

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-18 лет

| № п/п                       | Наименование  | Выход<br>г | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углевод<br>ы<br>г | Энергетиче<br>ская<br>ценность<br>ккал | Витамины    |              |               |                       | Минеральные вещества |              |               |               | В2,<br>мг   | I,<br>мкг    | № по<br>сбор<br>ник<br>у | Наименование сборника                            |
|-----------------------------|---|------------|--------------|--------------|-------------------|--|-------------|--------------|---------------|-----------------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------------------|--|
|                             |   |            |              |              |                   |  | В 1, мг     | С, мг        | А, мкг        | Е мг,<br>ток.<br>экв. | Са, мг               | Р, мг        | Mg, мг        | Fe, мг        |             |              |                          |  |
| <b>День 1 (понедельник)</b> |   |            |              |              |                   |  |             |              |               |                       |                      |              |               |               |             |              |                          |  |
| <b>Завтрак</b>              |   |            |              |              |                   |  |             |              |               |                       |                      |              |               |               |             |              |                          |  |
| 1                           | Макароны с сыром                                    | 200        | 15,09        | 13,64        | 48,96             | 378,98                                 | 0,13        | 0,22         | 95,20         | 1,24                  | 85,54                | 7,44         | 22,39         | 1,45          | 0,13        | 1,40         | 226                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                           | Чай с сахаром                                       | 200        | 0,00         | 0,00         | 5,99              | 23,98                                  | 0,00        | 0,00         | 0,00          | 0,00                  | 3,65                 | 0,00         | 0,00          | 0,02          | 0,00        | 0,00         | 420                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                           | Фрукты свежие по сезонности                         | 120        | 0,48         | 0,48         | 11,76             | 53,28                                  | 0,04        | 12,00        | 0,00          | 0,24                  | 19,20                | 0,00         | 10,80         | 2,64          | 0,02        | 2,40         | 403                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                           | Хлеб из муки пшеничной                              | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42             | 78,51                                  | 0,03        | 0,00         | 0,00          | 0,51                  | 7,05                 | 0,00         | 3,90          | 0,36          | 0,01        | 0,00         | 18                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                             | <b>Итого за завтрак:</b>                            | <b>550</b> | <b>17,82</b> | <b>14,99</b> | <b>82,13</b>      | <b>534,75</b>                          | <b>0,20</b> | <b>12,22</b> | <b>95,20</b>  | <b>1,99</b>           | <b>115,44</b>        | <b>7,44</b>  | <b>37,09</b>  | <b>4,47</b>   | <b>0,16</b> | <b>3,80</b>  |                          |  |
| <b>Обед</b>                 |   |            |              |              |                   |  |             |              |               |                       |                      |              |               |               |             |              |                          |  |
| 1                           | Помидор свежий                                      | 100        | 1,20         | 4,70         | 7,70              | 77,90                                  | 0,03        | 9,60         | 0,00          | 2,10                  | 32,00                | 0,00         | 13,00         | 0,80          | 0,03        | 0,00         | 25                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                           | Суп вермишелевый на курб                            | 250        | 2,51         | 4,42         | 15,65             | 112,38                                 | 0,05        | 1,50         | 15,00         | 0,41                  | 10,20                | 0,03         | 8,40          | 0,48          | 0,02        | 1,55         | 156                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                           | Рагу из мяса птицы (курица)                         | 280        | 31,17        | 28,75        | 35,06             | 523,67                                 | 0,30        | 19,87        | 85,18         | 2,98                  | 65,36                | 26,28        | 69,52         | 3,78          | 0,32        | 15,95        | 334                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                           | Компот из плодов сухих                              | 200        | 0,64         | 0,05         | 29,10             | 119,39                                 | 0,00        | 0,80         | 160,00        | 0,00                  | 19,00                | 0,00         | 14,72         | 480,06        | 0,03        | 0,00         | 455                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                           | Хлеб из муки пшеничной                              | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28             | 52,34                                  | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34                  | 4,70                 | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00         | 18                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                           | Хлеб ржано-пшеничный                                | 40         | 2,24         | 0,44         | 19,76             | 91,96                                  | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,36                  | 100,00               | 0,00         | 10,00         | 1,24          | 0,01        | 4,00         | 19                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                             | <b>Итого за обед:</b>                               | <b>890</b> | <b>39,26</b> | <b>38,93</b> | <b>117,55</b>     | <b>977,64</b>                          | <b>0,44</b> | <b>31,77</b> | <b>260,18</b> | <b>6,19</b>           | <b>231,25</b>        | <b>26,31</b> | <b>118,24</b> | <b>486,60</b> | <b>0,42</b> | <b>21,50</b> |                          |  |
|                             | <b>Итого за завтрак+обед:</b>                       |            | <b>57,08</b> | <b>53,93</b> | <b>199,68</b>     | <b>1512,39</b>                         | <b>0,65</b> | <b>44,00</b> | <b>353,38</b> | <b>8,19</b>           | <b>346,69</b>        | <b>33,75</b> | <b>155,33</b> | <b>491,07</b> | <b>0,58</b> | <b>25,31</b> |                          |  |
| <b>День 2 (Вторник)</b>     |   |            |              |              |                   |  |             |              |               |                       |                      |              |               |               |             |              |                          |  |
