

Утверждаю

Директор МАОУ СОШ № 2 г.Анива

Н.В. Щербуняева

«28» августа 2023 г.



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

Документ подписан электронной подписью.

Утверждаю

Директор МАОУ СОШ № 2 г. Анива

_____ Н.В. Щербуняева

«28» августа 2023 г.

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

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
День 1													
Завтрак													
Масло сливочное (порциями)	15	0,12	10,87	0,2	99	—	—	60	—	3,6	0,01	—	0,03
Каша молочная жидкая	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	—	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	615	19,36	27,63	115,46	794,1	0,446	12,76	142,4	1,67	339,22	442,44	117,94	6,92
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	—	0,4	15,5	28	17	0,7
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	98,4	8,74	83	0,04	8,54	—	1,92	39,78	43,68	20,9	0,98
Жаркое по-домашнему	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	—	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	—	—	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	28,76	120,4	103,41	774,44	0,536	52,9	0	4,61	159,6	552	160,8	10,29
Итого за 1й день:													
Итого за 1й день:	1415	48,12	148	218,87	1568,5	0,982	65,6	142,4	6,28	498,8	994,44	278,8	17,21

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ													
ВТОРНИК													
День 2													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Котлета, рубленая из птицы	100	25,04	48,11	25,3	634,91	–	1,7	–	–	90,88	–	34,03	2,32
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	20	–	125,78	90	14	0,134
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	830	44,4	63,46	145,3	1335,8	0,343	24,6	20,072	2,422	285,1	362,68	141,4	9,444
Обед													
Салат из б/к	100	1,3	3,22	6,46	60,4	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	8,5	0,7
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,23	118,6	0,182	4,66	–	1,94	34,14	70,48	28,46	2,56
Гуляш из говядины	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	–	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Картофельное пюре	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	–	0,9	–	–	14,18	–	5,14	0,95
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	27,87	49,1	115,29	1037,6	0,872	42,4	66,67	6,61	168,4	465,64	141	10,74
Итого за 2й день:													
	1625/20	72,27	112,6	260,59	2373,4	1,215	67	86,742	9,032	453,4	828,32	282,4	20,18

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ													
СРЕДА													
День 3													
Завтрак													
Запеканка из творога со сгущ молоком	180/20	26,31	19,9	50,4	486	0,108	0,849	117	0,746	352,05	387,28	47,8	1,16
Сыр порциями	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	615/20	40,74	28,07	116,95	887,17	0,358	12,3	169	2,416	723,7	733,58	123,2	6,86
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп картоф.с макаронными изделиями	200	2,696	2,384	12,552	115,2	–	4,864	–	–	25,2	–	19,04	0,8
Котлеты мясные	100	15	22	13,02	312,73	0,08	1,5	0,2	0,25	19,7	24,8	10,41	5,36
Рагу овощное	200	3,37	20,93	16,4	270,48	0,16	56,74	0,72	0,32	65	95,64	45,1	1,7
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Компот из кураги	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	930	32,79	50,46	114,91	1086,9	0,475	75,3	0,992	2,416	192,8	300,86	154,7	12,43
Итого за 3й день:													
Итого за 3й день:	1545/20	73,53	78,53	231,86	1974,1	0,833	87,6	169,992	4,832	916,5	1034,4	277,9	19,29

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ													
ЧЕТВЕРГ													
День 4													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Поджарка м/говядины	100	20,3	57,8	5,34	620	0,54	2,76	–	6,96	45,3	253,9	329,1	5,9
Макаронные изделия отварные	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	36,47	60,36	116,41	1156,9	0,866	24	0	9,94	131,8	467,76	408	13,17
Обед													
Салат из морской капусты	100	11,94	7,68	26,64	216,98	0,42	1	0,1	3,08	78,42	27,84	85,06	12,7
Суп с рыбными консервами	200	1,98	0,46	15,58	74,8	0,1	12,24	–	0,06	25,56	33,58	13,22	0,82
Ленивые голубцы	200	16,56	31,46	16,68	417,94	0,12	62,58	–	0,14	85,22	42,52	21,62	2,84
Кисель из концентрата	200	–	–	9,98	39,9	–	–	–	–	0,3	–	–	0,04
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	37,73	40,7	109,73	954,12	0,81	75,8	0,1	4,63	218,5	226,44	159,9	19,35
Итого за 4й день:													
Итого за 4й день:	1600	74,2	101,1	226,14	2111	1,676	99,8	0,1	14,57	350,3	694,2	567,9	32,52

