

Утверждено приказом  
№ 111/2-Д от 30.09.2021

**Десятидневное меню с 1 октября 2021г.**

День: понедельник

Неделя: первая

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
11.41	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5	5	23	161					74			1
1	Хлеб пшеничный с маслом	40/10	3	7	19	156					4			
0	Какао-напиток	200	7	3	11	143		12					68	2
140	Батончик Виталад 40г	1шт/40г	2	4	29	160								
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
11.4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6	7	31	214		1			131	185	47	1
1.04	Хлеб пшеничный с маслом	50/20	3	15	24	245					11	35	7	1
0	Какао-напиток	200	7	3	11	143		12					68	2
140	Батончик Виталад 40г	1шт/40г	2	4	29	160								
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
0	Огурец свежий	40			1	6		4			9	17	6	
25.18	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200/14.8	5	12	14	188		7			21			1
94.1	Оладьи из печени по-купецки	80	14	9	9	178		6			18			4
46.3	Рожки отварные с маслом сливочным	150	5	3	32	184					12	2		1
136.01	Соус сметанный	20		1	1	18					12	7	1	
186	Напиток из шиповника	200			13	56					45	15	6	1
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
<b>Обед 5-11 кл. льготная категория</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
25.04	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	250/20	6	15	17	235		9	1		27	49	20	1
94	Оладьи из печени по-купецки	100	17	12	12	222		7			22			5
46.3	Рожки отварные с маслом сливочным	200	7	4	43	245					17	2		1
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
186	Напиток из шиповника	200			13	56					45	15	6	1
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Обед платный 5-11 кл. и сотрудники</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
25.04	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	250/20	6	15	17	235		9	1		27	49	20	1
94	Оладьи из печени по-купецки	100	17	12	12	222		7			22			5
46.3	Рожки отварные с маслом сливочным	200	7	4	43	245					17	2		1
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
186	Напиток из шиповника	200			13	56					45	15	6	1
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
11.4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6	7	31	214		1			131	185	47	1
1.04	Хлеб пшеничный с маслом	50/20	3	15	24	245					11	35	7	1
0	Какао-напиток	200	7	3	11	143		12					68	2

**Итого по группам питающихся**

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>	<b>440</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>82</b>	<b>620</b>
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>	<b>510</b>	<b>18</b>	<b>29</b>	<b>95</b>	<b>762</b>
<b>Обед 1-4 кл.</b>	<b>785</b>	<b>31</b>	<b>25</b>	<b>108</b>	<b>813</b>
<b>Обед 5-11 кл. льготная категория</b>	<b>950</b>	<b>38</b>	<b>33</b>	<b>134</b>	<b>1020</b>
<b>Обед платный 5-11 кл. и сотрудники</b>	<b>950</b>	<b>38</b>	<b>33</b>	<b>134</b>	<b>1020</b>
<b>Завтрак сотрудники</b>	<b>470</b>	<b>16</b>	<b>25</b>	<b>66</b>	<b>602</b>

