#### 

### ПРИКАЗ

от «10» января 2023 г. № 2-8/о г. КОТЛАС

Об утверждении школьного меню горячих завтраков и обедов на 2 полугодие 2022-2023 учебный год в МОУ "Общеобразовательный лицей№3"

#### приказываю:

1. Утвердить примерные меню горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-10 и 11-18 лет на второе полугодие 2022-2023 учебный год в МОУ "Общеобразовательный лицей №3"

### Приложения:

- 1. Примерное 15-ти дневное меню горячих завтраков для организации питания обучающихся 1-4 классов на 2 полугодие 2022-2023 учебный год на 3л. в 1 экз.
- 2. Примерное 18-ти дневное меню горячих завтраков для организации питания обучающихся 5-11 классов на 2 полугодие 2022-2023 учебный год на 3л. в 1 экз.
- 3. Примерное 15-ти дневное меню обедов для организации питания обучающихся 1-4 классов на 2 полугодие 2022-2023 учебный год на 3л. в 1 экз.

	ректор М0 бщеобразо	ОУ овательный лицей №3»	мине обращения
Сг	триказом с	энакомлены:	
<u>~</u>	»	20 г	
<b>«</b>		20 г	A CONTRACT OF THE CONTRACT OF

ПРИЛОЖЕНИЕ к приказу от «10» января 2023 г. № 2-8/о

# Примерное 15-ти дневное меню горячих завтраков для организации питания обучающихся 1-4 классов

No	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД И ИЗДЕЛИЙ	Выход Грамм.	Б	Ж	У	Ккал	Цена Руб.
1 день	завтрак	т рания.					1 y 0.
Прод	Фрукт (яблоко)	70	0,5	0,5	12,7	57,7	6-90
54-9к-2020	Каша вязкая молочная	200	8,6	12,8	34,2	285,8	20-60
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	1-50
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
прод.	второй завтрак	30	2	0,4	11,7	30,7	3-00
Прод	Творожная масса	120	9	15	20	250	43-30
_	*				48	+	
Прод	Коржик молочный	80	4,8	8,8	46	288	15-20
2 день	завтрак						
Прод	Фрукт (груша)	160	1,1	0,3	10,5	79	26-40
54-10-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,2	3,2	237,0	27-10
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	13-50
	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
Прод.	второй завтрак	30		0,4	11,9	36,7	3-00
Прод	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	19-50
Прод	Сок фруктовый с мякотью	200	0,0	U	33	134,4	19-30
3 день	завтрак						
54-7к-2020	Каша вязкая молочная						
0.711.2020	пшенная с изюмом	210	8,5	11,7	43,5	313,2	17-30
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	3-50
Прод	Хлеб пшеничный (батон)	45	3,4	0,4	22,1	105,5	4-00
1 7 7	второй завтрак		,	,	,	,	
Прод	Фрукт (груша)	150	0,6	0,5	15,5	68,3	20-90
Прод	Йогурт	125	4,4	2,4	18,2	190	24-90
			,				
4 день	завтрак						
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	29,6	10,6	21,6	301,2	35-10
Прод	Джем фруктовый	10	0	0	3,6	14,5	1-00
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0-80
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	45	3,4	0,4	22,1	105,5	4-00
	второй завтрак						
Прод	Фрукт (мандарин)	90	1,1	0,3	10,5	49	13-00
Прод	Йогурт	125	4,4	2,4	18,2	190	24-90
5 день	завтрак						
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	3,5	4,4	0	53,7	17-40
54-23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6,9	5,8	32,1	208,3	11-50
54-23гн-2020	Кофейный напиток с	200	3,9	2,9	11,2	86	8-50
Прод.	молоком Хлеб пшеничный (батон)	45	3,4	0,4	22,1	105,5	4-00
ттрод.	второй завтрак	7.0	J,7	0,7	22,1	103,3	7-00
Прод	Фрукт (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	11-40
Прод	Йогурт	125	4,4	2,4	18,2	190	24-00

