

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)

с. Валы

Сударкина С.А.
«02» сентября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Детское питание»
Полуляхова Т.А.

Полуляхова Т.А.
«02» сентября 2024 г.



Примерное цикличное меню для организации питания

В СПДС ГБОУ С(О)ОШ

с. Валы

Ставропольского района
на 2024/2025 уч.год.

осенне-зимний период

Примерное цикличное меню СПДС ГБОУ ООШ с. Валы на 2024-2025 уч.год.

Понедельник			1 неделя			
завтрак						
№ рецептуры /ТК	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен.
			белки	жиры	углеводы	Ккал
25/545421121	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4.6	5.8		72
4/66361312	Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом, сахаром	150/5/5	3.94	11.88	17.85	144
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	020	3.04	0.32	19.44	95
630/66662212	Чай с молоком (чай черный листовой, сахар-песок, молоко)	180	1.05	1.2	13.04	67
	всего:		12.63	19.20	50.33	378.00
2 -ой завтрак						
ПР	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23.4	
	всего:		1	0	23.4	0
обед						
24/41121212	Кукуруза консервированная (кукуруза консервированная)	010	1.5	0.7	2.4	84
139.01.	Суп картофельный с макаронными изделиями (св. картофель,	180	1.57	4.64	10.36	83.39
23/61432131	Котлеты куриные с соусом (мясо куриное, лук, морковь, томат.паста,	050/30	8	9.46	7.59	153
302	Перловая каша рассыпчатая с овощами (крупа перловая, морковь, лук репчатый,	130				
83/ы0000009	Компот из сухофруктов (смесь компотная сушеная, сахар- песок)	180	1	0	18.2	102
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		16.4	15.5	63.1	545.1
ПОЛДНИК						
695/555541	Ватрушка с повидлом (мука пшеничная, куриное яйцо,повидло фруктовое, сахар - песок йодир.соль)	050	5.19	6.18	34.08	212
641212125	Какао с молоком (какао порошок, сахар - песок,	180	1.9	1.85	10.09	60
	всего:		7.09	8.03	44.17	272

ужин						
00000036	Тефтели с соусом (мякоть курицы, крупа, яйцо куриное, лук)	50/30	8	9.46	7.59	153
469/65663421	Макаронные изделия отварные (макароны из пшеничной муки, подсолн. масло)	130	3.5	4.1	23.5	147
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.26	0.06	15.22	59
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
всего:			14.13	13.92	60.80	429.50
Итого за день:			37.14	42.69	180.96	1195.09
Вторник 1 неделя						
завтрак						
109	Каша вязкая из 2-х круп (ячневая-пшеничная) (крупа ячневая, пшеничная, молоко, сливочное масло 72,5 %, сахар - песок, йодир.соль)	150/5/5	3.69	8.84	23.72	298
641212125	Какао с МОЛОКОМ (какао порошок, сахар - песок, молоко питьевое)	180	1.9	1.85	10.09	60
2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5.08	0.53	23.53	113
всего:			10.67	11.22	57.34	471.00
2 -ой завтрак						
ПР/542121	Десерт фруктовый (яблоко)	100	1.6	5.96	8.86	94
всего:			1.6	6.0	8.9	94.0
обед						
ПР	Огурцы соленые порционно (огурец консерв. в лимонной заливке)	020	0.16	0.02	0.52	2.8
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (капуста б/к, св. картофель, морковь, лук репч., сметана 20%, масло подсолн. раф., йодир.соль)	180	4.27	3.9	16.7	115
893/ы90	Плов из птицы (филе куриное) (филе куриное, крупа рисовая, св. морковь, лук репч., подсолн. масло рафин., чеснок, йодир.соль)	120/30	15.415	12.435	34.129	245.147
280	Компот из кураги (курага сушеная, сахар - песок)	180	1	0	30.0	123
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5

ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		25.04	17.00	105.34	605.85
ПОЛДНИК						
807.8/542111	Булочка "Загадка" (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи пекарские, повидло, яйцо куриное)	050	3.98	3.694	29.208	166.524
272/3333511	Ряженка (кисломолочный продукт промышленного производства)	180	1		18.2	76
	всего:		5	4	47	243
ужин						
428	Палочки с крупой с соусом (мясо куриное филе, яйцо куриное, крупа, св. морковь, лук репчатый, томатная паста, подсолн. масло рафинир., йодир.соль)	50/30	10.47	9.33	6.93	165
72/15212313	Картофель на молоке/Картофельное пюре (картофель свежий, сухое молоко, подсолнечное масло рафинир., йодир.соль)	130	3.04	4	21.62	121.23
ПР/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10.06	23.92	1.6	266
29/ы0000009	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0.243	0.046	13.761	53.71
	всего:		13.3	28.0	37.0	440.9
	Итого за день:		60.6	69.5	303.3	2096.8
Среда 1 неделя						
завтрак						
25/545421121	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4.6	5.8		72
104	Каша гречневая молочная жидкая (крупа гречневая, сухое молоко, масло сливочное 72,5 %, йодир.соль)	150/5/5	6.5	9.3	25	210
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3.04	0.32	19.44	95
	всего:		14.34	15.47	59.45	434.00
2 -ой завтрак						

ПР	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23.4	94
	всего:		1	0	23	94
обед						
60	Винегрет овощной (св. картофель, свекла, морковь, лук репч., зеленый горошек конс., огурцы конс.в лимонной заливке, масло подсолн. рафин.,	40	0.5	3.09	2.74	39.5
38/66316314	Суп картофельный с горохом (горох лущеный, св. картофель, морковь, лук репч.,	180	4.27	3.9	16.7	115
82/32136142	Капуста тушеная (б/к капуста свежая, морковь свежая, лук репчатый, подсолн. масло рафинир., йодир. соль)	130	3.1	5.67	11.66	107
401.01.	Гуляш из птицы	80	4.78	4.24	1.43	163
83/ы0000009	Компот из сухофруктов (смесь компотная сушеная, сахар-песок)	180	1		18.2	102
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир. соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир. соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		18.0	17.6	75.2	649.2
ПОЛДНИК						
695/555541	Булочка ванильная (мука пшеничная, куриное яйцо, повидло фруктовое, сахар - песок, йодир. соль)	050	5.19	6.18	34.08	212
272/33366444	Кефир (кисломолочный продукт промышленного производства)	180	1		18.2	76
	всего:		6.19	6.18	52.28	288
ужин						
402	Азу с говядиной (говядина мякоть, св. картофель, лук репчатый, огурец сол., масло подсолн. рафинир., йодир. соль)	130/20	13.42	17.08	32.69	334.31
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир. соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
	всего:		59.6	57.92	297.79	2181.71
	Итого за день:		39.53	39.21	210.37	1465.20
Четверг					1 неделя	

завтрак						
2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, сухое молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5.08	0.53	23.53	113
14/65544111	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром (крупа рисовая, сухое молоко, йодир.соль)	150/5/5	3.69	8.84	23.72	298
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
	всего:		9.0	9.4	62.3	468.0
2 -ой завтрак						
ПР/64221111	Десерт фруктовый (апельсин)	100	1.6	5.96	8.86	94
	всего:		1.6	5.96	8.86	94
обед						
86	Салат " Бурячок" (свекла, лук репка, горошек конс.,яблоко свежее, подс. масло)	40	60.00	1.32	3.7	5
120.01.	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подсолн. рафин., йодир.соль, томатная паста, сметана 15%)	180/5	1.44	4.18	7.9	163
78/63143261	Голубцы ленивые с соусом (голубцы с капустой п/ф, подсолн.масло,лук репчатый, морковь свежая, томатная паста, сахар - песок, йодир.соль)	50/30	9.64	7.9	8.86	118.37
171	Каша гречневая вязкая (крупа гречневая, йодир.соль)	130	6.67	4.66	20.2	201.5
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		82.30	18.77	80.20	667.85
ПОЛДНИК						
668877	Плюшка Московская (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	50	7.1	8.28	29.71	222
641212125	Какао с молоком (какао порошок, сахар - песок, молоко питьевое)	180	1.9	1.85	10.09	60

