

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (Некрасовка 1)



| Тех. карта               | Наименование блюда                   | Общий 1-3 лет    |       |       |           |                          | Общий 3-7 лет    |       |       |           |                          |
|--------------------------|--------------------------------------|------------------|-------|-------|-----------|--------------------------|------------------|-------|-------|-----------|--------------------------|
|                          |                                      | Пищевые вещества |       |       |           |                          | Пищевые вещества |       |       |           |                          |
|                          |                                      | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево ды | Энергетическ ая ценность | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево ды | Энергетическ ая ценность |
|                          |                                      | 1 день           |       |       |           |                          |                  |       |       |           |                          |
| Завтрак                  |                                      |                  |       |       |           |                          |                  |       |       |           |                          |
| №395                     | Батон нарезной                       | 20               | 1,50  | 0,58  | 10,28     | 52,40                    | 20               | 1,50  | 0,58  | 10,28     | 52,40                    |
| №53-193                  | Масло сливочное 82,5% (порции)       | 3                | 0,01  | 2,47  | 0,02      | 22,43                    | 4                | 0,02  | 3,30  | 0,03      | 29,91                    |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)           | 3                | 0,73  | 0,88  | 0,00      | 10,92                    | 5                | 1,22  | 1,48  | 0,00      | 18,20                    |
| №397                     | Какао с молоком                      | 150              | 2,65  | 2,88  | 11,94     | 84,24                    | 180              | 3,19  | 3,45  | 14,32     | 101,09                   |
| PK504-86                 | Суп молочный с макаронными изделиями | 130              | 3,42  | 4,76  | 15,29     | 117,64                   | 180              | 4,74  | 6,59  | 21,17     | 162,89                   |
| Итого за Завтрак:        |                                      | 306              | 8,32  | 11,57 | 37,53     | 287,63                   | 389              | 10,66 | 15,39 | 45,80     | 364,49                   |
| Завтрак второй           |                                      |                  |       |       |           |                          |                  |       |       |           |                          |
| №15/200                  | Сок фруктовый для детского питания   | 80               | 0,08  | 0,08  | 9,28      | 38,16                    | 80               | 0,08  | 0,08  | 9,28      | 38,16                    |
| Итого за Завтрак второй: |                                      | 80               | 0,08  | 0,08  | 9,28      | 38,16                    | 80               | 0,08  | 0,08  | 9,28      | 38,16                    |
| Обед                     |                                      |                  |       |       |           |                          |                  |       |       |           |                          |
| №13                      | Хлеб пшеничный                       | 28               | 2,21  | 0,28  | 13,52     | 65,46                    | 44               | 3,48  | 0,44  | 21,25     | 102,87                   |
| №12                      | Хлеб ржаной                          | 32               | 1,79  | 0,38  | 13,12     | 63,04                    | 40               | 2,24  | 0,48  | 16,40     | 78,80                    |
| PK527-                   | Суп картофельный с бобовыми          | 180              | 8,56  | 6,70  | 14,09     | 150,94                   | 200              | 9,51  | 7,45  | 15,66     | 167,71                   |
| PK522-                   | Картофельное пюре                    | 130              | 2,83  | 4,43  | 19,09     | 127,51                   | 160              | 3,48  | 5,45  | 23,50     | 156,94                   |
| №144                     | Рыба тушёная в томате с овощами      | 80               | 8,48  | 4,80  | 4,25      | 94,38                    | 100              | 10,60 | 6,00  | 5,32      | 117,98                   |
| №9                       | Салат из квашеной капусты с луком    | 40               | 0,57  | 2,44  | 2,01      | 32,29                    | 70               | 1,00  | 4,27  | 3,52      | 56,51                    |
| №491                     | Компот из свежемороженых ягод        | 150              | 0,12  | 0,06  | 6,27      | 27,33                    | 200              | 0,16  | 0,08  | 8,36      | 36,44                    |