День: вторник

Неделя: первая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
0.2	Рагу из овощей	150	2	4	15	110		11	2		38	50	23	1
90.02	Котлета рыбная "Лада"	75	10	9	7	146					19	31	7	
1.1	Горошек зеленый консервированный	30	1	1	2	25		3	4		6	9	2	
136.01	Соус сметанный	20		1	1	18					12	7	1	
0.3	Хлеб пшеничный	40	3		19	95					8	26	6	
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
0.19	Рагу из овощей	200	3	5	19	147		31	2		43	67	30	1
90	Котлета рыбная "Лада"	100	13	12	9	194					25	40	9	1
1.1	Горошек зеленый консервированный	40	1	2	3	34		4	8		8	20	5	
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
25.13	Суп картофельный с горохом, говядиной и сметаной	200/16	9	8	18	185		5	1		30	70	28	2
0	Сухарики-гренки	10	1	1	7	40					8	11	3	
4.81	Плов из мяса свинины	200	14	17	34	354		1	1		14	60	22	2
0	Икра кабачковая	20	1		10	51	31	1	184		31	7	3	1
144.01	Компот из кураги	200	2		45	184		2	2		74	67	48	2
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
<b>Обед 5-11 кл. льготная категория</b>														
25.12	Суп картофельный с горохом, говядиной и сметаной	250/20	9	8	18	231		6	1		38	87	35	2
0	Сухарики-гренки	10	1	1	7	40					8	11	3	
4.8	Плов из мяса свинины	250	18	21	43	442		1	1		18	75	28	3
0.04	Икра кабачковая	30	1		15	77		1	276		47	11	4	1
144.01	Компот из кураги	200	2		45	184		2	2		74	67	48	2
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Обед платный 5-11 кл. и сотрудники</b>														
25.12	Суп картофельный с горохом, говядиной и сметаной	250/20	9	8	18	231		6	1		38	87	35	2
0	Сухарики-гренки	10	1	1	7	40					8	11	3	
4.8	Плов из мяса свинины	250	18	21	43	442		1	1		18	75	28	3
0.04	Икра кабачковая	30	1		15	77		1	276		47	11	4	1
144.01	Компот из кураги	200	2		45	184		2	2		74	67	48	2
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
0.19	Рагу из овощей	200	3	5	19	147		31	2		43	67	30	1
90	Котлета рыбная "Лада"	100	13	12	9	194					25	40	9	1
1.1	Горошек зеленый консервированный	40	1	2	3	34		4	8		8	20	5	
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	

Итого по группам питающихся

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак 1-4 кл. льготная категория	515	16	15	54	432
Завтрак 5-11 кл. льготная категория	620	21	21	66	558
Обед 1-4 кл.	726	29	26	127	857
Обед 5-11 кл. льготная категория	860	34	30	146	1059
Обед платный 5-11 кл. и сотрудники	860	34	30	146	1059
Завтрак сотрудники	620	21	21	66	558

День: среда  
Неделя: первая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>															
63.07	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5	6	20	155					140			1	
77	Яйцо отварное	40	5	5		63					22	51	3	1	
0	Слойка с мандариновой начинкой 0,090кг	1шт/90г	6	20	34	344									
32.1	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	96		1			120	90	14		
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1	
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>															
63.03	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6	7	27	206		1			147	256	79	2	
77	Яйцо отварное	40	5	5		63					22	51	3	1	
0	Слойка с мандариновой начинкой 0,090кг	1шт/90г	6	20	34	344									
32.1	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	96		1			120	90	14		
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1	
<b>Обед 1-4 кл.</b>															
27.04	Щи из свежей капусты со сметаной и говядиной	200/16	6	5	6	102			11	1		35	55	23	1
164.18	Котлета из мяса говядины и свинины паровая в панировке	80	13	12	9	199						26			2
116.17	Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	120/3.6	5	4	23	161						11			3
136.01	Соус сметанный	20		1	1	18						12	7	1	
290.01	Кукуруза сладкая	30	1		3	17		1					15		
0	Кисель с витаминами "Витошка"	200			19	76		16							
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119						10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64									
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>															
27.05	Щи из свежей капусты со сметаной и говядиной	250/20	7	7	8	128			14	1		44	66	29	1
164.19	Котлета из мяса говядины и свинины паровая в панировке	100	16	15	11	249						33			2
116.16	Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/4.5	7	5	29	201						14			3
290.01	Кукуруза сладкая	40	1		4	23		2				6	20		
136	Соус сметанный	30		2	1	26						17	10	1	
0	Кисель с витаминами "Витошка"	200			19	76		16							
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143						12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85									
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>															
27.05	Щи из свежей капусты со сметаной и говядиной	250/20	7	7	8	128			14	1		44	66	29	1
164.19	Котлета из мяса говядины и свинины паровая в панировке	100	16	15	11	249						33			2
116.16	Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/4.5	7	5	29	201						14			3
136	Соус сметанный	30		2	1	26						17	10	1	
290.01	Кукуруза сладкая	40	1		4	23		2				6	20		
0	Кисель с витаминами "Витошка"	200			19	76		16							
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143						12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85									
<b>Завтрак сотрудники</b>															
63.03	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6	7	27	206			1			147	256	79	2
77	Яйцо отварное	40	5	5		63						22	51	3	1
0	Слойка с мандариновой начинкой 0,090кг	1шт/90г	6	20	34	344									
32.1	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	96		1				120	90	14	