	всего:		9	10.13	39.8	282
ужин						
	Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшеничная, яйцо куриное, молоко сгущенное, сахар - песок, йодир.соль)	150	23.125	17.627	33.046	361
702	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0.33		21.66	123
ПР/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10.06	23.92	1.6	266
	всего:		33.52	41.55	56.31	750.00
	Итого за день:		135.39	85.83	247.43	2261.85
Пятница 1 неделя						
завтрак						
25/545421121	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4.6	5.8		72
84/65656122	Омлет натуральный (яйцо куриное, сухое молоко, масло сливочное 72,5 % йодир.соль)	100	20.99	33.48	4.08	400
629.1996	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0.243	0.046	13.761	53.71
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3.04	0.32	19.44	95
	всего:		28.87	39.65	37.28	620.71
2 -ой завтрак						
ПР	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23.4	94
	всего:		1	0	23	94
обед						
62.1996	Салат из б/к капусты (б/к капуста, морковь, подс.масло, йодир.соль)	40	0.62	2	3.99	35.72
42/564156695	Рассольник ленинградский со сметаной (св. картофель, морковь, крупа перловая, лук репчатый, томатная паста, сахар - песок, лимонная кислота, йодир.соль, подсолн.	180/005	1.98	4.89	14.44	101.6
869695464	Макаронные изделия отварные с овощами (макаронные изделия, лук репчатый, морковь св., подсолн. масло рафинир., йодир.соль)	130	3.5	4.1	23.5	177
401.01.	Крокеты с соусом (крокеты п/ф, лук репчатый, морковь, томат.паста, подсолнечное масло рафин., йодир.соль)	080	9.6	8.99	12.3	118.37

289.08.	Напиток из шиповника (шиповник сушеный, сахар- песок)	180	19.55	26.4	62.75	550
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		39.6	47.04	141.49	1105.39
ПОЛДНИК						
807.8/542111	Булочка "Школьная" (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль,	50	7.1	8.28	29.71	222
272/33366444	Кефир (кисломолочный продукт промышленного производства)	180	1		18.2	76
	всего:		8.1	8.28	47.91	298
ужин						
52121022	Картофель отварной (картофель свежий, йодир.соль)	130	3	7	15	155
20/ы0000011	Стейк(Шницель) из курицы с соусом (стейк из курицы рубленый, яйцо куриное, мука пшеничная, св. морковь, лук репчатый, томатная паста,	50/30	6.5	5.38	4.48	239.9
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -	180	0.2	0.05	15.01	57
	всего:		12.07	12.73	48.98	522.4
	Итого за день:		89.64	107.70	299.06	2640.50
Понедельник				2 неделя		
завтрак						
25/545421121	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4.6	5.8		72
275	Каша "Янтарная" из пшена и яблок	150/5/5	3.94	11.88	17.85	144
630.01.	Чай с молоком (чай черный листовой, сахар-песок, сухое молоко)	180	1.05	1.2	13.04	67
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3.04	0.32	19.44	95
	всего:		12.63	19.20	50.33	378.00

2 -ой завтрак						
ПР	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23.4	94
	всего:		1	0	23	94
обед						
339	Салат картофельный с сол.огурцом	40	1	2	7	49
39/54161631	Суп Любительский с гречкой (св. картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолн. рафин., вермишель, йодир.соль)	180	2.042	2.6	25.3	149
142316321	Крокеты с соусом (мясо куриное, лук репчатый, яйцо куриное, св. морковь, томатная паста, мука пшеничная)	050/30	19.55	26.4	62.75	550
270	Пюре из гороха (горох, йодир. соль, подсолнечное раст. масло)	130	14.13	4.26	34.96	225.58
83/ы0000009	Компот из сухофруктов (смесь компотная сушеная, сахар- песок)	180	1		18.2	102
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		42.072	35.92	172.72	1198.28
ПОЛДНИК						
422/469	Булочка ванильная (мука пшеничная, куриное яйцо, ванилин, сахар - песок, дрожжи, йодир.соль)	050	3.95	0.06	22.24	141.5
272/33366444	Кефир (кисломолочный продукт промышленного производства)	180	1		18.2	76
	всего:		4.95	0.06	40.44	217.5
ужин						
472/15212313	Картофель на молоке/Картофельное пюре (картофель свежий, сухое молоко, подсолнечное масло рафинир., йодир.соль)	130	3.04	4	21.62	121.23
324.01.	Котлета рыбная Любительская с соусом (филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная, яйцо куриное, томатная паста, морковь, йодир.соль)	50/30	6.65	4.88	8.24	85.06
629.1996	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0.243	0.046	13.761	53.71
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
	всего:		12.303	9.226	58.111	330.5