	I						
6 день	завтрак						
54-20к-2020	Каша жидкая молочная						
3 1 20K 2020	гречневая	200	7,1	6,7	23,8	184,4	13-40
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	13-50
54-13-2020	Сыр твердых сортов в						
	нарезке	30	7,0	8,8	0	107,5	21-40
Прод	Фрукт (мандарин)	102	0,6	0,1	5,3	24,5	16-80
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
•	Второй завтрак						
Прод	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	19-50
_							
7 день	завтрак						
Прод	Булка «детская»	80	7,05	0,51	44,66	227	16-20
54-21к-2020	Каша вязкая молочная	200	5,2	6,5	28,4	193,7	14-30
	рисовая	200	3,2	0,5	20,4	175,7	17-30
54-23гн-2020	Кофейный напиток с	200	3,8	3,5	11,2	91,2	9-55
	МОЛОКОМ		·				
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
	второй завтрак						
Прод	Йогурт	125	4,4	2,4	18,2	190	30-10
Прод	Фрукт (яблоко)	130	0,5	0,5	12,7	57,7	12-75
			1	1			
8 день	завтрак	106	1.1	0.2	10.5	100	20.70
Прод	Фрукт (груша)	186	1,1	0,3	10,5	123	30-70
54-10-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,2	3,2	237,0	27-10
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53,5	4-90
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
Пест	второй завтрак	200	0.6	0	33	124.4	10.50
Прод	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	U	33	134,4	19-50
Ологи	DODERAL						
9 день 54.60.2020	завтрак	15	18	4.0	0.3	56.6	6.50
54-60-2020	Яйцо вареное	45	4,8	4,0	0,3	56,6	6-50
	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в	45	4,8 7,0	4,0	0,3	56,6 107,5	6-50 21-40
54-60-2020 54-13-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,8	0	107,5	21-40
54-60-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная						
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая	30 200	7,0 7,2	8,8 9,3	0 34,1	107,5	21-40 14-50
54-60-2020 54-13-2020 54-21k-2020 54-3rh-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром	30 200 200	7,0 7,2 0,3	9,3 0	0 34,1 6,7	107,5 249 27,9	21-40 14-50 2-10
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон)	30 200	7,0 7,2	8,8 9,3	0 34,1	107,5	21-40 14-50
54-60-2020 54-13-2020 54-21k-2020 54-3rh-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак	30 200 200	7,0 7,2 0,3	9,3 0	0 34,1 6,7	107,5 249 27,9	21-40 14-50 2-10
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020 54-3гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон)	30 200 200 30	7,0 7,2 0,3 2	8,8 9,3 0 0,4	0 34,1 6,7 11,9	107,5 249 27,9 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020 54-3гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт	30 200 200 30 125	7,0 7,2 0,3 2 4,4	8,8 9,3 0 0,4 2,4	0 34,1 6,7 11,9	107,5 249 27,9 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020 54-3гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)	30 200 200 30 125	7,0 7,2 0,3 2 4,4	8,8 9,3 0 0,4 2,4	0 34,1 6,7 11,9	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020 54-3гн-2020 Прод. Прод Прод	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)	30 200 200 30 125	7,0 7,2 0,3 2 4,4	8,8 9,3 0 0,4 2,4	0 34,1 6,7 11,9	107,5 249 27,9 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10
54-60-2020 54-13-2020 54-21к-2020 54-3гн-2020 Прод. Прод	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога	30 200 200 30 125 70 136 150	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 0,5 16,1	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 57,7 347,8	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод Прод Прод 10 день Прод 54-1т-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное	30 200 200 30 125 70 136 150 20	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 0,5 16,1 0	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 12,7 25,0 7,2	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 57,7 347,8 29	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод Прод Прод 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 0,5 16,1 0	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 57,7 347,8 29 26,8	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод Прод Прод 10 день Прод 54-1т-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон)	30 200 200 30 125 70 136 150 20	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 0,5 16,1 0	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 12,7 25,0 7,2	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 57,7 347,8 29	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод Прод Прод 54-1т-2020 Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак	30 200 30 30 125 70 136 150 20 200 30	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод Прод Прод 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон)	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 0,5 16,1 0	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 57,7 347,8 29 26,8	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод. 10 день Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак	30 200 30 30 125 70 136 150 20 200 30	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод Прод 10 день Прод 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4 0,2	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод Прод Прод 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.  Прод 11 день Прод	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко) Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак	30 200 30 30 125 70 136 150 20 200 30	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод Прод 10 день Прод 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4 0,2	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод Прод 10 день Прод 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод. Прод. 11 день Прод 54-9к-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Фрукт (банан)	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2 3 4,4	8,8  9,3  0 0,4  2,4 0,5  16,1 0 0,4  0,2	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9 43,6	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7 178	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод. Прод. 10 день Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод. Прод.	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Сыр твердых сортов в	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2 3 4,4	8,8  9,3  0 0,4  2,4 0,5  16,1 0 0,4  0,2	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9 43,6	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7 178	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод. Прод. 10 день Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод. Прод. 11 день Прод 54-9к-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Сыр твердых сортов в нарезке	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216 125 200 200 200 200	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5  0,5 25,6 0,1 0,2 2 3 4,4 8,6 7,0	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4 0,2 2,4 12,8 8,8	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9 43,6 18,2 34,2	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7 178 150 285,8 107,5	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65 30-10 20-60 14-30
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод. Прод. 10 день Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.  Прод. 54-2гн-2020 54-9к-2020 54-13-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Сыр твердых сортов в нарезке Чай с сахаром	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216 125 200 200 200 200 200	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2 3 4,4 8,6 7,0 0,2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4 0,2 2,4 12,8 8,8 0	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9 43,6 18,2 34,2 0 6,4	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7 178 150 285,8 107,5 26,8	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 30-10 27-65 30-10 20-60 14-30 1-50
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод. Прод. 10 день Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.  Прод. 11 день Прод 54-9к-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Фрукт (банан)  с сахаром Клеб пшеничный сбатон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Йогурт Каша вязкая молочная овсяная Сыр твердых сортов в нарезке Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон)	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216 125 200 200 200 200	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5  0,5 25,6 0,1 0,2 2 3 4,4 8,6 7,0	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4 0,2 2,4 12,8 8,8	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9 43,6 18,2 34,2	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7 178 150 285,8 107,5	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65 30-10 20-60 14-30
54-60-2020 54-13-2020 54-13-2020 54-21к-2020 Прод. Прод. Прод. Прод. 10 день Прод. 54-1т-2020 Прод. 54-2гн-2020 Прод.  Прод. 54-2гн-2020 54-9к-2020 54-13-2020	Яйцо вареное Сыр твердых сортов в нарезке Каша вязкая молочная ячневая Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Йогурт Фрукт (яблоко)  завтрак Фрукт (яблоко)  Запеканка из творога Молоко сгущенное Чай с сахаром Хлеб пшеничный (батон) второй завтрак Фрукт (банан)  завтрак Сыр твердых сортов в нарезке Чай с сахаром	30 200 200 30 125 70 136 150 20 200 30 216 125 200 200 200 200 200	7,0 7,2 0,3 2 4,4 0,5 0,5 25,6 0,1 0,2 2 3 4,4 8,6 7,0 0,2	8,8 9,3 0 0,4 2,4 0,5 16,1 0 0,4 0,2 2,4 12,8 8,8 0	0 34,1 6,7 11,9 18,2 12,7 25,0 7,2 6,4 11,9 43,6 18,2 34,2 0 6,4	107,5 249 27,9 58,7 190 57,7 347,8 29 26,8 58,7 178 150 285,8 107,5 26,8	21-40 14-50 2-10 3-00 30-10 6-90 13-33 45-20 5-80 1-50 3-00 27-65 30-10 20-60 14-30 1-50

