

Согласовано

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

Утверждаю

для питания учащихся МБОУ Нижнегорского района

(возрастная категория 7-11 лет) 2026г.

Директор ООО "ТРУ"

Салата В.И.

ЗАВТРАК 1-4 классы

" " "

2026г

№ реп.	Сбор ник рецеп тур	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)							Минеральные в-ва (МГ)				
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe				

День №1 - Понедельник Неделя первая

53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48						
204	2011	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,6	0,07	0,11	100,8	0,2	258,3	176,8	17,78	1,08						
582	2022	Кондитерские изделия	20	1,5	1,96	16,88	93,0	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33						
271	2022	Соки фруктовые и ягодные	200	1		20,2	75,6	0,02	0,02		4,0	14,0	14,0	8,0	2,80						
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62						
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,40	9,80	47,0	0,03	0,02	-	10,0	16,0	11,1	9,0	2,2						
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	575	16,53	16,57	88,71	566,18	0,18	0,21	101	20,5	305,8	270,2	58,68	7,51						

День №2 - Вторник Неделя первая

		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	560	9,71	10,14	98,39	525,98	0,16	0,22	0,00	11,37	163,76	213,00	61,68	4,45						
--	--	----------------------	-----	------	-------	-------	--------	------	------	------	-------	--------	--------	-------	------	--	--	--	--	--	--

№ ре- цеп	Сбор ник реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)				
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Са	Р	Мg	Fe		
День №3 - Среда Неделя первая																	
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48		
91	2022	Картофельное пюре с соусом №717	150/20	3,1	9,17	17,98	172,8	0,14	0,11	50,0	17,8	41,70	87,0	27,4	1,03		
292	2022	Кондитерские изделия	150	13,4	14,18	84,6	520,5	0,2	0,14	69,8	0,27	78,4	150,3	24,20	1,5		
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21		
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33		
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62		
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	620	20,72	24,11	138,11	861,42	0,40	0,31	119,80	24,40	147,60	308,10	76,80	4,17		
День №4 - Четверг Неделя первая																	
117	2022	Каша вязкая молочная из манной крупой (на сгущ.молоке)	200	7,14	8,44	40,2	266,00	0,080	0,160		1,24	128,8	123,6	21,6	0,56		
582	2022	Кондитерские изделия	20	1,5	1,96	16,88	93,0	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33		
264	2022	Соки фруктовые и ягодные	200	1		20,2	75,6	0,02	0,02		4,0	14,0	14,0	8,0	2,80		
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,80	47,0	0,03	0,02	-	10,0	16,0	11,1	9,0	2,2		
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33		
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62		
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	570	13,53	11,32	111,45	597,72	0,21	0,28	0	15,2	177,2	222,1	63,44	6,84		
День №5 - Пятница Неделя первая																	
117	2022	Каша вязкая из рисовой крупы	200	4,86	5,64	51,24	274,0	0,04	0,02	35,4		14,0	105,3	36,00	0,70		
		Рыба припущенная с соусом №717	100	9,99	1,31	1,22	57,0	0,07	0,07	11,1	0,32	30,4	150,8	34,38	0,51		
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21		
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,80	47,0	0,03	0,02	-	10,0	16,0	11,1	9,0	2,2		
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33		
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62		
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	640	18,80	8,05	95,69	534,12	0,19	0,16	46,50	10,35	81,90	316,97	95,58	4,57		

№ реп.	Сборник рецептур	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)				
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe		

День: №6 - Понедельник

Неделя вторая

116	2022	Каша вязкая молочная гречневая(на стущ.молоке)	200	8,64	9,38	37,1	266,00	0,22	0,2	48,9	0,54	123,5	223,5	105,2	3,28	
292	2022	Кондитерские изделия	100	8,93	9,45	56,39	347,0	0,13	0,09	46,5	0,18	52,27	100,2	16,13	1,0	
261	2022	Соки фруктовые и ягодные	200	1		20,2	75,6	0,02	0,02		4,0	14,0	14,0	8,0	2,80	
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33	
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93	
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	560	22,62	19,46	143,00	827,71	0,43	0,37	95,40	4,72	203,57	395,59	146,77	8,36	