| Итого за Обед:           |                                      | 640              | 24,57 | 19,09 | 72,36     | 560,96                   | 814              | 30,48 | 24,16 | 94,00     | 717,25                   |
| Полдник                  |                                      |                  |       |       |           |                          |                  |       |       |           |                          |
| №129                     | Винегрет                             | 60               | 0,79  | 6,11  | 4,46      | 75,93                    | 70               | 0,92  | 7,13  | 5,20      | 88,59                    |
| №392                     | Чай с сахаром                        | 200              | 0,07  | 0,02  | 10,90     | 44,03                    | 200              | 0,07  | 0,02  | 10,90     | 44,03                    |
| №54-60                   | Йогурт отварное                      | 40               | 5,08  | 4,60  | 0,28      | 62,84                    | 60               | 7,62  | 6,90  | 0,42      | 94,26                    |
| №368                     | Яблоки (чищенные)                    | 70               | 0,28  | 0,28  | 6,86      | 31,08                    | 80               | 0,32  | 0,32  | 7,84      | 35,52                    |
| №13                      | Хлеб пшеничный                       | 5                | 0,40  | 0,05  | 2,41      | 11,69                    | 5                | 0,40  | 0,05  | 2,41      | 11,69                    |
| Итого за Полдник:        |                                      | 375              | 6,61  | 11,05 | 24,91     | 225,57                   | 415              | 9,33  | 14,41 | 26,78     | 274,09                   |
| Итого за день:           |                                      |                  | 39,59 | 41,79 | 144,08    | 1112,32                  |                  | 50,55 | 54,04 | 175,86    | 1393,98                  |

| 2 день                   |                                                       |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|--------------------------|-------------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак                  |                                                       |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №395                     | Батон нарезной                                        | 15  | 1,13  | 0,44  | 7,71   | 39,30   | 20  | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40   |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)                        | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)                            | 3   | 0,73  | 0,88  | 0,00   | 10,92   | 5   | 1,22  | 1,48  | 0,00   | 18,20   |
| №351                     | Соус молочный сладкий                                 | 10  | 0,15  | 0,50  | 1,38   | 10,64   | 10  | 0,15  | 0,50  | 1,38   | 10,64   |
| №195                     | Запеканка из творога                                  | 70  | 10,58 | 6,23  | 12,14  | 142,28  | 90  | 13,61 | 8,01  | 15,61  | 182,93  |
| манка                    |                                                       |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №54-91-2020.             | Кофейный напиток с молоком                            | 150 | 3,08  | 3,15  | 9,12   | 76,90   | 180 | 3,69  | 3,78  | 10,94  | 92,29   |
| Итого за Завтрак:        |                                                       | 251 | 15,68 | 13,68 | 30,37  | 302,48  | 309 | 20,19 | 17,64 | 38,24  | 386,37  |
| Завтрак второй           |                                                       |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №15/200                  | Сок фруктовый для детского питания                    | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Итого за Завтрак второй: |                                                       | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Обед                     |                                                       |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                        | 25  | 1,98  | 0,25  | 12,07  | 58,45   | 20  | 1,58  | 0,20  | 9,66   | 46,76   |
| №12                      | Хлеб ржаной                                           | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40  | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |
| №90                      | Рассольник "Ленинградский" с курицей                  | 150 | 4,11  | 5,89  | 10,83  | 112,80  | 180 | 4,93  | 7,07  | 12,99  | 135,35  |
| №263                     | Рулет из говядины с яйцом (паровой)                   | 60  | 8,23  | 9,00  | 6,36   | 139,40  | 80  | 10,98 | 12,01 | 8,48   | 185,87  |
| №313                     | Каша гречневая рассыпчатая                            | 90  | 5,23  | 3,63  | 23,66  | 148,21  | 100 | 5,81  | 4,03  | 26,29  | 164,68  |