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ													
ПЯТНИЦА													
День 5													
Завтрак													
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	15,98	20,98	20,14	338,18	0,09	0,54	33,19	4,85	64,62	160	25,75	9,64
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	600	28,57	29,67	134,7	929,28	0,324	10,6	33,19	6,776	122,5	377,56	97,93	15,77
Обед													
Салат из б/к	100	1,3	3,22	6,46	60,4	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	8,5	0,7
Свекольник	200/10	2,02	3,48	13,4	93,32	0,007	1,732	–	0,013	5,392	5,985	2,59	0,15
Печень говяжья по-строгановски	100	13,25	11,23	3,52	185	0,2	8,45	57,82	3,44	33,24	239,32	17,47	5
Гречка отварная	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	850/60	35,54	31,06	146,06	1026	0,703	23,1	107,82	5,823	148,6	682,19	261,7	15,41
Итого за 5й день													
Итого за 5й день	1680/60	64,11	60,73	280,76	1955,3	1,027	33,7	141,01	12,6	271,1	1059,7	359,6	31,18

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ													
СУББОТА													
День 6													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	14	8,5	0,35
Птица отварная	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,38	1,9
Гречка отварная	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	600	43,09	39,41	103,81	946,5	0,55	23,6	148,2	3,59	149,5	418,79	253,5	13,31
Обед													
Салат из свеклы	100	2,82	12,02	16,52	185,6	0,034	13,3	–	5,4	70,92	81,26	41,4	2,64
Суп картофельный с клецками	200	2,84	3,67	15,03	115,4	0,084	4,6	16,84	1,3	26,72	57,78	20,28	0,94
Поджарка м/говядины	100	20,3	57,8	5,34	620	0,54	2,76	–	6,96	45,3	253,9	329,1	5,9
Картофельное пюре	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
Напиток из св. м ягоды	200	0,67	0,28	20,76	88,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	38,01	87,08	122,48	1444,2	1,03	144	83,51	16,09	248,8	634,92	470,8	14,43
Итого за 6й день:													
Итого за 6й день:	1500	81,1	126,5	226,29	2390,7	1,58	168	231,71	19,68	398,3	1053,7	724,3	27,74

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
День 7													
Завтрак													
Масло сливочное (порциями)	15	0,12	10,87	0,2	99	–	–	60	–	3,6	0,01	–	0,03
Каша молочная жидкая	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	615	15,35	24,11	112,88	735,5	0,39	11,2	118	1,65	198,1	320,68	98	6,72
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	14	8,5	0,35
Суп с морской капустой	200	8,18	8,26	18	182,02	0,06	8,26	–	0,08	15,34	46,2	32,44	2,6
Плов из мяса	200	21,98	22,52	34,69	429,33	0,08	1,707	–	3,67	18,97	266,85	52,39	3,53
Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900/50	39,09	32,08	124,03	947,65	0,36	21,8	0	5,5	111,1	449,55	150,9	9,91
Итого за 7й день:													
Итого за 7й день:	1535/50	54,44	56,19	236,91	1683,2	0,75	33	118	7,15	309,2	770,23	248,9	16,63

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ													
ВТОРНИК													
День 8													
Завтрак													
Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,4	0,08	0,224	115,2	1,07	295,2	202,08	20,32	1,23
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03	—	100	0,24	22	76,8	4,8	1
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	—	0,03	—	—	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	—	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	640	26,34	22,04	100,04	708,9	0,31	10,3	215,2	2,86	373,3	415,18	75,52	7,66
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	—	0,4	15,5	14	8,5	0,35
Суп-лапша домашняя	200	2,05	2,22	12,55	87,2	0,074	4,86	—	1,16	23,6	46,18	19,04	0,8
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	9,75	4,95	3,8	105	0,05	3,73	5,82	2,52	39,07	162,19	48,53	0,85
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	—	—	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	—	0,9	—	—	14,18	—	5,14	0,95
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	24,98	15,75	136,85	807,9	0,378	20,7	5,82	5,806	123,2	426,13	143	6,6
Итого за 8й день:													
Итого за 8й день:	1440	51,32	37,79	236,89	1516,8	0,688	30,9	221,02	8,666	496,5	841,31	218,5	14,26