День: №7 - Вторник

Неделя вторая

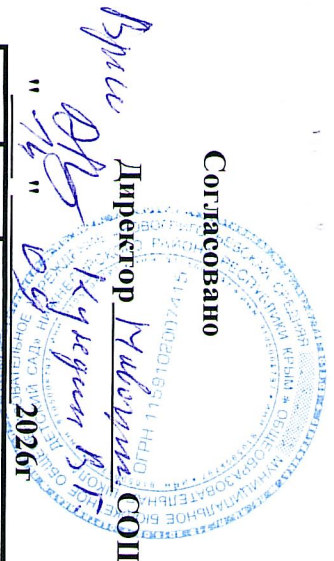
116	2022	Каша вязкая молочная из крупы пшенной (на стущ.молоке)	200	8,12	9,38	41,52	282,0	0,2	0,14		0,54	126,8	192,9	52,26	1,40	
11	2022	Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	-	108,0	0,01	0,09	78,0	0,21	264,0	150,0	10,5	0,30	
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21	
582	2021	Кондитерские изделия	20	1,5	1,96	16,88	93,0	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33	
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33	
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93	
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	500	20,69	21,00	96,77	662,11	0,30	0,32	78,00	0,78	421,50	429,40	91,36	3,50	

День: №8 - Среда

Неделя вторая

86	2022	СУП молочный с макаронными изделиями(на стущ.молоке)	200	4,38	3,8	14,24	120,0	0,08	0,14	26,4	0,66	130,4	109,50	21,3	0,52	
187	2022	Кондитерское изделие	80	6,96	16,11	11,61	223,00	0,23	0,09	14,3	14,3	40,67	104,72	19,09	1,09	
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21	
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,80	47,0	0,03	0,02	-	10,0	16,0	11,1	9,0	2,2	
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33	
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	600	14,17	20,79	59,20	500,14	0,37	0,28	40,70	24,99	203,97	253,92	60,63	4,35	

№ реп.	Сбор ник рецеп тур	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценност (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)						
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe				
День № 9 - Четверг															Неделя вторая				
56	2022	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	60	1,63	4,31	8,73	80,0	0,02	0,02	-	2,8	54,56	33,50	10,86	0,44				
172	2022	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,0	0,03	0,18	100,0		22	77,0	5,0	1				
116	2022	Каша из пшеничной крупы с соусом № 717	150/20	4,39	9,23	23,33	187,45	0,18	0,08	36,7		19,3	101,9	40,0	0,60				
261	2022	Соки фруктовые и ягодные	200	1		20,2	75,6	0,02	0,02		4,0	14,0	14,0	8,0	2,80				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	520	15,61	18,66	76,93	522,17	0,3	0,35	136,7	6,8	121,36	273,7	78,76	5,79				
День № 10 - Пятница																			
Неделя вторая																			
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,670	0,06	2,10	12,0	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21,0	9	0,48				
116	2022	Каша из гречневой крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,45	0,18	0,08	36,7	0,0	19,30	101,9	40,0	0,60				
290	2011	Птица тушенная в соусе № 717	100	11,09	11,26	3,51	160,00	0,04	0,09	29,3	0,7	29,84	75,30	15,60	1,04				
187	2022	Кондитерское изделие	80	6,96	16,11	11,61	223,00	0,23	0,09	14,3	14,3	40,67	104,72	19,09	1,09				
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	630	26,66	37,36	73,98	738,57	0,512	0,322	80,3	21,3	117,31	352,72	99,89	4,37				
		ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	578	179,04	18,75	98,22	633,61	0,31	0,28	69,82	14,04	194,40	303,57	83,36	5,39				



Согласовано

Директор *Ильинский* СОШ

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

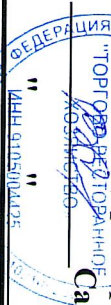
Для питания учащихся МБОУ Нижегородского района
(возрастная категория 12 лет и старше) 2026г

Утверждено

Директор ООО "ТРХ"

Савата В.И.