**Итого по группам питающихся**

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак 1-4 кл. льготная категория	650	22	35	110	850
Завтрак 5-11 кл. льготная категория	700	23	36	117	901
Обед 1-4 кл.	750	31	22	98	756
Обед 5-11кл. льготная категория	895	39	29	119	931
Обед платный 5-11кл. и сотрудники	895	39	29	119	931
Завтрак сотрудники	530	20	35	75	709

День: четверг  
Неделя: первая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
0	Огурец свежий	40			1	6		4			9	17	6	
72.09	Макароны отварные с маслом сливочным и сыром	150	7	5	28	186					77			1
0	Круассан с вареной сгущенкой 0,070	1шт/70г	5	17	26	272								
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
72.04	Макароны отварные с маслом сливочным и сыром	200	9	6	37	248					140	3		2
0	Круассан с вареной сгущенкой 0,070	1шт/70г	5	17	26	272								
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
26.01	Борщ со сметаной и говядиной	216	6	7	8	127		9	1		34	48	22	1
87.04	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	80	10	4	4	98		1			36	24	4	
49	Пюре картофельное	150	3	4	20	132		5			41	80	28	1
0	Напиток витаминный "Витошка"	200			19	78		20						
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>														
26.02	Борщ со сметаной и говядиной	270	7	9	11	160		11	1		53	60	27	1
87.05	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	100	12	6	6	122		1			34	25	5	
49.04	Пюре картофельное	200	4	5	27	177		7			48	107	37	1
0	Напиток витаминный "Витошка"	200			19	78		20						
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>														
26.02	Борщ со сметаной и говядиной	270	7	9	11	160		11	1		53	60	27	1
87.05	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	100	12	6	6	122		1			34	25	5	
49.04	Пюре картофельное	200	4	5	27	177		7			48	107	37	1
0	Напиток витаминный "Витошка"	200			19	78		20						
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
72.04	Макароны отварные с маслом сливочным и сыром	200	9	6	37	248					140	3		2
0	Круассан с вареной сгущенкой 0,070	1шт/70г	5	17	26	272								
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	

Итого по группам питающихся

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак 1-4 кл. льготная категория	600	13	23	82	582
Завтрак 5-11 кл. льготная категория	660	15	24	90	646
Обед 1-4 кл.	896	25	18	130	810
Обед 5-11кл. льготная категория	1040	34	21	152	957
Обед платный 5-11кл. и сотрудники	870	31	20	110	765
Завтрак сотрудники	520	14	23	73	566

День: пятница  
Неделя: первая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
90.06	Тефтели рыбные в соусе	80	8	6	7	113			50		15	79	9	
38.31	Рис припущенный с овощами	100	2	5	25	159					12			
290.01	Кукуруза сладкая	30	1		3	17		1				15		
136.01	Соус сметанный	20		1	1	18					12	7	1	
0.3	Хлеб пшеничный	40	3		19	95					8	26	6	
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
90.07	Тефтели рыбные в соусе	100	10	7	9	142			56		19	97	11	
38.32	Рис припущенный с овощами	150	4	7	38	239					19			1
290.01	Кукуруза сладкая	40	1		4	23		2			6	20		
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
0	Огурец свежий	40			1	6		4			9	17	6	
29.02	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	2	4	13	105		6	1		21	59	23	1
436.01	Жаркое по-домашнему	150	16	13	14	243		19			16	56	22	1
114	Сок	200			5	21		2	520		8	7	4	
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
29.03	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	2	5	17	131		7	1		26	73	28	1
436	Жаркое по-домашнему	200	22	18	19	324		25			22	75	29	1
114	Сок	200			5	21		2	520		8	7	4	
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
29.03	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	2	5	17	131		7	1		26	73	28	1
436	Жаркое по-домашнему	200	22	18	19	324		25			22	75	29	1
114	Сок	200			5	21		2	520		8	7	4	
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
90.07	Тефтели рыбные в соусе	100	10	7	9	142			56		19	97	11	
38.32	Рис припущенный с овощами	150	4	7	38	239					19			1
290.01	Кукуруза сладкая	40	1		4	23		2			6	20		
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	