| <b>Завтрак</b>              |   |            |              |              |                   |  |             |              |               |                       |                      |              |               |               |             |              |                          |  |
| 1                           | Каша пшеничная                                      | 230        | 6,61         | 5,83         | 31,66             | 205,58                                 | 0,16        | 0,52         | 20,01         | 0,13                  | 117,18               | 2,63         | 40,97         | 1,05          | 0,13        | 9,63         | 199                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                           | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)       | 40         | 3,00         | 3,92         | 29,76             | 166,80                                 | 0,03        | 0,00         | 4,00          | 1,40                  | 11,60                | 0,00         | 8,00          | 0,84          | 0,02        | 0,00         | ПП                       |  |
| 3                           | Масло сливочное                                     | 10         | 0,08         | 8,25         | 0,08              | 74,89                                  | 0,00        | 0,00         | 30,00         | 0,10                  | 1,20                 | 0,05         | 0,00          | 0,02          | 0,01        | 0,90         | 13                       | Для школ, Перевалова 2013                        |
| 4                           | Сыр (порциями)                                      | 20         | 4,64         | 5,90         | 0,00              | 71,66                                  | 0,01        | 0,14         | 52,00         | 0,10                  | 44,00                | 4,64         | 7,00          | 0,20          | 0,06        | 0,00         | 16                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                           | Чай (или с повидлом/или вареньем/каркаде)           | 200        | 0,00         | 0,00         | 5,99              | 23,98                                  | 0,02        | 0,48         | 12,00         | 0,00                  | 100,45               | 2,40         | 11,20         | 0,10          | 0,10        | 7,20         | 378                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                           | Хлеб из муки пшеничной                              | 60         | 4,50         | 1,74         | 30,84             | 157,02                                 | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 1,02                  | 14,10                | 0,00         | 7,80          | 0,72          | 0,02        | 0,00         | 18                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                             | <b>Итого за завтрак:</b>                            | <b>560</b> | <b>18,83</b> | <b>25,64</b> | <b>98,33</b>      | <b>699,93</b>                          | <b>0,28</b> | <b>1,14</b>  | <b>118,01</b> | <b>2,75</b>           | <b>288,52</b>        | <b>9,72</b>  | <b>74,97</b>  | <b>2,93</b>   | <b>0,34</b> | <b>17,73</b> |                          |  |
| <b>Обед</b>                 |   |            |              |              |                   |  |             |              |               |                       |                      |              |               |               |             |              |                          |  |
| 1                           | Салат из свеклы с маслом раст.                      | 100        | 0,52         | 3,63         | 3,03              | 46,87                                  | 0,01        | 3,44         | 0,00          | 1,62                  | 12,74                | 0,00         | 7,58          | 0,48          | 0,01        | 2,41         | 82                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                           | Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне | 250        | 2,36         | 4,16         | 8,39              | 80,60                                  | 0,07        | 19,71        | 13,63         | 1,28                  | 153,23               | 2,17         | 22,45         | 0,85          | 0,07        | 4,58         | 157                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                           | Гуляш из мяса птицы                                 | 100        | 12,21        | 10,08        | 3,14              | 152,09                                 | 0,08        | 1,00         | 6,00          | 2,94                  | 15,24                | 13,03        | 20,20         | 2,27          | 0,12        | 5,46         | 311                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                           | Рис с овощами                                       | 180        | 4,06         | 5,01         | 42,74             | 232,30                                 | 0,06        | 1,80         | 16,20         | 0,35                  | 13,80                | 0,03         | 34,28         | 0,74          | 0,04        | 2,39         | 360                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                           | Компот из плодов свежих (яблоки)                    | 200        | 0,12         | 0,12         | 22,92             | 93,24                                  | 0,01        | 3,00         | 0,00          | 0,06                  | 5,40                 | 0,00         | 2,70          | 0,72          | 0,01        | 0,60         | 451                      | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                           | Хлеб из муки пшеничной                              | 40         | 3,00         | 1,16         | 20,56             | 104,68                                 | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34                  | 4,70                 | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00         | 18                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 7                           | Хлеб ржано-пшеничный                                | 40         | 2,24         | 0,44         | 19,76             | 91,96                                  | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,36                  | 100,00               | 0,00         | 10,00         | 1,24          | 0,01        | 4,00         | 19                       | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                             | <b>Итого за обед:</b>                               | <b>910</b> | <b>24,50</b> | <b>24,60</b> | <b>120,54</b>     | <b>801,74</b>                          | <b>0,28</b> | <b>28,96</b> | <b>35,83</b>  | <b>6,94</b>           | <b>305,11</b>        | <b>15,22</b> | <b>99,81</b>  | <b>6,55</b>   | <b>0,27</b> | <b>19,43</b> |                          |  |
|                             | <b>Итого за завтрак+обед:</b>                       |            | <b>43,33</b> | <b>50,25</b> | <b>218,87</b>     | <b>1501,67</b>                         | <b>0,57</b> | <b>30,10</b> | <b>153,84</b> | <b>9,69</b>           | <b>593,63</b>        | <b>24,95</b> | <b>174,78</b> | <b>9,48</b>   | <b>0,61</b> | <b>37,15</b> |                          |  |

| День 3 (Среда)                |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |  |