		Итого за день:		72.96	64.41	345.00	2218.28
Вторник							2 неделя
завтрак							
04.02.	Каша манная молочная жидкая с маслом, сахаром (крупа манная, молоко,сливочное масло 72,5 %, сахар - песок, йодир.соль)	150/5/5	5.88	12.06	33.16	264	
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57	
2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, сухое молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5.08	0.53	23.53	113	
всего:			11.16	12.64	71.7	434	
2 -ой завтрак							
ПР/64221111	Десерт фруктовый (апельсин)	100	1.6	5.96	8.86	94	
всего:			1.6	5.96	8.86	94	
обед							
23	Салат из свеклы отварной (свекла, подс. масло, йодир.соль)	40	0.85	3.05	5.7	97	
32/55121212	Суп крестьянский с крупой (св. картофель, морковь, лук репчатый, б/к капуста, крупа, подсолн. масло рафин., йодир. соль)	180	1.06	3.54	4.38	53.68	
394	Азу с говядиной (говядина мякоть, св. картофель, лук репчатый, огурец сол., масло подсолн. рафинир., йодир.соль)	130/20	13.42	17.08	32.69	334.31	
29/ы0000009	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0.243	0.046	13.761	53.71	
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5	
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2	
всего:			19.923	24.376	81.041	661.4	
ПОЛДНИК							

668877	Плюшка Московская (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	50	7.1	8.28	29.71	222
641212125	Какао с молоком (какао порошок, сахар - песок, молоко питьевое)	180	1.9	1.85	10.09	60
	всего:		9	10.13	39.8	282
ужин						
297/547	Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшеничная, яйцо куриное, молоко сгущенное, сахар - песок, йодир.соль)	150	23.125	17.627	33.046	361
289	Напиток из шиповника (шиповник сушеный, сахар-песок)	180	19.55	26.4	62.75	550
ПР/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10.06	23.92	1.6	266
	всего:		52.74	67.95	97.40	1177.00
Итого за день:			94.42	121.05	298.80	2648.40
Среда 2 неделя						
завтрак						
25/545421121	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4.6	5.8		72
284/65656122	Омлет натуральный (яйцо куриное, сухое молоко, масло сливочное 72,5 %, йодир.соль)	100	20.99	33.48	4.08	400
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3.04	0.32	19.44	95
	всего:		28.83	39.65	38.53	624.00
2 -ой завтрак						
ПР	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23.4	94
	всего:		1	0	23	94
обед						
504	Салат из св. помидоров и огурцов	40	0.35	0.03	3.6	16

84	Борщ с картофелем и фасолью, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, свекла, лук репчатый, подсолн. масло рафин., йодир. соль)	180/005	2.69	4.43	10.38	99.98
469/65663421	Макаронные изделия отварные (макароны из пшеничной муки, подсолн. масло рафинир., йодир.соль)	130	3.5	4.1	23.5	147
423.1996.	Биточки с соусом (биточки куриные п/ф, раст.масло, лук, морковь, томат.паста, йодир.соль)	050/30	9.63	8.92	8.86	118
702.1997	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0.33		21.66	123
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		20.85	18.14	92.51	627.05
ПОЛДНИК						
682	Оладьи с молоком сгущенным (мука пшеничная, сахар -	50/10	4.28	3.92	24.42	151.6
641212125	Какао с молоком (какао порошок, сахар - песок, молоко)	180	1.9	1.85	10.09	60
	всего:		1.9	1.85	10.09	60
ужин						
472.1996.	Картофель на молоке/ Картофельное пюре (130	3.04	4	21.62	121.23
423/61432131	Котлеты куриные с соусом (мясо куриное, лук, морковь, томат.паста, йодир.соль)	050/30	10.84	10.03	9.97	133.166
29/ы0000009	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0.243	0.046	13.761	53.71
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
	всего:		16.493	14.376	59.841	378.606
	Итого за день:		69.07	74.02	224.37	1783.66
Четверг 2 неделя						
завтрак						
14/65544111	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром (крупа рисовая,сухое молоко,	150/5/5	3.69	8.84	23.72	298
630/66662212	Чай с молоком (чай черный листовой, сахар-песок, молоко)	180	1.05	1.2	13.04	67