| РК527-226                | Соус сметанный                                        | 10  | 0,16  | 0,93  | 0,36   | 10,47   | 15  | 0,24  | 1,40  | 0,54   | 15,70   |
| №119                     | Салат картофельный с зелёным горошком и соевым соусом | 30  | 0,59  | 1,91  | 3,06   | 31,86   | 50  | 0,99  | 3,19  | 5,11   | 53,09   |
| РК522-342я               | Компот из свежих плодов                               | 150 | 0,12  | 0,12  | 8,18   | 34,28   | 180 | 0,14  | 0,14  | 13,45  | 55,68   |
| Итого за Обед:           |                                                       | 547 | 22,21 | 22,12 | 77,65  | 598,50  | 665 | 26,91 | 28,52 | 92,92  | 735,94  |
| Полдник                  |                                                       |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №473                     | Булочка "Веснушка"                                    | 43  | 3,40  | 2,57  | 24,98  | 136,53  | 50  | 3,95  | 2,99  | 29,05  | 158,75  |
| РК510-143                | Кисломолочный продукт (варенец)                       | 120 | 3,48  | 3,00  | 4,92   | 60,60   | 200 | 5,80  | 5,00  | 8,20   | 101,00  |
| №368                     | Груши                                                 | 60  | 0,24  | 0,18  | 6,18   | 27,30   | 60  | 0,24  | 0,18  | 6,18   | 27,30   |
| Итого за Полдник:        |                                                       | 223 | 7,12  | 5,75  | 36,08  | 224,43  | 310 | 9,99  | 8,17  | 43,42  | 287,05  |
| Итого за день:           |                                                       |     | 45,09 | 41,63 | 153,38 | 1163,57 |     | 57,17 | 54,42 | 183,87 | 1447,52 |

| 3 день                   |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|--------------------------|------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак                  |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №395                     | Батон нарезной                     | 20  | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40   | 30  | 2,25  | 0,87  | 15,42  | 78,60   |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)     | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)         | 3   | 0,73  | 0,88  | 0,00   | 10,92   | 5   | 1,22  | 1,48  | 0,00   | 18,20   |
| №393                     | Чай с лимоном и сахаром            | 180 | 0,16  | 0,03  | 6,40   | 26,56   | 200 | 0,18  | 0,04  | 7,12   | 29,51   |
| PK05-269                 | Омлет с зелёным горошком           | 105 | 7,39  | 12,94 | 3,98   | 161,90  | 130 | 9,14  | 16,02 | 4,93   | 200,45  |
| Итого за Завтрак:        |                                    | 311 | 9,80  | 16,91 | 20,69  | 274,20  | 369 | 12,82 | 21,70 | 27,50  | 356,66  |
| Завтрак второй           |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №15/200                  | Сок фруктовый для детского питания | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Итого за Завтрак второй: |                                    | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Обед                     |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                     | 30  | 2,37  | 0,30  | 14,49  | 70,14   | 54  | 4,27  | 0,54  | 26,08  | 126,25  |
| №12                      | Хлеб ржаной                        | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40  | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |
| №710.                    | Суп "Кудрявый" с мясом и сметаной  | 200 | 8,80  | 9,36  | 14,88  | 178,95  | 200 | 8,80  | 9,36  | 14,88  | 178,95  |
| №336                     | Капуста тушеная с мясом (курой)    | 130 | 7,36  | 8,01  | 5,01   | 121,54  | 160 | 9,06  | 9,85  | 6,17   | 149,59  |
| PK522-54-23              | Огурец в нарезке                   | 40  | 0,32  | 0,04  | 1,00   | 5,64    | 60  | 0,48  | 0,06  | 1,50   | 8,46    |
| №241                     | Компот из смеси сухофруктов        | 200 | 0,57  | 0,00  | 29,45  | 120,05  | 200 | 0,57  | 0,00  | 29,45  | 120,05  |
| Итого за Обед:           |                                    | 632 | 21,22 | 18,09 | 77,96  | 559,37  | 714 | 25,42 | 20,29 | 94,49  | 662,11  |
| Полдник                  |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| PK05-469                 | Молоко кипячёное                   | 130 | 3,90  | 4,55  | 6,24   | 81,51   | 175 | 5,25  | 6,13  | 8,40   | 109,72  |
| №150                     | Апельсины свежие (нарезка)         | 60  | 0,54  | 0,12  | 4,86   | 22,68   | 70  | 0,63  | 0,14  | 5,67   | 26,46   |
| PK513-105                | Плов бухарский                     | 60  | 1,51  | 5,91  | 17,09  | 127,58  | 70  | 1,76  | 6,90  | 19,94  | 148,85  |
| №13                      | Хлеб пшеничный                     |     |       |       |        |         | 5   | 0,40  | 0,05  | 2,41   | 11,69   |
| Итого за Полдник:        |                                    | 250 | 5,95  | 10,58 | 28,19  | 231,77  | 320 | 8,03  | 13,21 | 36,42  | 296,72  |
| Итого за день:           |                                    |     | 37,04 | 45,66 | 136,11 | 1103,50 |     | 46,35 | 55,28 | 167,69 | 1353,65 |