|-------------------------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-----|--|--|
| Завтрак                       |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |  |
| 1                             | Пудинг из творога запеченный                   | 200        | 33,00        | 20,57        | 31,55         | 445,87         | 0,28        | 0,85         | 100,01        | 0,69         | 375,39        | 31,36        | 42,80         | 1,13          | 0,51        | 3,51          | 241 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 2                             | Книсьель плодово-ягодный                       | 50         | 0,00         | 0,00         | 7,54          | 30,17          | 0,00        | 0,02         | 0,00          | 0,00         | 0,19          | 3,65         | 0,00          | 0,15          | 0,02        | 0,00          |     | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 3                             | Чай с сахаром                                  | 200        | 0,00         | 0,00         | 5,99          | 23,98          | 0,00        | 0,00         | 0,00          | 0,00         | 3,65          | 0,00         | 0,00          | 0,02          | 0,00        | 0,00          | 420 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 4                             | Масло сливочное                                | 10         | 0,08         | 8,25         | 0,08          | 74,89          | 0,00        | 0,00         | 30,00         | 0,10         | 1,20          | 0,05         | 0,00          | 0,02          | 0,01        | 0,90          | 13  | Для школ, Перевалова 2013                        |  |
| 5                             | Фрукты свежие по сезонности                    | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40          | 0,03        | 10,00        | 0,00          | 0,20         | 16,00         | 0,00         | 9,00          | 2,20          | 0,02        | 2,00          | 403 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 6                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,34          | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34         | 4,70          | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| <b>Итого за завтрак:</b>      |  | <b>580</b> | <b>34,98</b> | <b>29,80</b> | <b>65,24</b>  | <b>671,65</b>  | <b>0,33</b> | <b>10,87</b> | <b>130,01</b> | <b>1,33</b>  | <b>401,13</b> | <b>35,06</b> | <b>54,40</b>  | <b>3,76</b>   | <b>0,56</b> | <b>6,41</b>   |     |  |  |
| Обед                          |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |  |
| 1                             | Огурцы свежие                                  | 100        | 0,80         | 0,10         | 1,70          | 10,90          | 0,02        | 5,00         | 0,00          | 0,10         | 23,00         | 0,00         | 14,00         | 0,60          | 0,02        | 3,00          | 637 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 2                             | Суп картофельный с бобовыми (горохом) и курами | 250        | 6,90         | 6,86         | 19,60         | 167,65         | 0,23        | 6,50         | 0,00          | 2,45         | 36,30         | 0,00         | 38,10         | 1,96          | 0,08        | 4,30          | 132 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 3                             | Котлеты рубленые куриные                       | 100        | 17,88        | 15,79        | 14,90         | 273,26         | 0,07        | 0,00         | 5,40          | 2,64         | 9,78          | 11,73        | 18,18         | 1,26          | 0,07        | 3,90          | 318 |  |  |
| 4                             | Макароны с томатом                             | 180        | 6,71         | 8,16         | 72,00         | 388,29         | 0,15        | 43,77        | 40,88         | 10,27        | 408,79        | 15,81        | 54,42         | 3,69          | 0,23        | 12,52         | 227 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 5                             | Компот из повидла                              | 200        | 0,01         | 0,04         | 12,83         | 51,75          | 0,00        | 3,00         | 0,00          | 0,20         | 3,40          | 0,00         | 3,00          | 0,18          | 0,00        | 0,00          | 456 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 6                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,34          | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34         | 4,70          | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 7                             | Хлеб ржано-пшеничный                           | 40         | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,36         | 100,00        | 0,00         | 10,00         | 1,24          | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| <b>Итого за обед:</b>         |  | <b>890</b> | <b>36,04</b> | <b>31,97</b> | <b>151,07</b> | <b>1036,15</b> | <b>0,55</b> | <b>58,27</b> | <b>46,28</b>  | <b>16,36</b> | <b>585,97</b> | <b>27,54</b> | <b>140,30</b> | <b>9,17</b>   | <b>0,42</b> | <b>27,72</b>  |     |  |  |
| <b>Итого за завтрак+обед:</b> |  |            | <b>71,02</b> | <b>61,77</b> | <b>216,31</b> | <b>1707,80</b> | <b>0,88</b> | <b>69,14</b> | <b>176,29</b> | <b>17,68</b> | <b>987,10</b> | <b>62,59</b> | <b>194,70</b> | <b>12,93</b>  | <b>0,98</b> | <b>34,13</b>  |     |  |  |
| День 4 (четверг)              |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |  |
| Завтрак                       |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |  |
| 1                             | Каша рисовая                                   | 230        | 7,06         | 7,99         | 49,86         | 299,57         | 0,06        | 0,69         | 31,05         | 0,25         | 145,62        | 3,47         | 41,73         | 0,66          | 0,17        | 11,48         | 202 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 2                             | Чай (или с повидлом/или вареньем/каркаде)      | 200        | 0,00         | 0,00         | 5,99          | 23,98          | 2,42        | 0,72         | 18,00         | 0,00         | 165,38        | 3,60         | 32,80         | 1,74          | 0,16        | 18,80         | 423 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 3                             | Сыр (порциями)                                 | 10         | 2,32         | 2,95         | 0,00          | 35,83          | 0,00        | 0,07         | 26,00         | 0,05         | 22,00         | 2,32         | 3,50          | 0,10          | 0,03        | 0,00          | 16  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 4                             | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)  | 50         | 3,75         | 5,90         | 38,45         | 208,55         | 0,06        | 0,08         | 10,10         | 0,60         | 27,89         | 1,01         | 8,54          | 0,60          | 0,06        | 2,85          |     | ПП   |  |
| 5                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 60         | 4,50         | 1,74         | 30,84         | 157,02         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 1,02         | 14,10         | 0,00         | 7,80          | 0,72          | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| <b>Итого за завтрак:</b>      |  | <b>550</b> | <b>17,63</b> | <b>18,58</b> | <b>125,14</b> | <b>724,95</b>  | <b>2,62</b> | <b>1,56</b>  | <b>85,15</b>  | <b>1,92</b>  | <b>374,99</b> | <b>10,41</b> | <b>94,37</b>  | <b>3,82</b>   | <b>0,44</b> | <b>33,13</b>  |     |  |  |