ЗАБТРАК 5-11 классы



№ реп.	Сбор ник рецен тур	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (Мг)				Минеральные в-ва (Мг)			
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _а	Р	Мg	Fe

День №1 - Понедельник Неделя первая

53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	100	0,7	0,1	1,9	12,0	0,040	0,020		4,9	17,0	30	14,0	0,5				
138	2022	Макароны отварные с сыром	200	12,18	12,80	42,34	334,0	0,1	0,100	97,8	0,16	225,5	173,78	18,12	1,22				
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	550	17,22	13,70	82,50	525,50	0,20	0,18	97,8	5,1	266,3	262,3	51,62	2,99				

День №2 - Вторник Неделя первая

117	2022	Каша вязкая молочная рисовая(на сгущ.молоке)	250	7,18	10,55	52,0	332,5	0,08	0,2		1,55	154,7	188,62	43,85	0,70				
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	460	8,36	10,95	70,96	418,48	0,10	0,22	0,00	1,58	169,30	212,32	50,15	1,53				

№ реп.	Год рек	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)				
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Са	Р	Mg	Fe	
День №3 - Среда Неделя первая																
38	2022	Овощи натуральные по сезону	100	0,7	0,1	1,9	12,0	0,040	0,020		4,9	17,0	30	14,0	0,5	
91	2022	Картофельное пюре с соусом №717	180/20	3,87	11,46	22,47	216,0	0,18	0,130	62,5	22,25	52,13	108,8	34,3	1,29	
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21	
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44	
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93	
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	560	9,47	12,47	94,84	430,5	0,29	0,22	62,5	27,18	95,23	207,9	70,3	3,37	
День №4 - Четверг Неделя первая																
53/54	2022	Каша молочная манная(на сгущ.молоке)	250	8,93	10,55	50,25	332,50	0,100	0,200		1,55	161,0	154,5	27,1	0,7	
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21	
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44	
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93	
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	510	13,83	11,46	93,45	534,99	0,17	0,27	0,00	1,58	187,10	223,60	49,05	2,28	
День №5 - Пятница Неделя первая																
117	2011	Каша вязкая из рисовой крупы с соусом № 717	200/20	7,14	8,44	40,20	266,0	0,08	0,16	54,6	1,24	128,8	123,6	21,64	0,56	
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21	
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44	
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93	
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	460	12,04	9,35	83,4	468,5	0,12	0,2	54,6	1,27	154,9	192,7	43,6	2,14	

№ рецепт.	Сборник рецептур	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценнос (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Мg	Fe

День: №6 - Понедельник

Неделя вторая

		Каша вязкая молочная																	
116	2022	гречневая(на сгущ.мол)	250	10,80	11,73	46,37	332,5	0,27	0,25	61,1	0,68	154,37	279,4	132	4,10				
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	510	15,70	12,64	89,57	534,99	0,34	0,32	61,1	0,7	180,5	348,5	153,5	5,68				

День: №7 - Вторник

Неделя вторая

		Каша вязкая молочная из пшениной крупы (на сгущенном молоке)	250	10,15	11,72	51,9	352,5	0,250	0,180		0,68	158,5	241,2	65,3	1,75				
177	2011																		
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	510	15,05	12,63	94,84	555,0	0,32	0,25	0,0	0,71	184,57	310,3	87,3	3,33				

День: №8 - Среда

Неделя вторая

		Суп молочный с макаронными изделиями (на сгущ.молоке)	250	5,48	4,75	17,80	150,0	0,1	0,17	33	0,83	163,00	136,88	26,62	0,65				
117	2022																		
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	510	10,38	5,66	61,00	352,49	0,17	0,24	33,00	0,86	189,10	205,98	48,62	2,23				

№ реп.	Сборник рецептур	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценност (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
				Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _а	Р	Мg	Fe

День № 9 - Четверг Неделя вторая

53/54	2022	Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,73	80,00	0,020	0,020		2,8	54,6	33,5	10,9	0,44				
		каша вязкая из пшеничной																	
116	2022	крупы с соусом № 717	180/20	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,10	44,0		23,40	123,7	48,0	0,80				
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	520	11,9	14,63	80,2	496,0	0,300	0,19	44,00	2,83	104,1	226,3	80,9	2,82				