Итого по группам питающихся

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак 1-4 кл. льготная категория	470	14	12	65	440
Завтрак 5-11 кл. льготная категория	570	19	16	86	587
Обед 1-4 кл.	810	25	18	87	698
Обед 5-11кл. льготная категория	940	33	24	106	792
Обед платный 5-11кл. и сотрудники	800	32	23	89	712
Завтрак сотрудники	570	19	16	86	587

День: понедельник

Неделя: вторая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
65.02	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150	4	5	23	158					93	108	23	
2.03	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	5	3	14	104					100	100	12	
77	Яйцо отварное	40	5	5		63					22	51	3	1
32.1	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	96		1			120	90	14	
140	Батончик Виталад 40г	1шт/40г	2	4	29	160								
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
64	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5	7	31	210		1			125	159	37	1
2.04	Хлеб пшеничный с сыром	50/20	9	6	23	170					208	134	16	1
77	Яйцо отварное	40	5	5		63					22	51	3	1
32.1	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	96		1			120	90	14	
140	Батончик Виталад 40г	1шт/40г	2	4	29	160								
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
25.05	Суп картофельный с рыбой и сметаной	200	8	6	14	155		2	1		18	62	25	1
164.15	Биточки из говядины и свинины, запеченные с молочным соусом	70/10	10	9	7	145					29			1
116.17	Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	120/3.6	5	4	23	161					11			3
0.04	Икра кабачковая	30	1		15	77		1	276		47	11	4	1
186	Напиток из шиповника	200			13	56					45	15	6	1
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
<b>Обед 5-11 кл. льготная категория</b>														
25.14	Суп картофельный с рыбой и сметаной	250	10	8	18	193		2	1		22	77	31	1
164.16	Биточки из говядины и свинины, запеченные с молочным соусом	87/13	12	11	9	181					36			1
116.16	Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/4.5	7	5	29	201					14			3
0.04	Икра кабачковая	30	1		15	77		1	276		47	11	4	1
186	Напиток из шиповника	200			13	56					45	15	6	1
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Обед платный 5-11 кл. и сотрудники</b>														
25.14	Суп картофельный с рыбой и сметаной	250	10	8	18	193		2	1		22	77	31	1
164.16	Биточки из говядины и свинины, запеченные с молочным соусом	87/13	12	11	9	181					36			1
116.16	Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/4.5	7	5	29	201					14			3
0.04	Икра кабачковая	30	1		15	77		1	276		47	11	4	1
186	Напиток из шиповника	200			13	56					45	15	6	1
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
64	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5	7	31	210		1			125	159	37	1
2.04	Хлеб пшеничный с сыром	50/20	9	6	23	170					208	134	16	1
77	Яйцо отварное	40	5	5		63					22	51	3	1
32.1	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	96		1			120	90	14	

Итого по группам питающихся

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак 1-4 кл. льготная категория	470	19	20	80	581
Завтрак 5-11 кл. льготная категория	550	24	25	98	699
Обед 1-4 кл.	714	30	19	109	777
Обед 5-11 кл. льготная категория	835	38	24	131	936
Обед платный 5-11 кл. и сотрудники	835	38	24	131	936
Завтрак сотрудники	510	22	21	69	539