12 день	завтрак						
Прод	Фрукт (яблоко)	115	0,5	0,5	12,7	57,7	11-27
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	11,7	37,5	288,0	16-40
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	13-50
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
	второй завтрак						
Прод	Йогурт	125	4,4	2,4	18,2	150	30-10
Прод	Булка «детская»	80	7,05	0,51	44,66	210	16-20
13 день	завтрак						
Прод	Фрукт (яблоко)	105	0,5	0,5	12,7	57,7	10-30
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	25,6	16,1	25,0	347,8	45-20
Прод.	Молоко сгущенное	20	0,1	0	7,2	29	5-80
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	1-50
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
•	второй завтрак						
Прод	Фрукт (банан)	212	3	0,2	43,6	178	27-15
14 день	завтрак						
Прод	Творожная масса	130	4,4	2,4	18,2	190	48-50
54-23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,2	10,8	38,5	283,5	12-00
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	2-10
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
	второй завтрак						
Прод	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	20-00
Прод	Фрукт (яблоко)	150	0,9	0,9	22,5	102,1	14-30
15 день	завтрак	1.7	4.0	4.0	0.2	766	6.70
54-60-2020	Яйцо вареное	45	4,8	4,0	0,3	56,6	6-50
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,8	0	107,5	21-10
54-16к-2020	Каша «дружба»	200	5,0	6,9	23,9	178,0	12-10
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53,5	4-90
Прод.	Хлеб пшеничный (батон)	30	2	0,4	11,9	58,7	3-00
	второй завтрак						
Прод	Кекс творожный	88	1,1	0,3	10,5	49	25-50
Прод	Фрукт (яблоко)	130	0,5	0,5	12,7	57,7	12-80