| 4 день                          |                                    |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|---------------------------------|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                  |                                    |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №395                            | Батон нарезной                     | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 25         | 1,88         | 0,73         | 12,85         | 65,50          |
| №53-193-2020.                   | Масло сливочное 82,5% (порции)     | 3          | 0,01         | 2,47         | 0,02          | 22,43          | 4          | 0,02         | 3,30         | 0,03          | 29,91          |
| №75                             | Сыр полутвердый (порциями)         | 3          | 0,73         | 0,88         | 0,00          | 10,92          | 5          | 1,22         | 1,48         | 0,00          | 18,20          |
| №90                             | Каша манная молочная жидкая        | 130        | 4,14         | 2,61         | 20,72         | 122,96         | 180        | 5,74         | 3,62         | 28,69         | 170,25         |
| №394                            | Чай с молоком и сахаром            | 150        | 2,33         | 2,65         | 7,70          | 63,95          | 180        | 2,80         | 3,18         | 9,24          | 76,74          |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                    | <b>306</b> | <b>8,72</b>  | <b>9,20</b>  | <b>38,72</b>  | <b>272,66</b>  | <b>394</b> | <b>11,65</b> | <b>12,29</b> | <b>50,81</b>  | <b>360,59</b>  |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                    |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №15/2 00                        | Сок фруктовый для детского питания | 80         | 0,08         | 0,08         | 9,28          | 38,16          | 80         | 0,08         | 0,08         | 9,28          | 38,16          |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                    | <b>80</b>  | <b>0,08</b>  | <b>0,08</b>  | <b>9,28</b>   | <b>38,16</b>   | <b>80</b>  | <b>0,08</b>  | <b>0,08</b>  | <b>9,28</b>   | <b>38,16</b>   |
| <b>Обед</b>                     |                                    |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №13                             | Хлеб пшеничный                     | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52         | 65,46          | 46         | 3,63         | 0,46         | 22,22         | 107,55         |
| №12                             | Хлеб ржаной                        | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| №65                             | Свекольник                         | 180        | 1,92         | 5,45         | 13,59         | 110,93         | 200        | 2,14         | 6,06         | 15,10         | 123,25         |
| №879/2.                         | Макаронник с печенью               | 120        | 13,06        | 5,53         | 25,76         | 205,00         | 160        | 17,41        | 7,37         | 34,34         | 273,34         |
| РК522-54-23                     | Огулец в нарезке                   | 40         | 0,32         | 0,04         | 1,00          | 5,64           | 60         | 0,48         | 0,06         | 1,50          | 8,46           |
| РК527-226                       | Соус сметанный                     | 15         | 0,24         | 1,40         | 0,54          | 15,70          | 20         | 0,32         | 1,87         | 0,71          | 20,94          |
| №494                            | Компот из изюма                    | 180        | 0,36         | 0,10         | 23,89         | 97,86          | 200        | 0,40         | 0,11         | 26,54         | 108,73         |
| <b>Итого за Обед:</b>           |                                    | <b>595</b> | <b>19,90</b> | <b>13,18</b> | <b>91,41</b>  | <b>563,64</b>  | <b>726</b> | <b>26,62</b> | <b>16,41</b> | <b>116,82</b> | <b>721,07</b>  |
| <b>Полдник</b>                  |                                    |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №579/558                        | Булочка Дорожная                   | 40         | 2,95         | 5,39         | 23,04         | 152,28         | 50         | 3,68         | 6,73         | 28,80         | 190,35         |
| №368                            | Яблоко (чищенные)                  | 60         | 0,24         | 0,24         | 5,88          | 26,64          | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40          |
| №54-13хн-2020.                  | Напиток из плодов шиповника        | 130        | 0,44         | 0,18         | 10,74         | 46,36          | 180        | 0,61         | 0,25         | 14,87         | 64,19          |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |                                    | <b>230</b> | <b>3,63</b>  | <b>5,81</b>  | <b>39,65</b>  | <b>225,27</b>  | <b>330</b> | <b>4,70</b>  | <b>7,38</b>  | <b>53,46</b>  | <b>298,94</b>  |