2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5.08	0.53	23.53	113
	всего:		9.82	10.57	60.29	478
2 -ой завтрак						
ПР/542121	Десерт фруктовый (яблоко)	100	1.6	5.96	8.86	94
	всего:		1.6	5.96	8.86	94
обед						
62.1996	Салат из б/к капусты (б/к капуста, морковь, подсолн.масло, йодир.соль)	40	0.62	2	3.99	35.72
108	Суп с клецками (св. картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное, подсолн. масло рафин., йодир. соль)	180	3.51	4.8	13	138.9
268	Палочки с крупой с соусом (палочки с крупой п/ф, , лук репчатый, йодир.соль, св. морковь, томатная паста, подсолнечное масло рафин.)	50/30	7	7.90	8.40	140
221.08.	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, йодир.соль)	130	10.28	7.73	52.68	327
628	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		25.04	21.14	113.6	785.6
полдник						
668877	Плюшка Московская (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	50	7.1	8.28	29.71	222
272/33333511	Ряженка (кисломолочный продукт промышленного производства)	180	1		18.2	76
	всего:		8.1	8.28	47.91	298
ужин						
208	Лапшевник с творогом (макаронные изделия, сахар - песок, соль йодир.,творог 9%, сливочное масло 72,5 %)	150	12	11	31	283

7021 997	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0.33		21.66	123
ПР/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10.06	23.92	1.6	266
	всего:		22.39	34.92	54.26	672.00
Итого за день:			76.77	91.44	345.21	2805.60
Пятница						
2 неделя						
завтрак						
25/545421121	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4.6	5.8		72
109	Каша геркулесовая молочная (крупа овсяная "Геркулес", сухое молоко, сливочное)	150/5/5	3.69	8.84	23.72	298
30/66662212	Чай с молоком (чай черный листовой, сахар-песок, сухое молоко)	180	1.05	1.2	13.04	67
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	020	3.04	0.32	19.44	95
	всего:		12.38	16.16	56.20	532.00
2 -ой завтрак						
ПР	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23.4	94
	всего:		1	0	23	94
обед						
31	Икра кабачковая	20	0.4	1.8	1.72	24.4
120.01.	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подсолн. рафин.,)	180/5	1.44	4.18	7.9	163
00000036	Тефтели с соусом (мякоть курицы, крупа, яйцо куриное, лук репчатый, йодир.соль, св. морковь, томатная паста, подсолнечное масло)	50/30	8	9.46	7.59	153
72/15212313	Картофель на молоке/ Картофельное пюре (картофель свежий, молоко, подсолнечное масло рафинир., йодир.соль)	130	3.04	4	21.62	121.23
280.08.	Компот из кураги (курага, сахар - песок)	180	1.04	0	31.0	123
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5

ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1.98	0.36	10.02	52.2
	всего:		18.27	20.1	94.3	707.33
ПОЛДНИК						
695/55541	Ватрушка с повидлом (мука пшеничная,	050	5.19	6.18	34.08	212
641212125	Какао с молоком (какао порошок, сахар - песок,	180	1.9	1.85	10.09	60
	всего:		7.09	8.03	44.17	272
ужин						
	Рис отварной с овощами (крупа рисовая, морковь св., лук	130	10.28	7.73	52.68	327
78/63143261	Голубцы ленивые с соусом (голубцы с капустой п/ф,	50/30	9.64	7.9	8.86	118.37
628/219	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0.2	0.05	15.01	57
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2.37	0.3	14.49	70.5
	всего:		22.5	16.0	91.0	572.9
	Итого за день:		61.2	60.3	309.1	2178.2
	Итого за 10 дней:		736.75	756.14	2763.64	21293.61
	Средняя за 1 день:		63.89	72.93	247.92	1957.06