| Обед                          |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |  |
| 1                             | Салат из свежей капусты                        | 100        | 0,00         | 3,33         | 1,67          | 36,63          | 0,00        | 0,00         | 0,00          | 1,47         | 0,05          | 0,00         | 0,00          | 0,01          | 0,00        | 0,00          | 57  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 2                             | Суп картофельный с курами                      | 250        | 10,24        | 8,58         | 18,89         | 191,31         | 0,12        | 10,98        | 0,00          | 1,12         | 18,52         | 0,00         | 25,61         | 0,96          | 0,08        | 5,04          | 136 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 3                             | Биточки рыбные                                 | 100        | 20,65        | 4,22         | 16,56         | 186,85         | 0,12        | 1,16         | 12,50         | 2,22         | 402,90        | 18,15        | 37,24         | 0,85          | 0,10        | 151,08        | 256 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 4                             | Пюре картофельное                              | 180        | 4,50         | 5,10         | 49,20         | 260,30         | 0,19        | 15,55        | 20,25         | 0,21         | 56,39         | 0,84         | 39,16         | 1,42          | 0,16        | 10,61         | 256 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 5                             | Компот из плодов сухих                         | 200        | 0,64         | 0,05         | 29,10         | 119,39         | 0,00        | 0,80         | 160,00        | 0,00         | 19,00         | 0,00         | 14,72         | 480,06        | 0,03        | 0,00          | 455 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 6                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,34          | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34         | 4,70          | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| 7                             | Хлеб ржано-пшеничный                           | 40         | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,36         | 100,00        | 0,00         | 10,00         | 1,24          | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |  |
| <b>Итого за обед:</b>         |  | <b>890</b> | <b>39,77</b> | <b>22,30</b> | <b>145,46</b> | <b>938,78</b>  | <b>0,50</b> | <b>28,49</b> | <b>192,75</b> | <b>5,72</b>  | <b>601,56</b> | <b>18,99</b> | <b>129,33</b> | <b>484,78</b> | <b>0,40</b> | <b>170,73</b> |     |  |  |
| <b>Итого за завтрак+обед:</b> |  |            | <b>57,41</b> | <b>40,87</b> | <b>270,60</b> | <b>1663,73</b> | <b>3,12</b> | <b>30,05</b> | <b>277,90</b> | <b>7,63</b>  | <b>976,55</b> | <b>29,40</b> | <b>223,70</b> | <b>488,60</b> | <b>0,83</b> | <b>203,86</b> |     |  |  |

| День 5 (пятница)     |   |            |               |               |                |                 |             |               |                |              |                |               |               |                |             |               |     |  |
|----------------------|---|------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|-------------|---------------|----------------|--------------|----------------|---------------|---------------|----------------|-------------|---------------|-----|--|
| Завтрак              |   |            |               |               |                |                 |             |               |                |              |                |               |               |                |             |               |     |  |
| 1                    | Каша гречневая молочная                       | 250        | 8,90          | 11,80         | 31,70          | 268,90          | 0,11        | 0,47          | 94,03          | 0,98         | 187,23         | 23,62         | 31,09         | 3,57           | 0,72        | 31,22         | 191 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                    | Сыр (порциями)                                | 10         | 2,30          | 3,00          | 0,00           | 35,80           | 0,06        | 26,00         | 0,05           | 22,00        | 2,32           | 3,50          | 0,10          | 0,03           | 0,00        | 16,00         | 22  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                    | Чай с сахаром                                 | 200        | 0,00          | 0,00          | 5,99           | 23,98           | 0,00        | 0,00          | 0,00           | 0,00         | 3,65           | 0,00          | 0,00          | 0,02           | 0,00        | 0,00          | 420 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                    | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник) | 40         | 3,00          | 3,92          | 29,76          | 166,80          | 0,03        | 0,00          | 4,00           | 1,40         | 11,60          | 0,00          | 8,00          | 0,84           | 0,02        | 0,00          |     | ПП   |
| 5                    | Хлеб из муки пшеничной                        | 60         | 4,50          | 1,74          | 30,84          | 157,02          | 0,07        | 0,00          | 0,00           | 1,02         | 14,10          | 0,00          | 7,80          | 0,72           | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                      | <b>Итого за завтрак:</b>                      | <b>560</b> | <b>18,70</b>  | <b>20,46</b>  | <b>98,29</b>   | <b>652,50</b>   | <b>0,26</b> | <b>26,47</b>  | <b>98,08</b>   | <b>25,40</b> | <b>218,91</b>  | <b>27,12</b>  | <b>46,99</b>  | <b>5,18</b>    | <b>0,76</b> | <b>47,22</b>  |     |  |
| Обед                 |   |            |               |               |                |                 |             |               |                |              |                |               |               |                |             |               |     |  |
| 1                    | Салат Мозайка                                 | 100        | 2,88          | 7,38          | 10,18          | 118,60          | 0,09        | 7,03          | 0,01           | 2,89         | 37,23          | 1,27          | 25,20         | 0,95           | 0,11        | 6,27          | 94  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной      | 250        | 2,05          | 3,79          | 12,64          | 92,91           | 0,06        | 15,04         | 13,63          | 3,49         | 112,18         | 2,17          | 25,55         | 1,26           | 0,07        | 6,25          | 119 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                    | Пельмени с маслом сливочным                   | 280        | 26,70         | 42,69         | 57,01          | 719,01          | 0,38        | 0,00          | 42,00          | 1,48         | 41,82          | 26,66         | 29,24         | 2,06           | 0,19        | 1,26          | 275 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                    | Компот из плодов свежих (яблоки)              | 200        | 0,12          | 0,12          | 22,92          | 93,24           | 0,01        | 3,00          | 0,00           | 0,06         | 5,40           | 0,00          | 2,70          | 0,72           | 0,01        | 0,60          | 451 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                    | Хлеб из муки пшеничной                        | 40         | 3,00          | 1,16          | 20,56          | 104,68          | 0,02        | 0,00          | 0,00           | 0,34         | 4,70           | 0,00          | 2,60          | 0,24           | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                    | Хлеб ржано-пшеничный                          | 40         | 2,24          | 0,44          | 19,76          | 91,96           | 0,04        | 0,00          | 0,00           | 0,36         | 100,00         | 0,00          | 10,00         | 1,24           | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                      | <b>Итого за обед:</b>                         | <b>910</b> | <b>36,99</b>  | <b>55,58</b>  | <b>143,07</b>  | <b>1 220,40</b> | <b>0,61</b> | <b>25,07</b>  | <b>55,64</b>   | <b>8,62</b>  | <b>301,32</b>  | <b>30,10</b>  | <b>95,29</b>  | <b>6,46</b>    | <b>0,39</b> | <b>18,38</b>  |     |  |