День № 10 - Пятница Неделя вторая

53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	100	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48				
91	2022	каша из гречневой крупы с соусом № 717	180/20	5,32	9,4	28,31	213,5	0,21	0,10	44,0		23,4	123,7	48,0	0,8				
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21				
к/к	2022	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44				
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93				
		ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	560	10,9	10,38	73,61	428,0	0,292	0,182	-	6,3	55,5	213,8	79,00	2,86				
		ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	515	124,8	113,9	824,4	4744,4	2,3	2,3	103,5	48,1	1586,6	2403,6	714,0	29,2				

Согласовано

Директор МБОУ СОШ

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
для питания учащихся МБОУ Нижегородского района
(возрастная категория 7-11 лет) 2026г.

Утверждено

Директор МБОУ "ТРХ"

Салата В.И.

ОБЕД 1-4 классы

" 14 " 09 2026г

2026г

" 14 " 2026г		Обед 1-4 классы										Лист 91с Минеральные в-ва (мг)					
№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценност (ккал)	Витамины (МГ)										
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Ca	Р	Мg	Fe			
День №1 - Понедельник Неделя первая																	
53/54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48			
113	Суп-лапша "Домашняя"	200	2,05	4,43	9,3	92,60	0,04	0,028	10,0	0,4	22,84	30,8	8,54	0,52			
116	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,45	0,18	0,08	36,7	-	19,3	101,9	40,0	0,60			
290	Птица тушенная в соусе №717	100	11,65	11,66	23,15	226,70	0,04	0,09	30,1	0,68	30,3	79,0	16,2	0,70			
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44			
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62			
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21			
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:		760	23,10	26,18	96,14	698,25	0,33	0,27	76,80	7,41	102,26	291,20	93,23	3,57			
День №2 - Вторник Неделя первая																	
101	Суп картофельный из трещевон крупы	200	2,0	2,17	13,4	81,04	0,07	0,04		6,6	21,4	44,8	18,2	0,70			
202	Пшеничные изделия отварные с соусом № 717	150/20	5,46	5,80	30,5	195,7	0,060	0,028	-	-	12,14	37,57	8,14	0,81			
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44			
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62			
271	Соки фруктовые и ягодные	200	1	-	20,2	75,60	0,02	0,02	-	4	14,0	14,0	8,0	2,80			
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:		630	12,74	8,59	93,3	491,84	0,21	0,148	0,0	10,6	61,3	152,37	52,54	5,37			

№ рел.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)							
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Са	Р	Мg	Fe					
День №3 - Среда													Неделя первая						
56	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	100	2,73	7,18	14,54	133,0	0,04	0,04	-	4,67	90,93	55,80	18,1	0,74					
79	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	13,96	94,0	0,1	0,06	-	6,6	23,36	54,06	21,82	0,90					
116	Каша из гречневой крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,3	101,9	40	0,60					
157	Рыба припущенная с соусе № 717	100	19,98	2,62	2,44	114,0	0,14	0,14	22,2	0,64	60,6	301,7	68,8	1,02					
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21					
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62					
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:		700	33,60	22,11	92,53	708,0	0,520	0,38	14,6	11,9	218,0	572,0	168,2	4,53					
День №4 - Четверг															Неделя первая				
Суп картофельный		200	5,74	0,7	18,9	104,8	0,072	0,04	-	6,6	21,36	44,78	18,22	0,7					
102	с горохом	200	5,74	0,7	18,9	104,8	0,072	0,04	-	6,6	21,36	44,78	18,22	0,7					
116	Плов из птицы	150	12,71	7,85	26,80	229,00	0,08	0,1	14,6	4,52	34,8	131,5	40,5	1,48					
271	Соки фруктовые и ягодные	200	1	-	20,2	75,60	0,02	0,02	-	4	14,0	14,0	8,0	2,80					
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62					
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:		610	23,73	9,17	95,10	548,9	0,232	0,22	14,6	15,1	83,9	246,3	85,0	6,04					