от «10» января 2023 г. № 2-8/о

# Примерное 18-ти дневное меню горячих завтраков для организации питания обучающихся 5-11 классов

No	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход	Б	Ж	У	Ккал
	и изделий	Грамм.				
1 день						
Прод	Фрукт (мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	3,1	5,3	19,8	139,4
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	8,7	8,8	4,9	133,1
54-2coyc-2020	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		710	18,5	21,4	8,4	635,8
2 день						
Прод	Фрукт (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3
54-6г-2020	Рис отварной	200	3,6	4,8	36,4	203,5
54-8p-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе	80	18,7	24,1	4,3	309,3
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Прод	75100 pikulion	730	27	16,8	99,2	655,9
3 день		750		10,0	<i>&gt;&gt;</i> ,2	000,7
54-23-2020	Овощи в нарезке (огурец)	40	0,8	0,1	2,9	15,4
Прод	Фрукт (груша)	150	0,6	0,1	15,5	68,3
54-4г-2020		200	8,2			
262	Каша гречневая рассыпчатая	100		6,3	35,9	233,7
54-2xh-2020	Сердце в соусе	200	13,58	9,25	4,27	153,58
	Компот из кураги		1	0,1	15,6	66,9
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
4		750	33,7	18,3	119,5	768,3
4 день		00	1 1	0.2	10.5	40
Прод 54-9г-2020	Фрукт (мандарин)	90	1,1 3,8	0,3 10,1	10,5	49 179,0
54-91-2020 54-23m-2020	Рагу из овощей	75	14,3	-	18,2 10	179,0
54-1xH-2020	Биточек из курицы	200	0,5	3,2	19,8	81
Прод	Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Прод	Алсо ржаной	765	30,4	14,5	98,6	645,9
5 день		700	20,1	11,0	70,0	013,5
Прод	Фрукт (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3
54-1г-2020	Макароны отварные	200	5,3	4,9	32,8	196,8
54-25м-2020	Кура тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3
54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,4	75,8
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	•	770	28,1	27,1	94,4	733,6
6 день						
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	3,1	5,3	19,8	139,4
54-24м-2020	Шницель из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Прод	Фрукт (яблоко)	130	0,5	0,5	11,8	53,3
		665	22,7	9,6	81	501,4
7 день						
54-83-2020	Салат из бел. капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5