День: вторник  
Неделя: вторая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
59	Суфле "Рыбка"	80	11	9	8	158		1			25	55	12	
49.05	Пюре картофельное	100	2	2	14	89		4			24	54	18	1
1.1	Горошек зеленый консервированный	30	1	1	2	25		3	4		6	9	2	
0	Слойка с мандариновой начинкой 0,090кг	1шт/90г	6	20	34	344								
0.3	Хлеб пшеничный	40	3		19	95					8	26	6	
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
59.04	Суфле "Рыбка"	100	14	12	10	198		1			32	69	15	1
49	Пюре картофельное	150	3	4	20	132		5			41	80	28	1
1.1	Горошек зеленый консервированный	40	1	2	3	34		4	8		8	20	5	
0	Слойка с мандариновой начинкой 0,090кг	1шт/90г	6	20	34	344								
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
40.03	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5	6	16	138		1			167			
239.01	Тефтели из мяса говядины и свинины	80	11	11	11	189		3			37	30	6	2
38.31	Рис припущенный с овощами	150	4	7	38	239					19			1
136.01	Соус сметанный	20	1	1	1	18					12	7	1	
290.01	Кукуруза сладкая	30	1		3	17		1				15		
0	Кисель с витаминами "Витощка"	200			19	76		16						
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
<b>Обед 5-11 кл. льготная категория</b>														
40	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7	7	19	172		1			155	136	27	
42.8	Тефтели из мяса говядины и свинины	100	14	14	13	236		3			32	36	8	
38.32	Рис припущенный с овощами	200	5	10	50	317		1			25			1
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
290.01	Кукуруза сладкая	40	1		4	23		2			6	20		
0	Кисель с витаминами "Витощка"	200			19	76		16						
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Обед платный 5-11 кл. и сотрудники</b>														
40	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7	7	19	172		1			155	136	27	
42.8	Тефтели из мяса говядины и свинины	100	14	14	13	236		3			32	36	8	
38.32	Рис припущенный с овощами	200	5	10	50	317		1			25			1
136	Соус сметанный	30		2	1	26					17	10	1	
290.01	Кукуруза сладкая	40	1		4	23		2			6	20		
0	Кисель с витаминами "Витощка"	200			19	76		16						
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
59.04	Суфле "Рыбка"	100	14	12	10	198		1			32	69	15	1
49	Пюре картофельное	150	3	4	20	132		5			41	80	28	1
1.1	Горошек зеленый консервированный	40	1	2	3	34		4	8		8	20	5	
0	Слойка с мандариновой начинкой 0,090кг	1шт/90г	6	20	34	344								
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	

**Итого по группам питающихся**

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак 1-4 кл. льготная категория	540	23	32	87	749
Завтрак 5-11 кл. льготная категория	630	28	38	101	865
Обед 1-4 кл.	760	26	25	125	972
Обед 5-11 кл. льготная категория	920	35	32	154	1078
Обед платный 5-11 кл. и сотрудники	920	35	32	154	1078
Завтрак сотрудники	630	28	38	101	865

День: среда  
Неделя: вторая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
57.05	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	150/20	21	19	28	370		1			239			1
3.13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	30/5/10	5	7	14	137					101			
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
57.04	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	200/30	29	25	39	504		1	19		328	432	57	1
3.13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	50/10/20	8	14	24	236					211	142	17	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
0	Огурец свежий	40			1	6		4			9	17	6	
261.04	Суп картофельный с вермишелью, курой и сметаной	200/16	6	5	17	150		5			21			1
8.9	Суфле из мяса кур	80	16	13	5	205					42			1
49	Пюре картофельное	150	3	4	20	132		5			41	80	28	1
144.01	Компот из кураги	200	2		45	184		2	2		74	67	48	2
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
261.01	Суп картофельный с вермишелью, курой и сметаной	250/20	8	7	18	187		5	1		25	56	23	1
8.9	Суфле из мяса кур	100	20	17	6	256					53	428	45	2
49.04	Пюре картофельное	200	4	5	27	177		7			48	107	37	1
144.01	Компот из кураги	200	2		45	184		2	2		74	67	48	2
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>														
0.18	Огурец свежий	50			1	8		5			11	21	7	
261.01	Суп картофельный с вермишелью, курой и сметаной	250/20	8	7	18	187		5	1		25	56	23	1
8.9	Суфле из мяса кур	100	20	17	6	256					53	428	45	2
49.04	Пюре картофельное	200	4	5	27	177		7			48	107	37	1
144.01	Компот из кураги	200	2		45	184		2	2		74	67	48	2
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
57.04	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	200/30	29	25	39	504		1	19		328	432	57	1
3.13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	50/10/20	8	14	24	236					211	142	17	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	