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценност (ккал)		Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)				
			Б	Ж	У			В ₁	В ₂	А	С	С _а	Р	Мg	Fe		

День: №5 - Пятница Неделя первая

	Суп картофельный из гречневой																
101	крупы	200	2,0	2,17	13,4	81,04	0,07	0,04			6,6	21,36	44,8	18,20	0,70		
54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	2,1	12,00	0,012	0,012	-		6,3	6,0	21	9,0	0,48	0,60		
91	Картофельное пюре с соусом № 717	150/20	3,10	9,17	17,98	172,92	0,14	0,11			17,80	41,70	87,0	27,40	1,03		
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-		-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21		
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04		-	-	9,2	34,8	13,20	0,44		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02		-	-	4,6	21,20	5,00	0,62		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	680	10,11	14,24	81,6	433,47	0,28	0,2		6,3	30,4	107,9	199,3	65,58	3,60		

День: №6 - Понедельник Неделя вторая

	Суп картофельный из рисовой																
101	крупы	200	1,6	2,17	9,7	68,64	0,07	0,04			6,6	21,36	30,8	8,54	0,52		
202	Макаронные изделия отварные с соусом № 717	150/20	5,46	30,5	195,7	0,060	0,028	-		-	12,14	37,57	8,14	0,81	0,84		
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-		-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21		
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04		-	-	9,2	34,8	13,20	0,44		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02		-	-	4,6	21,20	5,00	0,62		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	620	11,38	33,42	243,66	248,20	0,16	0,10		0,0	18,77	82,7	97,4	28,85	2,63		

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда		Пищевые вещества			Энерг. ценност (ккал)	Витамины (МГ)						Минеральные в-ва (МГ)					
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe				
День: №7 - Вторник													Неделя вторая					
56	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	60	1,63	4,31	8,7	80,00	0,020	0,02	-	2,80	54,56	33,5	10,90	0,44				
113	Суп-лапша "Домашняя"	200	2,05	4,43	9,3	92,60	0,04	0,028	10,0	0,4	22,84	30,8	8,54	0,52				
116	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,30	101,9	40	0,60				
290	Птица тушенная в соусе № 717	100	11,65	11,66	3,51	166,0	0,04	0,09	30,1	0,7	40,67	79	16,19	0,70				
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21				
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,20	0,44				
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,20	5,00	0,62				
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	760	24,06	30,43	83,1	705,55	0,34	0,28	24,6	3,93	161,2	303,7	95,1	3,53				
День: №8 - Среда															Неделя вторая			
95	Суп с рыбными консервами	200	6,89	6,72	11,47	133,8	0,08	-	12,0	7,29	36,24	141,22	37,88	0,01				
	Каша вязкая из гречневой крупы с																	
116	соусом № 717	150/20	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,3	101,9	40	0,60				
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21				
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,20	0,44				
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,20	5,00	0,62				
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	620	15,62	16,75	73,1	500,8	0,32	0,14	48,7	7,3	79,3	301,62	97,4	1,88				

№ реп.	Прием пищи, Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)					
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Ca	P	Mg	Fe			
День № 9 - Четверг													Неделя вторая				
	Суп картофельный с пшенной крупой	200	1,98	2,71	12,11	85,8	0,09	0,06		8,25	26,7			0,88			
74																	
116	Плов из пшцы	150	12,71	7,85	26,80	229,00	0,08	0,1	14,6	4,52	34,8	131,5	40,5	1,48			
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21			
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44			
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62			
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	600	19,03	11,36	77,17	494,30	0,23	0,22	14,6	12,80	85,3	190	60,03	3,63			
День № 10 - Пятница																	
Неделя вторая																	
53/54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48			
102	Суп картофельный с горохом	200	5,74	0,70	18,90	104,8	0,04	-	6,6	21,36	44,78	18,22	0,7	2,10			
	Каша вязкая из пшеничной																
116	крупы с соусом № 717	150/20	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,30	101,9	40	0,60			
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21			
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44			
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62			
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	680	15,14	10,79	82,59	483,8	0,29	0,15	113,3	27,69	93,9	199,6	69,20	4,45			
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	666	188,51	149,80	1018,27	7152,40	2,92	2,12	313,50	146,01	1075,75	2553,49	815,11	39,23			



Согласовано

Директор Нелюба Сопп

2026г

ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ
Для питания учащихся МБОУ Нижнегорского района
(возрастная категория 12 лет и старше лет) 2026г.