Прод	Фрукт (мандарин)	140	1,1	0,3	10,5	49
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	250	15,3	14,7	38,6	348,2
	*		-	-		
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		630	15,8	14	98,1	580,6
8 день						
Прод	Фрукт (яблоко)	150	0,9	0,9	22,5	102,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	3,1	5,3	19,8	139,4
54-5м-2020	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-2coyc-2020	Соус белый основной	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
1 , ,	1	780	31,9	18,3	119,5	768,3
9 день		700	01,5	10,0	117,0	700,0
	± (5	200	2.2	0	22.6	1.42.4
Прод.	Фрукт (банан)	200	2,3	0	33,6	143,4
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,6	38,2	280,9
54-1p-2020	Котлета рыбная	100	14,1	2,6	8,6	114,3
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
1 77	Three pixerion	780	29,8	24	93,5	708,9
10 день		100	->,0		70,0	
Прод	фагия (=====)	150	0,6	0,5	15,5	68,3
_	Фрукт (груша)					
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,2	6,3	35,9	233,7
54-3м-2020	Голубец ленивый	100	8,4	7,9	6,4	130,7
54-3coyc-2020	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
				22.1	105 5	745,4
		820	29	23,1	105,5	743,4
11 день		820	29	23,1	105,5	743,4
	Фрукт (мандарин)			·	-	49
11 день Прод 54-22м-2020	Фрукт (мандарин) Рагу из курипы	140	1,1	0,3	10,5	49
Прод 54-22м-2020	Рагу из курицы	140 200	1,1 21,0	0,3 7,0	10,5 17,5	49 217,4
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива	140	1,1 21,0 0,5	0,3 7,0 0,2	10,5 17,5 19,4	49 217,4 81,3
Прод 54-22м-2020	Рагу из курицы	140 200 200 60	1,1 21,0 0,5 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5	49 217,4 81,3 140,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива	140 200 200	1,1 21,0 0,5	0,3 7,0 0,2	10,5 17,5 19,4	49 217,4 81,3
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод 12 день	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной	140 200 200 60 770	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b>	49 217,4 81,3 140,6 733,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной Макароны отварные	140 200 200 60 770	1,1 21,0 0,5 4,6 <b>28,1</b>	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b>
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом	140 200 200 60 <b>770</b> 200 90	1,1 21,0 0,5 4,6 <b>28,1</b> 5,3 8,7	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4coyc-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный	140 200 200 60 770 200 90 20	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7	0,3 7,0 0,2 0,5 <b>27,1</b> 4,9 8,8 1,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9	49 217,4 81,3 140,6 733,6 196,8 133,1 23,8
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4coyc-2020 54-32хн-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок	140 200 200 60 770 200 90 20 200	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром.	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	200 200 60 770 200 90 20 200 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4coyc-2020 54-32хн-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок	200 200 60 770 200 90 20 200 60 150	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	200 200 60 770 200 90 20 200 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)	200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b>	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 <b>638</b>
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко) Салат из бел. капусты с морковью	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b>	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 <b>638</b>
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b>	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 <b>638</b> 81,5 203,5
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7 6,1 4,8 6,3	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 <b>638</b> 81,5 203,5 131,3
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020 54-2хн-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7 6,1 4,8 6,3 0,1	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6	49 217,4 81,3 140,6 733,6 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638 81,5 203,5 131,3 66,9
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5	49 217,4 81,3 140,6 733,6 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638 81,5 203,5 131,3 66,9 140,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020 54-2хн-2020 Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7 6,1 4,8 6,3 0,1	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6	49 217,4 81,3 140,6 733,6 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638 81,5 203,5 131,3 66,9
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Прод  13 день 54-8з-2020 54-6г-2020 54-2хн-2020 54-2хн-2020 Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200 60 60 60 60 60 60 60 60 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b>	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-2хн-2020 14 день 54-23-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200 60 60 60 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5	49 217,4 81,3 140,6 <b>733,6</b> 196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 <b>638</b> 81,5 203,5 131,3 66,9 140,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Прод  13 день 54-8з-2020 54-6г-2020 54-2хн-2020 54-2хн-2020 Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200 60 60 60 60 60 60 60 60 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b>	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-2хн-2020 14 день 54-23-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной Овощи в нарезке (огурец)	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 100 200 60 60 60 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b>	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-4соус-2020 54-4соус-2020 Пром. Прод  13 день 54-6г-2020 54-2хн-2020 14 день 54-2з-2020 54-2з-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной Овощи в нарезке (огурец) Рагу из курицы	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 60 60 60 60 200	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b>	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020 Прод  14 день 54-23-2020 54-22м-2020 54-5м-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной  Овощи в нарезке (огурец) Рагу из курицы Котлета из курицы	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 60 60 60 60 200 60 75	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1 4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7 6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14  0,1 7,0 3,2	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b>	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020 54-2xн-2020 Прод  14 день 54-23-2020 54-2м-2020 54-5м-2020 54-1хн-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной  Овощи в нарезке (огурец) Рагу из курицы Котлета из курицы Компот из смеси сухофруктов	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 60 60 60 200 60 60 200 60 75 200	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8 21,0 14,3 0,5	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14  0,1 7,0 3,2 0	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b> 2,9 17,5 10	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6  15,4 217,4 126,5 81
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-4соус-2020 54-4соус-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-2хн-2020 54-1хн-2020	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной  Овощи в нарезке (огурец) Рагу из курицы Котлета из курицы Компот из смеси сухофруктов	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 60 60 60 200 60 60 60 60 60 60 60 60 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8 21,0 14,3 0,5 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14  0,1 7,0 3,2 0 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b> 2,9 17,5 10 19,8 29,5	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6  15,4 217,4 126,5 81 140,6
Прод 54-22м-2020 54-3хн-2020 Прод  12 день 54-1г-2020 54-16м-2020 54-4соус-2020 54-32хн-2020 Пром. Прод  13 день 54-83-2020 54-6г-2020 54-25м-2020 54-2хн-2020 Прод  14 день 54-23-2020 54-2м-2020 54-5м-2020 54-1хн-2020 Прод	Рагу из курицы Компот из чернослива Хлеб ржаной  Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Соус сметанный Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Фрукт (яблоко)  Салат из бел. капусты с морковью Рис отварной Кура тушеная с морковью Компот из кураги Хлеб ржаной  Овощи в нарезке (огурец) Рагу из курицы Котлета из курицы Компот из смеси сухофруктов	140 200 200 60 770 200 90 20 200 60 150 720 60 200 60 60 60 200 60 60 60 60 60 60 60 60 60	1,1 21,0 0,5 4,6 28,1 5,3 8,7 0,7 0,2 4,6 0,9 20,4 1 3,6 14,1 1 4,6 15,8 21,0 14,3 0,5 4,6	0,3 7,0 0,2 0,5 27,1  4,9 8,8 1,5 0,1 0,5 0,9 16,7  6,1 4,8 6,3 0,1 0,5 14  0,1 7,0 3,2 0 0,5	10,5 17,5 19,4 29,5 <b>94,4</b> 32,8 4,9 1,9 9,9 29,5 22,5 <b>101,5</b> 5,8 36,4 4,4 15,6 29,5 <b>98,1</b> 2,9 17,5 10 19,8 29,5	49 217,4 81,3 140,6 733,6  196,8 133,1 23,8 41,6 140,6 102,1 638  81,5 203,5 131,3 66,9 140,6 580,6  15,4 217,4 126,5 81 140,6