**Итого по группам питающихся**

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>	<b>585</b>	<b>29</b>	<b>27</b>	<b>94</b>	<b>737</b>
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>	<b>680</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>115</b>	<b>970</b>
<b>Обед 1-4 кл.</b>	<b>766</b>	<b>33</b>	<b>22</b>	<b>125</b>	<b>860</b>
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>	<b>920</b>	<b>41</b>	<b>29</b>	<b>144</b>	<b>1040</b>
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>	<b>920</b>	<b>41</b>	<b>29</b>	<b>144</b>	<b>1040</b>
<b>Завтрак сотрудники</b>	<b>510</b>	<b>37</b>	<b>39</b>	<b>73</b>	<b>778</b>



День: четверг  
Неделя: вторая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
44.01	Каша Дружба	200	5	6	26	183		1			127	141	31	1
0	Круассан с вареной сгущенкой 0,070	1шт/70г	5	17	26	272								
0	Какао-напиток	200	7	3	11	143		12					68	2
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
44.02	Каша Дружба	250	6	8	32	229		1			145	176	39	1
0	Круассан с вареной сгущенкой 0,070	1шт/70г	5	17	26	272								
0	Какао-напиток	200	7	3	11	143		12					68	2
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
32	Суп крестьянский с крупой со сметаной и курой	200/16	5	8	10	139		6	1		30	59	17	1
48.8	Голубцы с мясом говядины и рисом	100	6	6	5	108		2			28			1
46.3	Рожки отварные с маслом сливочным	150	5	3	32	184					12	2		1
189.01	Зеленый горошек консервированный	20	1		1	7		1	4		3	9	2	
0	Напиток витаминный "Витошка"	200			19	78		20						
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>														
32.05	Суп крестьянский с крупой со сметаной и курой	250/20	7	10	13	174		8	1		37	75	21	1
48.8	Голубцы с мясом говядины и рисом	130	8	8	7	140		2			37			1
46.3	Рожки отварные с маслом сливочным	200	7	4	43	245					17	3		1
189	Зеленый горошек консервированный	30	1		1	10		2	8		5	20	5	
0	Напиток витаминный "Витошка"	200			19	78		20						
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
352.01	Банан	170г/1шт.	3	1	42	192		20			16	56	84	1
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>														
32.05	Суп крестьянский с крупой со сметаной и курой	250/20	7	10	13	174		8	1		37	75	21	1
48.8	Голубцы с мясом говядины и рисом	130	8	8	7	140		2			37			1
46.3	Рожки отварные с маслом сливочным	200	7	4	43	245					17	3		1
189	Зеленый горошек консервированный	30	1		1	10		2	8		5	20	5	
0	Напиток витаминный "Витошка"	200			19	78		20						
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
44.02	Каша Дружба	250	6	8	32	229		1			145	176	39	1
0	Круассан с вареной сгущенкой 0,070	1шт/70г	5	17	26	272								
0	Какао-напиток	200	7	3	11	143		12					68	2