ОБЕД (5-11 классы)



Директор "ООО ТРХ"
Салата В.И.

2026г

" 2026г		ОБЕД (5-11 классы)			Минеральные в-ва (Мг)											
№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (Мг)							Итого		
			Б	Ж	У		В1	В2	А	С	Ca	P	Mg	Fe		
День №1 - Понедельник Неделя первая																
53/54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48		
113	Суп-лапша "Домашняя"	250	3,56	5,79	11,62	122,0	0,05	0,035	-	0,5	31,05	38,5	10,68	0,65		
116	Каша вязкая из пшеничной крупы	180	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,1	44	-	23,4	123,7	48,0	0,8		
290	Птица тушеная в соусе №717	100	11,65	11,66	23,15	226,7	0,04	0,09	30,1	0,68	30,3	79,0	16,2	0,07		
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,8	0,66		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93		
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	870	27,68	28,03	118,0	823,5	0,40	0,33	74,1	7,51	121,5	348,7	112	3,80		
День №2 - Вторник Неделя первая																
	Суп картофельный из гречневой крупы	250	2,5	2,63	16,75	101,3	0,09	0,06		8,30	26,7	56,0	22,80	0,09		
62	Макаронные изд. отвар. с соусом № 717	180/20	6,55	6,96	36,55	234,86	0,07	0,030	-	-	14,57	45,09	9,77	0,97		
202	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,8	0,66		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93		
к/к	Соки фруктовые и ягодные	200	1	-	20,2	75,60	0,02	0,02	-	4,0	14,0	14,0	8,0	2,80		
271	Кондитерское изделие	80	6,96	16,11	11,61	223,00	0,23	0,09	14,3	14,3	40,7	104,7	19,1	1,09		
187	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	820	23,43	26,63	128,91	844,01	0,50	0,29	14,30	26,60	116,64	303,81	86,96	6,54		

№ рец.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)					
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Са	Р	Мg	Fe			
День №3 - Среда													Неделя первая				
56	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	100	2,72	7,18	14,55	133,3	0,03	0,03	-	4,7	90,93	55,80	18,1	0,73			
79	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,7	2,85	17,46	117,50	0,13	0,08	-	8,25	29,2	67,57	27,28	1,13			
199	Каша из гречневой крупы	180	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,1	44,0		23,4	123,7	48	0,8			
157	Рыба припущенная с соусом № 717	100	19,98	2,62	2,44	114,0	0,14	0,01	22,2	0,64	60,6	301,7	68,8	1,02			
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21			
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,8	0,66			
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93			
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	910	37,20	23,17	115,62	827,6	0,6	0,31	66,2	13,6	234,8	635,27	190,78	5,48			
День №4 - Четверг																	
Неделя первая																	
102	Суп с картофелем с горохом	250	7,18	0,88	23,6	131,0	0,3	0,07	-	1,0	53,02	95,4	37,0	2,7			
199	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,20	275,0	0,09	0,12	17,5	5,42	41,7	157,8	48,6	1,8			
271	Соки фруктовые и ягодные	200	1	-	20,2	75,60	0,02	0,02	-	4,0	14,0	14,0	8,0	2,80			
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,8	0,66			
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93			
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	720	29,85	11,23	119,80	690,9	0,5	0,3	17,5	10,4	129,4	351,2	120,94	8,9			