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ													
СРЕДА													
День 9													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Жаркое по-домашнему	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	–	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	7,72	1,52	65,65	665,64	0,51	54,6	0	2,89	114,4	498,68	132,9	11,09
Обед													
Винегрет овощной	100	1,4	10,4	7,29	125,1	0,04	9,63	–	0,16	31,24	43,27	19,53	0,83
Рассольник "Ленинградский"	200	1,61	4,07	9,58	85,8	0,074	6,7	–	1,88	23,32	45,38	19,34	0,74
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	15,98	20,98	20,14	338,18	0,09	0,54	33,19	4,85	64,62	160	25,75	9,64
Макаронные изделия отварные	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	34,45	37,53	152,43	1094,8	0,466	17,6	33,19	9,27	195,6	444,15	133,6	16
Итого за 9й день:													
Итого за 9й день:	1650/50	42,17	39,05	218,08	1760,4	0,976	72,2	33,19	12,16	310	942,83	266,5	27,09

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ													
ЧЕТВЕРГ													
День 10													
Завтрак													
Сыр порциями	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Каша молочная жидкая	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	620	20,49	18,56	112,68	705,17	0,4	11,3	100	1,77	394,5	440,67	109	6,83
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп с крупой	200	4,6	8,26	8,12	127,07	0,11	8,25	–	–	24	–	–	0,96
Тефтели мясные	100	7,46	8,29	9,44	142	0,05	0,41	33	0,001	23,65	83,14	16,5	0,68
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Рагу овощное	200	3,37	20,93	16,4	270,48	0,16	56,74	0,72	0,32	65	95,64	45,1	1,7
Напиток из св.мороженных ягод	250	0,67	0,28	20,76	28,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	980	27,02	42,86	100,06	841,43	0,567	178	33,792	2,927	184,6	362,64	127,6	8,06
Итого за 10й день:													
	1600	47,51	61,42	212,74	1546,6	0,967	189	133,792	4,697	579,1	803,31	236,6	14,89

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ													
ПЯТНИЦА													
День 11													
Завтрак													
Сыр порциями	20	5,26	5,32	–	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Суп молочный	200	5,76	6,63	18,28	156	0,07	1,17	–	–	199,75	–	–	0,22
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	20	–	125,78	90	14	0,134
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	620	21,84	16,13	84,88	576,77	0,324	12,6	62	1,67	570,50	343,5	74	5,644
Обед													
Салат из свеклы	100	2,82	12,02	16,52	185,6	0,034	13,3	–	5,4	70,92	81,26	41,4	2,64
Щи из св.капусты	200	1,41	3,96	6,32	71,8	0,046	12,62	–	1,88	39,4	39,2	17,7	0,66
Макаронные изделия отварные	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Гуляш из говядины	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	–	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Компот из кураги	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	0	32,32	0	17,56	0,48
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	30,47	46,21	136,74	1094,1	0,606	27,4	0	12,26	206,6	421,14	150,5	10,08
Итого за 11й день:													
Итого за 11й день:	1520	52,31	62,34	221,62	1670,9	0,93	40,1	62	13,93	777,1	764,64	224,5	15,72

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ													
СУББОТА													
День 12													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Котлета, рубленая из птицы	100	25,04	48,11	25,3	634,91	–	1,7	–	–	90,88	–	34,03	2,32
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	3,3	0,6	16,7	87	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	830	44,2	61	151,25	1335,2	0,299	24,3	0,072	2,422	170,4	275,48	128,8	9,59
Обед													
Салат из б/к	100	1,3	3,22	6,46	60,4	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	8,5	0,7
Суп с мясными фрикадел.	200	1,76	2,22	12,31	84,8	0,096	8,86	–	1,02	23,76	57,78	23,74	0,92
Котлеты рыбные	100	16,76	3,53	1,42	110	0,105	1,66	50,1	0,82	125,47	228,68	6	1,16
Гречка отварная	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Кисель из концентрата	200	–	–	9,98	39,9	–	–	–	–	0,3	–	–	0,04
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	930	40,9	25,86	122,47	901,78	0,696	23,1	100,172	4,306	233,1	729,82	259,5	12,12
Итого за 12й день:	1760	85,1	86,86	273,72	2237	0,995	47,4	100,244	6,728	403,5	1005,3	388,2	21,71