|                      | <b>Итого за завтрак+обед:</b>                 |            | <b>55,69</b>  | <b>76,04</b>  | <b>241,36</b>  | <b>1872,90</b>  | <b>0,87</b> | <b>51,54</b>  | <b>153,72</b>  | <b>34,02</b> | <b>520,23</b>  | <b>57,22</b>  | <b>142,28</b> | <b>11,64</b>   | <b>1,15</b> | <b>65,60</b>  |     |  |
|                      | <b>Итого за завтрак+обед за 5 дней:</b>       |            | <b>284,53</b> | <b>282,85</b> | <b>1146,82</b> | <b>8258,50</b>  | <b>6,09</b> | <b>224,82</b> | <b>1117,12</b> | <b>77,21</b> | <b>3424,20</b> | <b>207,91</b> | <b>890,79</b> | <b>1013,72</b> | <b>4,16</b> | <b>366,05</b> |     |  |
| День 6 (понедельник) |   |            |               |               |                |                 |             |               |                |              |                |               |               |                |             |               |     |  |
| Завтрак              |   |            |               |               |                |                 |             |               |                |              |                |               |               |                |             |               |     |  |
| 1                    | Каша овсяная                                  | 230        | 4,80          | 11,08         | 23,91          | 214,52          | 0,11        | 0,39          | 37,54          | 0,45         | 93,98          | 2,01          | 38,21         | 0,93           | 0,12        | 8,07          | 196 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                    | Чай с сахаром                                 | 200        | 0,00          | 0,00          | 5,99           | 23,98           | 0,00        | 0,00          | 0,00           | 0,00         | 3,65           | 0,00          | 0,00          | 0,02           | 0,00        | 0,00          | 420 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                    | Творог для детского питания                   | 50         | 9,00          | 4,50          | 1,50           | 84,50           | 0,02        | 0,25          | 25,00          | 0,10         | 82,00          | 9,00          | 11,50         | 0,20           | 0,14        | 0,00          |     | ПП   |
| 4                    | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник) | 20         | 1,50          | 1,96          | 14,88          | 83,40           | 0,02        | 0,00          | 2,00           | 0,70         | 5,80           | 0,00          | 4,00          | 0,42           | 0,01        | 0,00          | 9   | ПП   |
| 5                    | Хлеб из муки пшеничной                        | 60         | 4,50          | 1,74          | 30,84          | 157,02          | 0,07        | 0,00          | 0,00           | 1,02         | 14,10          | 0,00          | 7,80          | 0,72           | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                      | <b>Итого за завтрак:</b>                      | <b>560</b> | <b>19,80</b>  | <b>19,28</b>  | <b>77,12</b>   | <b>563,42</b>   | <b>0,22</b> | <b>0,64</b>   | <b>64,54</b>   | <b>2,27</b>  | <b>199,53</b>  | <b>11,01</b>  | <b>61,51</b>  | <b>2,29</b>    | <b>0,28</b> | <b>8,07</b>   |     |  |
| Обед                 |   |            |               |               |                |                 |             |               |                |              |                |               |               |                |             |               |     |  |
| 1                    | Огурцы свежие                                 | 100        | 0,80          | 0,10          | 1,70           | 10,90           | 0,02        | 5,00          | 0,00           | 0,10         | 23,00          | 0,00          | 14,00         | 0,60           | 0,02        | 3,00          | 637 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                    | Щи из свежей капусты со сметаной с курицей    | 250        | 3,90          | 5,41          | 8,42           | 97,92           | 0,07        | 19,71         | 13,63          | 1,28         | 153,23         | 2,17          | 22,45         | 0,85           | 0,07        | 4,58          | 157 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                    | Печень по-строгановски                        | 100        | 14,92         | 10,27         | 4,22           | 169,01          | 0,24        | 25,45         | 4333,89        | 0,86         | 358,83         | 14,45         | 17,75         | 5,26           | 1,66        | 12,29         | 284 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                    | Каша гречневая                                | 180        | 7,59          | 6,43          | 34,23          | 225,17          | 0,26        | 0,00          | 16,20          | 0,53         | 12,62          | 0,03          | 119,76        | 4,02           | 0,13        | 3,53          | 341 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                    | Компот из плодов сухих                        | 200        | 0,64          | 0,05          | 29,10          | 119,39          | 0,00        | 0,80          | 160,00         | 0,00         | 19,00          | 0,00          | 14,72         | 480,06         | 0,03        | 0,00          | 455 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                    | Хлеб из муки пшеничной                        | 20         | 1,50          | 0,58          | 10,28          | 52,34           | 0,02        | 0,00          | 0,00           | 0,34         | 4,70           | 0,00          | 2,60          | 0,24           | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 7                    | Хлеб ржано-пшеничный                          | 40         | 2,24          | 0,44          | 19,76          | 91,96           | 0,04        | 0,00          | 0,00           | 0,36         | 100,00         | 0,00          | 10,00         | 1,24           | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
|                      | <b>Итого за обед:</b>                         | <b>890</b> | <b>31,59</b>  | <b>23,28</b>  | <b>107,71</b>  | <b>766,69</b>   | <b>0,65</b> | <b>50,96</b>  | <b>4523,71</b> | <b>3,48</b>  | <b>671,38</b>  | <b>16,65</b>  | <b>201,28</b> | <b>492,28</b>  | <b>1,93</b> | <b>27,40</b>  |     |  |