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe

День: №5 - Пятница Неделя первая

101	Суп картофельный с гречневой крупой	250	2,5	2,63	16,75	101,30	0,09	0,060	-	8,3	26,70	56,00	22,80	0,9
4	Овощи натуральные по сезону	100	0,7	0,1	1,90	12,000	0,040	0,02		4,9	17	30,0	14,00	0,50
91	Пюре картофельное с соусом №	180/20	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,1	44,0	-	23,40	123,7	48,0	0,80
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,80	0,66
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,50	0,93
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	830	15,00	13,25	99,8	576,1	0,4	0,27	44,0	13,23	97,80	296,20	113,4	4,00

День: №6 - Понедельник Неделя вторая

101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	1,98	2,71	12,11	85,80	0,09	0,055	-	8,3	26,70	56,00	22,80	0,9
137	Макаронные изделия отварные с соусом 717	180/20	6,55	6,96	36,55	234,9	0,07	0,030	-	3,1	14,57	45,09	9,77	0,97
143	Йогурт отварное	40	5,10	4,6	0,30	63,0	0,03	0,180	100,0		22	77,00	5,00	1,00
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,80	0,66
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,50	0,93
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	770	20,11	15,38	101,8	632,91	0,28	0,36	100,0	11,45	93,97	264,59	66,2	4,67

№ реци.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)					Минеральные в-ва (МГ)				
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Ca	Р	Mg	Fe		
День: №7 - Вторник Неделя вторая																
56	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	100	2,72	7,18	14,55	133,300	0,030	0,030	-	4,70	90,9	55,8	18,1	0,73		
113	Суп-лапша "Домашняя"	250	3,56	5,79	11,62	122,0	0,05	0,035	-	0,5	31,05	38,5	10,68	0,65		
199	Каша вязкая из пшеничной крупы	180	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,1	44,0	5,42	23,40	123,7	48,00	0,80		
290	Птица тушенная в соусе №717	100	11,65	11,7	23,15	226,7	0,04	0,09	30,3	0,7	30,3	79,00	16,20	0,70		
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21		
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,8	0,66		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	910	29,73	35,15	130,49	944,75	0,42	0,35	17,5	11,33	206,4	383,5	121,6	4,68		
День: №8 - Среда Неделя вторая																
95	Суп с рыбными консервами	250	8,61	8,40	14,34	167,25	0,1	-	15	9,1	45,30	176,5	47,35	1,26		
116	Каша вязкая из гречневой крупы с соусом № 717	180/20	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,1	44,0		23,40	123,7	48,0	0,80		
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21		
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,8	0,66		
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,5	0,93		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	730	20,41	18,9	95,5	630,00	0,4	0,19	58,3	9,1	99,4	386,7	124,0	3,9		

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)						Минеральные в-ва (МГ)						
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	Ca	Р	Mg	Fe					
День № 9 - Четверг														Неделя вторая					
	Суп картофельный с пшенной крупой	250	1,48	4,92	6,1	75,0	0,05	0,03	-	9,63	35,9	33,6	14,18	0,58					
74																			
199	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,20	275,0	0,09	0,12	17,5	5,42	41,7	157,8	48,6	1,8					
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21					
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,80	0,66					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,0	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,50	0,93					
187	Кондитерское изделие	80	6,96	16,11	11,61	223,00	0,23	0,09	14,3	14,3	40,7	104,7	19,1	1,09					
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	790	30,17	31,56	102,77	822,25	0,46	0,33	31,80	29,38	148,98	382,62	110,51	5,27					
День № 10 - Пятница															Неделя вторая				
53/54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48					
102	Суп картофельный с горохом	250	7,18	0,88	23,60	131	0,3	0,07	-	1,00	53,02	95,4	37,00	2,70					
	Каша вязкая из пшеничной																		
116	крупы с соусом № 717	180/20	5,32	9,41	28,31	213,5	0,21	0,1	44,0	5,42	23,40	123,7	48,00	0,80					
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21					
к/к	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	0,06	0,06	-	-	13,8	52,2	19,80	0,66					
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0,03	-	-	6,9	31,8	7,50	0,93					
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	800	18,98	11,40	104,77	593,8	0,6	0,26	44,0	6,45	107,1	305,6	113,60	5,30					
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	815	239,82	214,72	1117,55	8170,70	4,59	2,98	467,70	139,13	1356,00	3658,22	1160,37	52,49					