54-1г-2020	Макароны отварные	200	5,3	4,9	32,8	196,8
54-8p-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе	80	18,7	24,1	4,3	309,3
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	29,8	24	93,5	708,9
16 день						
54-4Γ-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,2	6,3	35,9	233,7
262	Сердце в соусе	100	13.58	9.25	4,27	153.58
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		820	29	23,1	105,5	745,4
17 день						
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	3,1	5,3	19,8	139,4
54-7м-2020	Шницель из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	26,1	22	105,1	721,3
18 день						
54-33-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-6г-2020	Рис отварной	200	3,6	4,8	36,4	203,5
54-5м-2020	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-2coyc-2020	Соус белый основной	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	26,1	22	105,1	721,3

ПРИЛОЖЕНИЕ к приказу от «10» января 2023 г. № 2-8/о

# Примерное 15-ти дневное меню обедов для организации питания обучающихся 1-4 классов

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД И ИЗДЕЛИЙ	Выход Грамм.	Б	Ж	У	Ккал
1 день	ППЭДВИПП	т рамии.				
54-4c-2020	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1
54-2coyc-2020	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
1 77	The primer	750	22,7	21,4	8,4	635,8
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Расстегай с конфитюром	75	2,23	1,49	12,06	121
2 день	т исстегия с конфинором	, ,	_,	2,17	12,00	
54-2c-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-8p-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе	80	18,7	24,1	4,3	309,3
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		730	27	16,8	99,2	655,9
	Снежок	200	0,07	0,02	15	60
	Булка школьная	75	2,23	1,49	12,06	121
3 день						
54-23-2020	Овощи в нарезке (огурец)	40	0,8	0,1	2,9	15,4
54-7c-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
262	Сердце в соусе	100	13.58	9.25	4,27	153.58
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		750	33,7	18,3	119,5	768,3
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Расстегай со сгущенкой	75	2,23	1,49	12,06	121
4 день						
54-33-2020	Овощи в нарезке(помидор)	40	0,7	0,1	2,3	12,8
54-8c-2020	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-11г-2020	Рагу из овощей	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-23м-2020	Биточек из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		765	30,4	14,5	98,6	645,9
_	Йогурт питьевой (фруктовый)	200	0,07	0,02	15	60
	Булка школьная	75	2,23	1,49	12,06	121
5 день		200				00.0
54-1c-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-1r-2020	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-25м-2020	Кура тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3