|                      | <b>Итого за завтрак+обед:</b>                 |            | <b>51,39</b>  | <b>42,56</b>  | <b>184,83</b>  | <b>1330,11</b>  | <b>0,87</b> | <b>51,61</b>  | <b>4588,26</b> | <b>5,75</b>  | <b>870,91</b>  | <b>27,66</b>  | <b>262,79</b> | <b>494,56</b>  | <b>2,21</b> | <b>35,47</b>  |     |  |

| День 7 (вторник)              |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |
|-------------------------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|-----|--|
| Завтрак                       |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |
| 1                             | Каша пшеничная                                 | 230        | 6,61         | 5,83         | 31,66         | 205,58         | 0,16        | 0,52         | 20,01         | 0,13         | 117,18        | 2,63         | 40,97         | 1,05          | 0,13        | 9,63          | 199 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                             | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)  | 50         | 3,75         | 5,90         | 38,45         | 208,55         | 0,07        | 0,14         | 9,01          | 0,98         | 50,20         | 3,51         | 9,42          | 0,49          | 0,08        | 2,08          | 559 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                             | Сыр (порциями)                                 | 10         | 2,32         | 2,95         | 0,00          | 35,83          | 0,00        | 0,07         | 26,00         | 0,05         | 22,00         | 2,32         | 3,50          | 0,10          | 0,03        | 0,00          | 16  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                             | Чай с сахаром                                  | 200        | 0,00         | 0,00         | 5,99          | 23,98          | 2,42        | 0,72         | 18,00         | 0,00         | 165,38        | 3,60         | 32,80         | 1,74          | 0,16        | 18,80         | 423 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 60         | 4,50         | 1,74         | 30,84         | 157,02         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 1,02         | 14,10         | 0,00         | 7,80          | 0,72          | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за завтрак:</b>      |  | <b>550</b> | <b>17,18</b> | <b>16,42</b> | <b>106,94</b> | <b>630,96</b>  | <b>2,73</b> | <b>1,45</b>  | <b>73,02</b>  | <b>2,17</b>  | <b>368,85</b> | <b>12,06</b> | <b>94,50</b>  | <b>4,09</b>   | <b>0,42</b> | <b>30,51</b>  |     |  |
| Обед                          |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |
| 1                             | Помидор свежий                                 | 100        | 1,20         | 4,70         | 7,70          | 77,90          | 0,03        | 9,60         | 0,00          | 2,10         | 32,00         | 0,00         | 13,00         | 0,80          | 0,03        | 0,00          | 25  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                             | Суп картофельный с консервами рыбными          | 250        | 10,22        | 5,15         | 14,19         | 144,01         | 0,12        | 9,35         | 8,00          | 1,78         | 118,83        | 8,36         | 47,20         | 1,23          | 0,13        | 4,87          | 134 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                             | Гуляш из мяса птицы                            | 100        | 12,21        | 10,08        | 3,14          | 152,09         | 0,08        | 1,00         | 6,00          | 2,94         | 15,24         | 13,03        | 20,20         | 2,27          | 0,12        | 5,46          | 311 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                             | Изделия макаронные отварные                    | 180        | 6,97         | 5,27         | 44,46         | 253,19         | 0,11        | 0,00         | 16,20         | 1,00         | 25,87         | 0,03         | 10,87         | 1,12          | 0,03        | 1,43          | 340 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                             | Компот из плодов сухих                         | 200        | 0,64         | 0,05         | 29,10         | 119,39         | 0,00        | 0,80         | 160,00        | 0,00         | 19,00         | 0,00         | 14,72         | 480,06        | 0,03        | 0,00          | 455 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 40         | 3,00         | 1,16         | 20,56         | 104,68         | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34         | 4,70          | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 7                             | Хлеб ржано-пшеничный                           | 40         | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,36         | 100,00        | 0,00         | 10,00         | 1,24          | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за обед:</b>         |  | <b>910</b> | <b>36,48</b> | <b>26,85</b> | <b>138,91</b> | <b>943,22</b>  | <b>0,41</b> | <b>20,75</b> | <b>190,20</b> | <b>8,52</b>  | <b>315,63</b> | <b>21,42</b> | <b>118,59</b> | <b>486,97</b> | <b>0,36</b> | <b>15,75</b>  |     |  |
| <b>Итого за завтрак+обед:</b> |  |            | <b>53,65</b> | <b>43,28</b> | <b>245,85</b> | <b>1574,19</b> | <b>3,13</b> | <b>22,20</b> | <b>263,22</b> | <b>10,69</b> | <b>684,48</b> | <b>33,48</b> | <b>213,09</b> | <b>491,06</b> | <b>0,77</b> | <b>46,26</b>  |     |  |
| День 8 (среда)                |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |
| Завтрак                       |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |
| 1                             | Вермишель молочная (изделия группы А)          | 230        | 6,22         | 7,22         | 21,24         | 174,91         | 0,05        | 0,97         | 109,48        | 1,43         | 200,80        | 8,56         | 25,75         | 0,45          | 0,22        | 1,61          | 141 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                             | Сыр (порциями)                                 | 10         | 2,32         | 2,95         | 0,00          | 35,83          | 0,00        | 0,07         | 26,00         | 0,05         | 22,00         | 2,32         | 3,50          | 0,10          | 0,03        | 0,00          | 16  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                             | Фрукты свежие по сезонности                    | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40          | 0,03        | 10,00        | 0,00          | 0,20         | 16,00         | 0,00         | 9,00          | 2,20          | 0,02        | 2,00          | 403 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                             | Чай с сахаром                                  | 200        | 0,00         | 0,00         | 5,99          | 23,98          | 0,00        | 0,00         | 0,00          | 0,00         | 3,65          | 0,00         | 0,00          | 0,02          | 0,00        | 0,00          | 420 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 60         | 4,50         | 1,74         | 30,84         | 157,02         | 0,07        | 0,00         | 0,00          | 1,02         | 14,10         | 0,00         | 7,80          | 0,72          | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за завтрак:</b>      |  | <b>600</b> | <b>13,44</b> | <b>12,31</b> | <b>67,87</b>  | <b>436,14</b>  | <b>0,15</b> | <b>11,04</b> | <b>135,48</b> | <b>2,70</b>  | <b>256,55</b> | <b>10,88</b> | <b>46,05</b>  | <b>3,49</b>   | <b>0,29</b> | <b>3,61</b>   |     |  |