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
День 13													
Завтрак													
Каша молочная жидкая	200	7,51	11,72	47,03	325	0,019	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Масло сливочное (порциями)	15	0,12	10,87	0,2	99	–	–	60	–	3,6	0,01	–	0,03
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Фрукты свежие	100	3,3	0,6	16,7	87	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	615	22,26	27,83	122,36	834,1	0,275	12,8	142,4	1,67	339,2	442,44	117,9	6,92
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	98,4	8,74	83	0,04	8,54	–	1,92	39,78	43,68	20,9	0,98
Птица отварная	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,38	1,9
Картофельное пюре	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Напиток из св/м ягод	250	0,67	0,28	20,76	88,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	980	40,64	141,8	99,3	1003,4	0,517	147	164,942	5,866	223,2	351,93	143,8	8,97
Итого за 13й день:													
Итого за 13й день:	1595	62,9	169,6	221,66	1837,5	0,792	160	307,342	7,536	562,5	794,37	261,8	15,89

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ													
ВТОРНИК													
День 14													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Котлеты мясные	100	15	22	13,02	312,73	0,08	1,5	0,2	0,25	19,7	24,8	10,41	5,36
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	34,68	35,61	131,35	991,23	0,59	23,7	50,2	2,82	124,3	452,04	253,5	17,4
Обед													
Салат из моркови	100	1,22	7,08	6,48	95,82	0,034	4,7	–	2,7	25,38	40,64	35,72	0,66
Суп с бобовыми	200	4,39	4,22	13,23	118,6	0,182	4,66	–	1,94	34,14	70,48	28,46	2,56
Плов из мяса	200	21,98	22,52	34,69	429,33	0,08	1,707	–	3,67	18,97	266,85	52,39	3,53
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	35,5	35,01	127,26	981,05	0,482	11,8	0	9,66	140	523,91	174	10,4
Итого за 14й день:													
Итого за 14й день:	1600	70,18	70,62	258,61	1972,3	1,072	35,5	50,2	12,48	264,3	975,95	427,5	27,8

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ													
СРЕДА													
День 15													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Печень говяжья по-строгановски	100	13,25	11,23	3,52	185	0,2	8,45	57,82	3,44	33,24	239,32	17,47	5
Картофельное пюре	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	–	0,03	–	–	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	25,1	24,96	93,15	743,98	0,64	53,4		5,71	160,4	519,66	121,4	12,5
Обед													
Овощи, консервированные	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	-	0,1	23	24	14	0,6
Суп с макаронными изделиями	200	2,696	2,384	12,552	115,2	–	4,864	–	–	25,2	–	19,04	0,8
Котлета, рубленая из птицы	100	25,04	48,11	25,3	634,91	–	1,7	–	–	90,88	–	34,03	2,32
Гречка отварная	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Компот из кураги	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	51,08	67,26	173,4	1545,7	0,515	11,88	62,5	2,23	247,94	475,2	349	14,74
Итого за 15й день:													
Итого за 15й день:	1700	77,21	95,27	272,6	2347,3	1,205	71,22	203,7	8,02	422,21	1024	479,5	27,58