54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,4	75,8
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		770	28,1	27,1	94,4	733,6
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Расстегай с конфитюром	75	2,23	1,49	12,06	121
6 день						
54-83-2020	Салат из бел. капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-3c-2020	Рассольник ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
_	1	630	15,8	14	98,1	580,6
	Снежок	200	0,07	0,02	15	60
	Булка школьная	75	2,23	1,49	12,06	121
7 день	Булка школьнал	7.5	2,23	1,17	12,00	121
54-12c-2020	Суп с рыбн.консервами (горбуша)	200	7,9	4,1	12,42	117,96
54-11r-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-5м-2020	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
прод	76100 pixullon	780	31,9	18,3	119,5	768,3
	Manage	200				
	Молоко Расстегай со сгущенкой	75	0,07 2,23	0,02 1,49	15 12,06	60 121
8 день	Расстегай со стущенкой	7.5	2,23	1,49	12,00	141
54-1c-2020	Щи из капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	150	7,9	7,2	28,6	210,6
54-1p-2020	Котлета рыбная	100	14,1	2,6	8,6	114,3
54-13хн-2020	^	200				
	Напиток из шиповника		0,6	0,2	15,2	65,3
Прод	Хлеб ржаной	60 <b>780</b>	4,6 <b>29,8</b>	0,5 <b>24</b>	29,5 <b>93,5</b>	140,6 <b>708,9</b>
	Ŭ				·	
	Йогурт питьевой (фруктовый)	200 75	0,07	0,02	15 12,06	60 121
9 день	Булка школьная	7.5	2,23	1,49	12,00	141
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	200	4,7	5,7	10,1	110,4
3 <del>4-20-2020</del>	со сметаной	200	7,7	3,7	10,1	110,4
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-3м-2020	Голубец ленивый	100	8,4	7,9	6,4	130,7
54-3coyc-2020	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-32xh-2020	Компот из свежих яблок	200	0,7	0,1	9,9	41,6
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,1	29,5	140,6
Прод	Алео ржанои	820	29	23,1	105,5	745,4
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
				•		
	Расстегай с конфитюром	75	2,23	1,49	12,06	121
10 день						
54-8c-2020	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-22м-2020	Рагу из курицы	200	21,0	7,0	17,5	217,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	26,1	22	105,1	721,3
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Булка школьная	75	2,23	1,49	12,06	121
11 день						
54-7c-2020	Суп картофельный/мак. изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-6г-2020	•	+				
54-25м-2020	Кура тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	
54-25м-2020 54-2хн-2020	Кура тушеная с морковью Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	131,3 66,9
54-25м-2020	Кура тушеная с морковью		14,1 1 4,6 15,8			

	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Расстегай с конфитюром	75	2,23	1,49	12,06	121
12 день	1 1					
54-10c-2020	Суп крестьянский с крупой	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-11г-2020	Рагу из овощей	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-5м-2020	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	31,9	18,3	119,5	768,3
	Снежок	200	0,07	0,02	15	60
	Булка школьная	75	2,23	1,49	12,06	121
13 день						
54-1c-2020	Щи из капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-8p-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе	80	18,7	24,1	4,3	309,3
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	29,8	24	93,5	708,9
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Расстегай со сгущенкой	75	2,23	1,49	12,06	121
14 день						
54-2c-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
262	Сердце в соусе	100	13.58	9.25	4,27	153.58
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		820	29	23,1	105,5	745,4
	Йогурт питьевой (фруктовый)	200	0,07	0,02	15	60
	Булка школьная	75	2,23	1,49	12,06	121
15 день						
54-8c-2020	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-11м-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-7м-2020	Шницель из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Прод	Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6
		780	26,1	22	105,1	721,3
	Молоко	200	0,07	0,02	15	60
	Расстегай с конфитюром	75	2,23	1,49	12,06	121