012	0,004	0	0,132	1,688	0	0	0	0
119	ОБЕД	Гуляш из куриного филе	100		22	9,19	1,34	234	0,015	0,035	0	0,815	11,57	0	6,735	0	0
701	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
701/1	ОБЕД	Хлеб ржаной	30		1,12	0.22	9,88	45	98	0.02	0	0,18	4,6	0	5	21.2	0
270	ОБЕД	Кофейный напиток с молоком	200		0,2	0,04	10,2	41	0	0	2,8	0,08	3,1	0	0.84	0	0
112	ОБЕД	Овощи натуральные/соленые	30		0.4	0.05	1,25	7	0.01	0.02	5	0,3	11.5	0	7	21	0.15
	ПРИЕМУ ПИЦ		920		35,9	18,63	100,13	763,71	0,037	0,061	5,615	1,26	26,205	Ö	13,735	21	0,15
ИТОГО ЗАД		†	920	0	35,9	18,63	100,13	763,71	0,037	0,061	5,615	1,26	26,205	0	13,735	21	0,15
		:2 Сезон:осенне-зимний			<del></del>	<del></del>		<del></del>		<del></del>							
130	ОБЕД	Рассольник ленинградский	200		3,5	6,5	16,5	137,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
131	ОБЕД	Картофельное пюре	200		3,42	6,56	21,72	153,32	0,08	0,06	10,96	0,5	22,14	0	0	0	0
86/348	ОБЕД	Рыба тушеная в томате с овощами	100/20		8,803	7,336	8,827	129,655	0,055	0,015	0	0,55	10	0	7	32,5	0
701	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
701/1	ОБЕД	Хлеб ржаной	30		1,12	0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	21,2	0
270	ОБЕД	Чай с лимоном	200		0,2	0,04	10,2	41	0	0	2,8	0,08	3,1	0	0,84	0	0
итого по	ПРИЕМУ ПИЦ		830		20,843	21,056	91,727	623,975	0,1	0,09	20,02	1	39,96	0	7,84	21	0,15
ИТОГО ЗАД	ДЕНЬ:	<u> </u>	830	0	20,8428	21,056	91,7266	623,975	0,1	0,09	20,02	1	39,96	0	7,84	21	0,15
День: среда	а Неделя:2	Сезон:осенне-зимний															
63	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200		7,75	4,52	33,28	193,5	0,007	0,002	0,172	0,055	1,092	0	0	0	0
169	ОБЕД	Каша рисовая рассыпчатая	180		4,92	4,76	51,44	243,12	0,02	0,004	0	0,12	2,9	0	0	0	0
106	ОБЕД	Тефтели из говядины (паровые)	80		9,59	7,97	9,28	145,64	0,002	0,003	0,005	0,036	0,821	0	0	0	0
40	ОБЕД	Винегрет	70		0,91	1,61	5,11	38,5	0,021	0,021	3,626	0,476	16,261	0	0	0	0
701	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
701/1	ОБЕД	Хлеб ржаной	30		1,12	0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	21,2	0
270	ОБЕД	Компот из сухофруктов	200		0,2	0,04	10,2	41	0	0	2,8	0,08	3,1	0	0,84	0	0
итого по	ПРИЕМУ ПИЦ		895		28,29	19,52	143,79	824,26	0,114	0,22	6,517	1,342	153,172	0	19,18	21	0,15
ИТОГО ЗА Д	ДЕНЬ:		895	0	28,29	19,52	143,79	824,26	0,114	0,22	6,517	1,342	153,172	0	19,18	21	0,15
День: четвє		:2 Сезон:осенне-зимний															
59	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200		1,6	3	11,6	79,35	0	0	0,125	0,05	1,675	0	0	0	0
330	ОБЕД	Плов из курицы	150		5,62	8,86	36,26	239,78	0,06	0,12	0,26	0,72	62,4	0,02	29,96	123,24	2,2
701	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
701/1	ОБЕД	Хлеб ржаной	30		1,12	0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	21,2	0
270	ОБЕД	Чай с лимоном	200		0,2	0,04	10,2	41	0	0	2,8	0,08	3,1	0	0,84	0	0
112	ОБЕД	Овощи соленые	30		0,4	0,05	1,25	7	0,01	0,02	5	0,3	11,5	0	7	21	0,15
	ПРИЕМУ ПИЦ	-ŪN:	440		13	13	94	530	0,13	0,29	45,785	1,55	223,395	0,02	42,14	123,24	2,2
ИТОГО ЗА Д	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		440	0	13	13	94	530	0,13	0,29	45,785	1,55	223,395	0,02	42,14	123,24	2,2
	<u>.                                   </u>	я:2 Сезон:осенне-зимний															
32/2	ОБЕД	Суп фасолевый	200		2,33	2,7	16,22	96,4	0	0	0,125	0,125	5,55	0	0	0	0
167	ОБЕД	Каша пшеничная рассыпчатая	180		10,1	4,94	56	289,1	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0
308	ОБЕД	Фрикадельки из птицы или кролика	80		8,1	7,22	7,86	127,1	0,064	0,08	0,872	0,872	30,712	0	0	0	0
701	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30		3,8	0,4	24,6	117,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
701/1	ОБЕД	Хлеб ржаной	30		1,12	0,22	9,88	45	98	0,02	0	0,18	4,6	0	5	21,2	0
6	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60		1,8	5,09	9,69	92,93	0,03	0,05	44,88	0,66	53,46	0	0	0	0
270	ОБЕД	Сок	200		0,2	0,04	10,2	41	0	0	2,8	0,08	3,1	0	0,84	0	0
итого по	ПРИЕМУ ПИЦ	<u>-Йи:</u>	800		28,44	18,5	130,31	775,47	0,114	0,22	6,517	1,342	153,172	0	19,18	21	0,15
ИТОГО ЗА Д	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	'	1580		27	21	134	809	0,114	0,22	6,517	1,342	153,172	0	19,18	21	0,15
СРЕДНЕЕ 3	ЗНАЧЕНИЕ ЗА	А ПЕРИОД:	1580	0	27	21	134	809	0,0788	0,1548	15,8205	1,1438	87,7345	0,002	14,6393	22,824	0,295
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от							14.5		0.01	0.02	1.95	0.14	10.84	0	1.81	2.82	0.04
калорийнос				0	3.26	3.42		8095.52									

Средняя цена