**Итого по группам питающихся**

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>	<b>610</b>	<b>18</b>	<b>28</b>	<b>80</b>	<b>678</b>
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>	<b>660</b>	<b>19</b>	<b>30</b>	<b>86</b>	<b>724</b>
<b>Обед 1-4 кл.</b>	<b>936</b>	<b>26</b>	<b>18</b>	<b>146</b>	<b>891</b>
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>	<b>1100</b>	<b>34</b>	<b>23</b>	<b>172</b>	<b>1067</b>
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>	<b>930</b>	<b>31</b>	<b>22</b>	<b>130</b>	<b>875</b>
<b>Завтрак сотрудники</b>	<b>520</b>	<b>18</b>	<b>25</b>	<b>73</b>	<b>644</b>

День: пятница  
Неделя: вторая

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>														
15.4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4	4	23	151					87	69	11	
0	Булочка Лакомка с творогом и изюмом 0,080кг	1шт/80г	5	6	42	232					20	65	14	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>														
15.4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6	5	31	201					116	92	14	1
0	Булочка Лакомка с творогом и изюмом 0,080кг	1шт/80г	5	6	42	232					20	65	14	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	
<b>Обед 1-4 кл.</b>														
12.21	Суп картофельный со сметаной и говядиной	200/16	6	5	9	111		5			19			1
94.04	Кура отварная в сметанном соусе с чесноком	100/10	12	12	3	171					19			1
117.00	Горошница с морковью	150	9	3	23	164		1			55	168	65	3
114	Сок	200			5	21		2	520		8	7	4	
0	Хлеб пшеничный	50	4		24	119					10	32	7	1
0.28	Хлеб ржаной	30	2		13	64								
140	Батончик Виталад 40г.	1шт/40г	2	4	29	160								
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>														
12.2	Суп картофельный со сметаной и говядиной	250/20	7	7	12	140		16	1		22	50	19	1
94.05	Кура отварная в сметанном соусе с чесноком	120/12	14	15	3	205					23			1
117	Горошница с морковью	200	12	4	30	219		1			73	187	89	4
114	Сок	200			5	21		2	520		8	7	4	
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
351.01	Яблоко	140/1шт.	1	1	17	80		17			27	19	15	4
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>														
12.2	Суп картофельный со сметаной и говядиной	250/20	7	7	12	140		16	1		22	50	19	1
94.05	Кура отварная в сметанном соусе с чесноком	120/12	14	15	3	205					23			1
117	Горошница с морковью	200	12	4	30	219		1			73	187	89	4
114	Сок	200			5	21		2	520		8	7	4	
0.14	Хлеб пшеничный	60	5		29	143					12	39	8	1
0.15	Хлеб ржаной	40	3		18	85								
<b>Завтрак сотрудники</b>														
15.4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6	5	31	201					116	92	14	1
0	Булочка Лакомка с творогом и изюмом 0,080кг	1шт/80г	5	6	42	232					20	65	14	1
27.1	Чай с сахаром	200			10	38					4	6	3	

**Итого по группам питающихся**

Показатели	Суммарная масса	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак 1-4 кл. льготная категория</b>	<b>430</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>83</b>	<b>421</b>
<b>Завтрак 5-11 кл. льготная категория</b>	<b>480</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>91</b>	<b>471</b>
<b>Обед 1-4 кл.</b>	<b>896</b>	<b>34</b>	<b>21</b>	<b>94</b>	<b>730</b>
<b>Обед 5-11кл. льготная категория</b>	<b>1042</b>	<b>42</b>	<b>27</b>	<b>115</b>	<b>893</b>
<b>Обед платный 5-11кл. и сотрудники</b>	<b>902</b>	<b>41</b>	<b>26</b>	<b>98</b>	<b>813</b>
<b>Завтрак сотрудники</b>	<b>480</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>91</b>	<b>471</b>

Обучающиеся льготных категорий в пределах средств, выделенных на питание, дополнительно получают фрукты/батончики-мюсли/печенье/йогурт с указанием в фактическом меню на день наименование блюда, массы и калорийности порции.

Составил \_\_\_\_\_ Рябинина О.В.