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ													
ЧЕТВЕРГ													
День 16													
Завтрак													
Каша молочная жидкая на молоке	200	7,51	11,72	47,03	325	0,019	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Масло сливочное (порциями)	15	0,12	10,87	0,2	99	–	–	60	–	3,6	0,01	–	0,03
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Фрукты свежие	100	3,3	0,6	16,7	87	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800/30	22,26	27,83	122,36	834,1	0,275	12,8	142,4	1,67	339,2	442,44	117,9	6,92
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп с рыбными консервами	200	1,98	0,46	15,58	74,8	0,1	12,24	–	0,06	25,56	33,58	13,22	0,82
Жаркое по-домашнему	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	–	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	–	0,9	–	–	14,18	–	5,14	0,95
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаное	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	28,8	22,54	106,12	748,04	0,58	56,7	0	2,75	127,1	518,46	140,8	10,38
Итого за 16й день:	1730/30	51,06	50,37	228,48	1582,1	0,855	69,5	142,4	4,42	466,3	960,9	258,8	17,3

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ													
ПЯТНИЦА													
День 17													
Завтрак													
Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,4	0,08	0,224	115,2	1,07	295,2	202,08	20,32	1,23
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03	–	100	0,24	22	76,8	4,8	1
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,056	1,59	24,4	0,02	152,22	124,56	21,34	0,48
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	655	30,35	25,56	102,62	767,5	0,366	11,8	239,6	2,88	514,4	536,94	95,46	7,86
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Свекольник	200	2,02	3,48	13,4	93,32	0,007	1,732	–	0,013	5,392	5,985	2,59	0,15
Гуляш из говядины	100	10,64	28,19	2,89	309	0,28	0,92	–	2,6	20	128,62	22,39	2,21
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	–	–	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	–	–	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	26,66	47,11	144,54	1115	0,541	8,08	0	7,039	114,1	402,45	139,9	7,37
Итого за 17й день:													
Итого за 17й день:	1585/20	57,01	72,67	247,16	1882,5	0,907	19,9	239,6	9,919	628,5	939,39	235,4	15,23

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ТРЕТЬЯ													
СУББОТА													
День 18													
Завтрак													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	9,75	4,95	3,8	105	0,05	3,73	5,82	2,52	39,07	162,19	48,53	0,85
Гречка отварная	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	–	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	–	2,83	–	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800/50	29,49	18,56	122,33	785,5	0,56	27,8	55,82	5,1	146,8	591,03	292,6	12,97
Обед													
Винегрет овощной	100	1,4	10,4	7,29	125,1	0,04	9,63	–	0,16	31,24	43,27	19,53	0,83
Суп картофельный с клецками	200	2,84	3,67	15,03	115,4	0,084	4,6	16,84	1,3	26,72	57,78	20,28	0,94
Котлеты мясные	100	15	22	13,02	312,73	0,08	1,5	0,2	0,25	19,7	24,8	10,41	5,36
Рагу овощное	200	3,37	20,93	16,4	270,48	0,16	56,74	0,72	0,32	65	95,64	45,1	1,7
соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Напиток из с/м ягоды	200	0,67	0,28	20,76	88,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	930	33,3	62,23	114,98	1168,6	0,561	173	17,832	4,236	199,1	377,35	144,3	12,85
Итого за 18й день:													
Итого за 18й день:	1700/30	62,79	80,79	237,31	1954,1	1,121	201	73,652	9,336	345,8	968,38	436,9	25,82

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
День 19													
Завтрак													
Сыр порциями	20	5,26	5,32	0	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Каша молочная жидкая	200	7,51	11,72	47,03	325	0,19	1,17	58	0,1	138,4	184,37	47,6	1,26
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	–	126,6	92,8	15,4	0,41
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	620	21,94	19,89	113,58	726,17	0,44	12,6	110	1,77	510	530,67	123	6,96
Обед													
Овощи свежие порциями	100	0,9	0,15	2,86	17	0,05	11,2	–	0,4	15,5	28	17	0,7
Суп с морской капустой	200	8,18	8,26	18	182,02	0,06	8,26	–	0,08	15,34	46,2	32,44	2,6
Ленивые голубцы	200	16,56	31,46	16,68	417,94	0,12	62,58	–	0,14	85,22	42,52	21,62	2,84
Компот из кураги	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	0	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	0	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	33,69	41,02	105,99	936,26	0,4	82,6	0	1,97	177,4	239,22	128,6	9,57
Итого за 19й день:	1420	55,63	60,91	219,57	1662,4	0,84	95,3	110	3,74	687,4	769,89	251,6	16,53