| Обед                          |  |            |              |              |               |                |             |              |               |              |               |              |               |               |             |               |     |  |
| 1                             | Салат из свежей капусты                        | 100        | 0,00         | 3,33         | 1,67          | 36,63          | 0,00        | 0,00         | 0,00          | 1,47         | 0,05          | 0,00         | 0,00          | 0,01          | 0,00        | 0,00          | 57  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2                             | Суп картофельный с бобовыми (горохом) и курами | 250        | 6,91         | 6,86         | 19,60         | 167,65         | 0,23        | 6,50         | 0,00          | 2,45         | 36,30         | 0,00         | 38,10         | 1,96          | 0,08        | 4,30          | 132 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3                             | Котлета рыбная                                 | 100        | 20,65        | 4,22         | 16,56         | 186,85         | 0,12        | 1,16         | 12,50         | 2,22         | 402,90        | 18,15        | 37,24         | 0,85          | 0,10        | 151,08        | 256 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4                             | Рис отварной                                   | 180        | 4,50         | 5,10         | 49,20         | 260,30         | 0,19        | 15,55        | 20,25         | 0,21         | 56,39         | 0,84         | 39,16         | 1,42          | 0,16        | 10,61         | 342 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5                             | Компот из плодов сухих                         | 200        | 0,64         | 0,05         | 29,10         | 119,39         | 0,00        | 0,80         | 160,00        | 0,00         | 19,00         | 0,00         | 14,72         | 480,06        | 0,03        | 0,00          | 455 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6                             | Хлеб из муки пшеничной                         | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,34          | 0,02        | 0,00         | 0,00          | 0,34         | 4,70          | 0,00         | 2,60          | 0,24          | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 7                             | Хлеб ржано-пшеничный                           | 40         | 2,24         | 0,44         | 19,76         | 91,96          | 0,04        | 0,00         | 0,00          | 0,36         | 100,00        | 0,00         | 10,00         | 1,24          | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за обед:</b>         |  | <b>890</b> | <b>36,44</b> | <b>20,58</b> | <b>146,17</b> | <b>915,12</b>  | <b>0,62</b> | <b>24,01</b> | <b>192,75</b> | <b>7,05</b>  | <b>619,34</b> | <b>18,99</b> | <b>141,82</b> | <b>485,78</b> | <b>0,40</b> | <b>169,99</b> |     |  |
| <b>Итого за завтрак+обед:</b> |  |            | <b>49,88</b> | <b>32,89</b> | <b>214,04</b> | <b>1351,26</b> | <b>0,77</b> | <b>35,05</b> | <b>328,23</b> | <b>9,75</b>  | <b>875,89</b> | <b>29,87</b> | <b>187,87</b> | <b>489,27</b> | <b>0,69</b> | <b>173,60</b> |     |  |

| День 9 (четверг)                         |  |            |               |               |                 |                  |              |               |                 |               |                 |               |                 |                 |             |               |     |  |
|--|--|------------|---------------|---------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------|---------------|-----|--|
| Завтрак                                  |  |            |               |               |                 |                  |              |               |                 |               |                 |               |                 |                 |             |               |     |  |
| 1  | Каша гречневая молочная                        | 250        | 8,90          | 11,80         | 31,70           | 268,90           | 0,11         | 0,47          | 94,03           | 0,98          | 187,23          | 23,62         | 31,09           | 3,57            | 0,72        | 31,22         | 191 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2  | Чай с сахаром                                  | 200        | 0,00          | 0,00          | 5,99            | 23,98            | 0,00         | 0,00          | 0,00            | 0,00          | 3,65            | 0,00          | 0,00            | 0,02            | 0,00        | 0,00          | 420 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3  | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)  | 50         | 3,75          | 5,90          | 38,45           | 208,55           | 0,06         | 0,08          | 10,10           | 0,60          | 27,89           | 1,01          | 8,54            | 0,60            | 0,06        | 2,85          | 551 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4  | Хлеб из муки пшеничной                         | 60         | 4,50          | 1,74          | 30,84           | 157,02           | 0,07         | 0,00          | 0,00            | 1,02          | 14,10           | 0,00          | 7,80            | 0,72            | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за завтрак:</b>                 |  | <b>560</b> | <b>17,15</b>  | <b>19,44</b>  | <b>106,98</b>   | <b>658,45</b>    | <b>0,24</b>  | <b>0,55</b>   | <b>104,13</b>   | <b>2,60</b>   | <b>232,87</b>   | <b>24,63</b>  | <b>47,43</b>    | <b>4,91</b>     | <b>0,79</b> | <b>34,07</b>  |     |  |
| Обед                                     |  |            |               |               |                 |                  |              |               |                 |               |                 |               |                 |                 |             |               |     |  |
| 1  | Помидор свежий                                 | 100        | 1,20          | 4,70          | 7,70            | 77,90            | 0,03         | 9,60          | 0,00            | 2,10          | 32,00           | 0,00          | 13,00           | 0,80            | 0,03        | 0,00          | 25  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2  | Суп вермишелевый на кур.б                      | 250        | 2,51          | 4,42          | 15,65           | 112,38           | 0,05         | 1,50          | 15,00           | 0,41          | 10,20           | 0,03          | 8,40            | 0,48            | 0,02        | 1,55          | 156 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3  | Плов куриный                                   | 280        | 22,50         | 28,11         | 54,74           | 561,97           | 0,14         | 7,26          | 55,53           | 6,08          | 35,82           | 17,14         | 59,15           | 2,39            | 0,17        | 6,81          | 331 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4  | Компот из плодов свежих (яблоки)               | 200        | 0,12          | 0,12          | 22,92           | 93,24            | 0,01         | 3,00          | 0,00            | 0,06          | 5,40            | 0,00          | 2,70            | 0,72            | 0,01        | 0,60          | 451 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5  | Хлеб из муки пшеничной                         | 20         | 1,50          | 0,58          | 10,28           | 52,34            | 0,02         | 0,00          | 0,00            | 0,34          | 4,70            | 0,00          | 2,60            | 0,24            | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6  | Хлеб ржано-пшеничный                           | 40         | 2,24          | 0,44          | 19,76           | 91,96            | 0,04         | 0,00          | 0,00            | 0,36          | 100,00          | 0,00          | 10,00           | 1,24            | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за обед:</b>                    |  | <b>890</b> | <b>30,07</b>  | <b>38,37</b>  | <b>131,05</b>   | <b>989,78</b>    | <b>0,29</b>  | <b>21,36</b>  | <b>70,53</b>    | <b>9,35</b>   | <b>188,12</b>   | <b>17,16</b>  | <b>95,85</b>    | <b>5,87</b>     | <b>0,25</b> | <b>12,96</b>  |     |  |
| <b>Итого за завтрак+обед:</b>            |  |            | <b>47,22</b>  | <b>57,81</b>  | <b>238,03</b>   | <b>1648,23</b>   | <b>0,53</b>  | <b>21,90</b>  | <b>174,66</b>   | <b>11,95</b>  | <b>420,99</b>   | <b>41,79</b>  | <b>143,28</b>   | <b>10,78</b>    | <b>1,04</b> | <b>47,03</b>  |     |  |
| День 10 (пятница)                        |  |            |               |               |                 |                  |              |               |                 |               |                 |               |                 |                 |             |               |     |  |
| Завтрак                                  |  |            |               |               |                 |                  |              |               |                 |               |                 |               |                 |                 |             |               |     |  |
| 1  | Каша манная молочная                           | 230        | 6,29          | 7,73          | 28,12           | 207,48           | 0,11         | 0,39          | 37,54           | 0,45          | 93,98           | 2,01          | 38,21           | 0,93            | 0,12        | 8,07          | 195 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2  | Чай с сахаром                                  | 200        | 0,00          | 0,00          | 5,99            | 23,98            | 2,42         | 0,72          | 18,00           | 0,00          | 165,38          | 3,60          | 32,80           | 1,74            | 0,16        | 18,80         | 423 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3  | Масло сливочное                                | 10         | 0,08          | 8,25          | 0,08            | 74,89            | 0,00         | 0,00          | 30,00           | 0,10          | 1,20            | 0,05          | 0,00            | 0,02            | 0,01        | 0,90          | 13  | Для школ, Перевалова 2013                        |
| 4  | Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)  | 50         | 2,25          | 2,94          | 22,32           | 125,10           | 0,02         | 0,00          | 2,00            | 0,70          | 5,80            | 0,00          | 4,00            | 0,42            | 0,01        | 0,00          | 9   | ПП   |
| 5  | Хлеб из муки пшеничной                         | 60         | 4,50          | 1,74          | 30,84           | 157,02           | 0,07         | 0,00          | 0,00            | 1,02          | 14,10           | 0,00          | 7,80            | 0,72            | 0,02        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за завтрак:</b>                 |  | <b>550</b> | <b>13,12</b>  | <b>32,63</b>  | <b>109,33</b>   | <b>827,23</b>    | <b>0,18</b>  | <b>1,62</b>   | <b>159,05</b>   | <b>2,22</b>   | <b>378,10</b>   | <b>14,08</b>  | <b>80,83</b>    | <b>2,26</b>     | <b>0,46</b> | <b>23,18</b>  |     |  |
| Обед                                     |  |            |               |               |                 |                  |              |               |                 |               |                 |               |                 |                 |             |               |     |  |
| 1  | Салат из свеклы с маслом раст.                 | 100        | 0,52          | 3,63          | 3,03            | 46,87            | 0,01         | 3,44          | 0,00            | 1,62          | 12,74           | 0,00          | 7,58            | 0,48            | 0,01        | 2,41          | 82  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 2  | Рассольник ленинградский со сметаной на кур.б. | 250        | 2,42          | 3,45          | 17,10           | 109,14           | 0,11         | 9,27          | 3,75            | 1,31          | 45,23           | 0,14          | 26,19           | 0,97            | 0,08        | 5,11          | 122 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 3  | Пельмени с маслом сливочным                    | 280        | 26,70         | 42,69         | 57,01           | 719,01           | 0,38         | 0,00          | 42,00           | 1,48          | 41,82           | 26,66         | 29,24           | 2,06            | 0,19        | 1,26          | 504 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 4  | Компот из повидла                              | 200        | 0,01          | 0,04          | 12,83           | 51,75            | 0,00         | 3,00          | 0,00            | 0,20          | 3,40            | 0,00          | 3,00            | 0,18            | 0,00        | 0,00          | 456 | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 5  | Хлеб из муки пшеничной                         | 20         | 1,50          | 0,58          | 10,28           | 52,34            | 0,02         | 0,00          | 0,00            | 0,34          | 4,70            | 0,00          | 2,60            | 0,24            | 0,01        | 0,00          | 18  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| 6  | Хлеб ржано-пшеничный                           | 40         | 2,24          | 0,44          | 19,76           | 91,96            | 0,04         | 0,00          | 0,00            | 0,36          | 100,00          | 0,00          | 10,00           | 1,24            | 0,01        | 4,00          | 19  | Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016 |
| <b>Итого за обед:</b>                    |  | <b>890</b> | <b>33,39</b>  | <b>50,83</b>  | <b>120,01</b>   | <b>1071,06</b>   | <b>0,57</b>  | <b>15,71</b>  | <b>45,75</b>    | <b>5,31</b>   | <b>207,89</b>   | <b>26,80</b>  | <b>78,61</b>    | <b>5,17</b>     | <b>0,31</b> | <b>12,78</b>  |     |  |
| <b>Итого за завтрак+обед:</b>            |  |            | <b>46,51</b>  | <b>83,46</b>  | <b>229,34</b>   | <b>1 898,29</b>  | <b>0,75</b>  | <b>17,33</b>  | <b>204,80</b>   | <b>7,53</b>   | <b>585,99</b>   | <b>40,88</b>  | <b>159,44</b>   | <b>7,43</b>     | <b>0,77</b> | <b>35,96</b>  |     |  |
| <b>Итого за завтрак+обед за 5 дней:</b>  |  |            | <b>248,65</b> | <b>259,98</b> | <b>1 112,09</b> | <b>7 802,08</b>  | <b>6,05</b>  | <b>148,08</b> | <b>5 559,17</b> | <b>45,65</b>  | <b>3 438,26</b> | <b>173,69</b> | <b>966,47</b>   | <b>1 493,10</b> | <b>5,47</b> | <b>338,32</b> |     |  |
| <b>Итого за завтрак+обед за 10 дней:</b> |  |            | <b>533,18</b> | <b>542,84</b> | <b>2 258,91</b> | <b>16 060,58</b> | <b>12,13</b> | <b>372,90</b> | <b>6 676,29</b> | <b>122,86</b> | <b>6 862,46</b> | <b>381,59</b> | <b>1 857,25</b> | <b>2 506,82</b> | <b>9,63</b> | <b>704,37</b> |     |  |