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ													
ВТОРНИК													
День 20													
Завтрак													
Овощи свежие	100	1,52	3,1	13,74	107	0,039	5,85	—	0,16	7,54	25,96	9,8	0,38
Птица отварная	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,28	1,9
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	—	—	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	—	0,03	—	—	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	—	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	830	40,36	41,46	130,41	1078,3	0,328	18,6	98,272	3,202	127,5	281,79	107,8	8,85
Обед													
Салат из свеклы	100	2,82	12,02	16,52	185,6	0,034	13,3	—	5,4	70,92	81,26	41,4	2,64
Суп-лапша домашняя	200	2,05	2,22	12,55	87,2	0,074	4,86	—	1,16	23,6	46,18	19,04	0,8
Гречка отварная	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	—	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Печень говяжья по-строгановски	100	13,25	11,23	3,52	185	0,2	8,45	57,82	3,44	33,24	239,32	17,47	5
Кисель из концентрата	200	—	—	9,98	39,9	—	—	—	—	0,3	—	—	0,04
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	36,43	38,51	133,24	1052,2	0,738	26,6	107,82	11,97	190,1	752,2	293,6	17,34
Итого за 20й день:													
Итого за 20й день:	1730	76,79	79,97	263,65	2130,5	1,066	45,2	206,092	15,17	317,6	1034	401,4	26,19

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ													
СРЕДА													
День 21													
Завтрак													
Запеканка из творога со сгущ. молоком	200	26,31	19,9	50,4	486	0,108	0,849	117	0,746	352,05	387,28	47,8	1,16
Масло сливочное	15	0,12	10,87	0,2	99	—	—	60	—	3,6	0,01	—	0,03
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0	126,6	92,8	15,4	0,41
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	—	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	615	35,6	33,62	117,15	917,5	0,348	12,2	187	2,296	527,3	613,59	112,2	6,75
Обед													
Овощи свежие	100	1,52	3,1	13,74	107	0,039	5,85	—	0,16	7,54	25,96	9,8	0,38
Рассольник "Ленинградский"	200	1,61	4,07	9,58	85,8	0,074	6,7	—	1,88	23,32	45,38	19,34	0,74
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	—	—	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Поджарка м/говядины	100	20,3	57,8	5,34	620	0,54	2,76	—	6,96	45,3	253,9	329,1	5,9
Компот из смеси с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	—	0	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	—	—	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	—	—	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	36,21	73,33	150,43	1429,7	0,873	16	0	10,73	139,5	552,44	437,5	11,37
Итого за 21й день:	1515	71,81	107	267,58	2347,2	1,221	28,2	187	13,02	666,7	1166	549,7	18,12

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ													
ЧЕТВЕРГ													
День 22													
Завтрак													
Сыр порциями	20	5,26	5,32	–	68,67	0,01	0,14	42	0,12	200	120	11	0,14
Суп молочный с крупой	200	5,76	6,63	18,28	156	0,07	1,17	–	–	199,75	–	–	0,22
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	20	–	125,78	90	14	0,134
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	620	21,84	16,13	84,88	576,77	0,324	12,6	62	1,67	570,5	343,5	74	5,644
Обед													
Салат из б/к	100	1,3	3,22	6,46	60,4	0,05	12,2	–	0,4	15,5	28	8,5	0,7
Суп с крупой	200	4,6	8,26	8,12	127,07	0,11	8,25	–	–	24	–	–	0,96
Плов из мяса	200	21,98	22,52	34,69	429,33	0,08	1,707	–	3,67	18,97	266,85	52,39	3,53
Напиток из с/м ягод	200	0,67	0,28	20,76	88,2	0,012	100	–	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	35,8	35,38	110,88	909,5	0,422	122	0	6,18	108,8	420,79	104,3	8,77
Итого за 22й день:													
Итого за 22й день:	1420	57,64	51,51	195,76	1486,3	0,746	135	62	7,85	679,3	764,29	178,3	14,41

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Нетто	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ													
ПЯТНИЦА													
День 23													
Завтрак													
Овощи свежие	100	1,52	3,1	13,74	107	0,078	11,7	–	0,32	15,08	51,92	19,6	0,76
Жаркое по-домашнему	200	18,51	20,67	18,95	337,14	0,26	32,4	–	0,94	42,82	334,38	65,48	4,96
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	–	2,83	–	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	–	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	700	27,81	25,29	98,54	757,64	0,538	56,9	0	2,82	117,1	524,2	136,5	11,23
Обед													
Винегрет овощной	100	1,4	10,4	7,29	125,1	0,04	9,63	–	0,16	31,24	43,27	19,53	0,83
Суп с мясными фрикадельками	200	1,76	2,22	12,31	84,8	0,096	8,86	–	1,02	23,76	57,78	23,74	0,92
Птица отварная	100	23,48	25,82	0,48	328	0,04	2,36	98,2	1,02	56	8,35	20,38	1,9
Макаронные изделия отварные	200	7,55	0,89	42,56	208,4	0,076	–	–	1,03	14,92	49,56	11,49	1,14
Соус красный основной	30	2,77	3,85	1,63	52,18	0,015	0,396	0,072	0,096	6,081	29,92	5,57	0,44
Компот из кураги	200	0,8	0,05	27,6	114,8	–	0,6	–	–	32,32	–	17,56	0,48
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	–	–	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	–	–	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	930	45,01	44,33	132,72	1117,8	0,437	21,8	98,272	4,676	193,3	311,38	138,3	8,66
Итого за 23й день:	1680	72,82	69,62	231,26	1875,4	0,975	78,8	98,272	7,496	310,4	835,58	274,8	19,89

Документ подписан электронной подписью.

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ													
СУББОТА													
День 24													
Завтрак													
Овощи свежие	100	1,52	3,1	13,74	107	0,078	11,7	_	0,32	15,08	51,92	19,6	0,76
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,6	0,034	_	_	0,376	1,82	81,26	21,78	0,7
Печень говяжья по-строгановски	100	13,25	11,23	3,52	185	0,2	8,45	57,82	3,44	33,24	239,32	17,47	5
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	_	0,03	_	_	11,1	2,8	1,4	0,28
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	_	0,2	16	11	9	2,2
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	_	_	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	_	_	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	800	27,36	23,02	131,82	883,1	0,512	30,2	57,82	5,686	106,2	508,8	109,3	11,89
Обед													
Салат из морской капусты	100	11,94	7,68	26,64	216,98	0,42	1	0,1	3,08	78,42	27,84	85,06	12,7
Щи из свежей капусты	200	1,41	3,96	6,32	71,8	0,046	12,62	_	1,88	39,4	39,2	17,7	0,66
Котлеты мясные	100	15	22	13,02	312,73	0,08	1,5	0,2	0,25	19,7	24,8	10,41	5,36
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,06	11,94	49,82	350	0,26	_	50	0,62	32,99	262,94	175,65	5,91
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,016	0,73	_	_	32,48	23,44	17,46	0,7
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08	_	_	0,65	11,5	43,5	16,5	1
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09	_	_	0,7	17,5	79	23,5	1,95
Всего:	900	47,32	46,77	168,66	1288,8	0,992	15,9	50,3	7,18	232	500,72	346,3	28,28
Итого за 24й день:													
Итого за 24й день:	1700	74,68	69,79	300,48	2171,9	1,504	46	108,12	12,87	338,2	1009,5	455,5	40,17

Документ подписан электронной подписью.

Химический состав за плановый период	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1537,1	1966	5769,1	46103	25,02	1987	3022,878	232,59	11127	21892,4	8255,7	524,8
	1848	1896	8040	56400								

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:

Подпись верна

Сертификат:

0084EB242B94DDD5B9798716C5B320D5F7

Владелец:

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 Г.АНИВА", Щербуняева, Наталья Владимировна, _aniva_sosh2@mail.ru, 650900094909, 6510005399, 07876701820, 1036500603864, МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 Г.АНИВА", Директор, Анива, ул. Победы, 60, Сахалинская область, RU

Издатель:

Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru

Срок действия:

Действителен с: 14.04.2023 14:01:00 UTC+11
Действителен до: 07.07.2024 14:01:00 UTC+11

Дата и время создания ЭП:

13.09.2023 11:33:30 UTC+11

Документ подписан электронной подписью.