| <b>Итого за День:</b>           |                                    |            | <b>32,33</b> | <b>28,27</b> | <b>179,07</b> | <b>1099,73</b> |            | <b>43,05</b> | <b>36,17</b> | <b>230,37</b> | <b>1418,76</b> |

| 5 день                   |                                           |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|--------------------------|-------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак                  |                                           |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №395                     | Батон нарезной                            | 15  | 1,13  | 0,44  | 7,71   | 39,30   | 25  | 1,88  | 0,73  | 12,85  | 65,50   |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)            | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)                | 3   | 0,73  | 0,88  | 0,00   | 10,92   | 5   | 1,22  | 1,48  | 0,00   | 18,20   |
| №322                     | Запеканка рисовая с творогом              | 70  | 4,72  | 3,12  | 19,32  | 122,85  | 90  | 6,07  | 4,01  | 24,84  | 157,95  |
| №351                     | Соус молочный сладкий                     | 10  | 0,15  | 0,50  | 1,38   | 10,64   | 15  | 0,23  | 0,75  | 2,07   | 15,96   |
| №54-                     | Кофейный напиток с молоком                | 150 | 3,08  | 3,15  | 9,12   | 76,90   | 170 | 3,48  | 3,57  | 10,34  | 87,16   |
| Итого за Завтрак:        |                                           | 251 | 9,82  | 10,56 | 37,56  | 283,05  | 309 | 12,90 | 13,83 | 50,13  | 374,68  |
| Завтрак второй           |                                           |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №15/2 00                 | Сок фруктовый для детского питания        | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Итого за Завтрак второй: |                                           | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Обед                     |                                           |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                            | 28  | 2,21  | 0,28  | 13,52  | 65,46   | 40  | 3,16  | 0,40  | 19,32  | 93,52   |
| №12                      | Хлеб ржаной                               | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40  | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |
| №86/1 18                 | Суп-лапша домашняя с курицей              | 190 | 8,14  | 10,60 | 10,19  | 168,66  | 200 | 8,57  | 11,16 | 10,72  | 177,54  |
| РК05-177/41              | Рагу из овощей в томатном соусе           | 120 | 2,69  | 5,83  | 15,46  | 124,96  | 160 | 3,58  | 7,77  | 20,62  | 166,62  |
| №135                     | Котлеты рыбные любительские               | 60  | 8,06  | 3,14  | 3,88   | 76,15   | 80  | 10,74 | 4,19  | 5,17   | 101,53  |
| №54-23хн                 | Кисель из свежемороженых ягод (смородина) | 190 | 0,23  | 0,09  | 12,64  | 52,30   | 200 | 0,25  | 0,10  | 13,30  | 55,05   |
| Итого за Обед:           |                                           | 620 | 23,13 | 20,33 | 68,81  | 550,58  | 720 | 28,55 | 24,10 | 85,53  | 673,06  |
| Полдник                  |                                           |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| РК27-                    | Бананы свежие                             | 60  | 0,90  | 0,30  | 12,60  | 56,70   | 70  | 1,05  | 0,35  | 14,70  | 66,15   |
| РК05-                    | Кисломолочный продукт (ряженка)           | 110 | 3,19  | 2,75  | 4,62   | 55,99   | 150 | 4,35  | 3,75  | 6,30   | 76,35   |
| №1                       | Вафли (готовое изделие)                   | 20  | 0,80  | 1,00  | 14,80  | 71,40   | 30  | 1,20  | 1,50  | 22,20  | 107,10  |
| РК519-                   | Салат "Студенческий"                      | 40  | 0,86  | 2,89  | 2,15   | 38,03   | 50  | 1,07  | 3,61  | 2,69   | 47,53   |
| №13                      | Хлеб пшеничный                            | 5   | 0,40  | 0,05  | 2,41   | 11,69   | 5   | 0,40  | 0,05  | 2,41   | 11,69   |
| Итого за Полдник:        |                                           | 235 | 6,14  | 6,99  | 36,59  | 233,81  | 305 | 8,07  | 9,26  | 48,31  | 308,82  |
| Итого за день:           |                                           |     | 39,18 | 37,96 | 152,23 | 1105,59 |     | 49,60 | 47,27 | 193,25 | 1394,73 |

| 6 день                   |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|--------------------------|------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак                  |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)         | 3   | 0,73  | 0,88  | 0,00   | 10,92   | 5   | 1,22  | 1,48  | 0,00   | 18,20   |
| №395                     | Батон нарезной                     | 15  | 1,13  | 0,44  | 7,71   | 39,30   | 20  | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40   |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)     | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |
| №162                     | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" | 120 | 4,07  | 5,76  | 15,32  | 129,39  | 160 | 5,42  | 7,68  | 20,43  | 172,52  |
| №397                     | Молочная жидкая                    | 150 | 2,65  | 2,88  | 11,94  | 84,24   | 180 | 3,19  | 3,45  | 14,32  | 101,09  |
|                          | Какао с молоком                    | 291 | 8,59  | 12,43 | 34,99  | 286,28  | 369 | 11,35 | 16,49 | 45,06  | 374,11  |
| Итого за Завтрак:        |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| Завтрак второй           |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №15/2 00                 | Сок фруктовый для детского питания | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Итого за Завтрак второй: |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| Обед                     |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                     | 26  | 2,05  | 0,26  | 12,56  | 60,79   | 35  | 2,77  | 0,35  | 16,91  | 81,83   |
| №12                      | Хлеб ржаной                        | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   |
| №356м                    | Рулет из рыбы                      | 80  | 11,98 | 7,39  | 11,16  | 157,53  | 100 | 14,98 | 9,23  | 13,94  | 196,91  |
| №310                     | Картофель отварной                 | 110 | 2,22  | 3,23  | 17,96  | 109,80  | 150 | 3,03  | 4,41  | 24,49  | 149,73  |
| №72                      | Щи по-уральски с крупой            | 180 | 1,33  | 3,83  | 6,98   | 68,10   | 200 | 1,48  | 4,26  | 7,76   | 75,67   |
| №372я                    | Компот из свежих плодов            | 180 | 0,14  | 0,14  | 13,45  | 55,68   | 200 | 0,16  | 0,16  | 14,95  | 61,87   |
| PK519-32                 | Салат "Школьный"                   | 40  | 0,64  | 3,42  | 2,73   | 44,16   | 60  | 0,95  | 5,13  | 4,09   | 66,24   |
| Итого за Обед:           |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| Полдник                  |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| PK520-289/62 7           | Ватрушка с творогом                | 44  | 7,02  | 2,96  | 19,53  | 130,76  | 60  | 9,57  | 4,04  | 26,63  | 178,31  |
| PK510-143                | Кисломолочный продукт (варенец)    | 130 | 3,77  | 3,25  | 5,33   | 65,65   | 200 | 5,80  | 5,00  | 8,20   | 101,00  |
| №368                     | Груши                              | 60  | 0,24  | 0,18  | 6,18   | 27,30   | 70  | 0,28  | 0,21  | 7,21   | 31,85   |
| Итого за Полдник:        |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| Итого за День:           |                                    |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|                          |                                    | 234 | 11,03 | 6,39  | 31,04  | 223,71  | 330 | 15,65 | 9,25  | 42,04  | 311,16  |
|                          |                                    |     | 39,86 | 37,56 | 153,26 | 1107,26 |     | 52,24 | 49,74 | 191,64 | 1418,73 |

| 7 день                   |                                                 |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|--------------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак                  |                                                 |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №395                     | Батон нарезной                                  | 10  | 0,75  | 0,29  | 5,14   | 26,20   | 20  | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40   |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)                  | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |
| №54-9ги-2020.            | Кофейный напиток с молоком                      | 150 | 3,08  | 3,15  | 9,12   | 76,90   | 180 | 3,69  | 3,78  | 10,94  | 92,29   |
| №235                     | Пудинг из творога с изюмом (запеченный)         | 70  | 11,92 | 6,65  | 14,21  | 159,13  | 80  | 13,63 | 7,60  | 16,24  | 181,86  |
| №1                       | Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции)        | 10  | 0,72  | 0,85  | 5,55   | 32,73   | 10  | 0,72  | 0,85  | 5,55   | 32,73   |
| Итого за Завтрак:        |                                                 | 243 | 16,48 | 13,41 | 34,04  | 317,39  | 294 | 19,56 | 16,11 | 43,04  | 389,18  |
| Завтрак второй           |                                                 |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №15/2 00                 | Сок фруктовый для детского питания              | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Итого за Завтрак второй: |                                                 | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Обед                     |                                                 |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                  | 28  | 2,21  | 0,28  | 13,52  | 65,46   | 39  | 3,08  | 0,39  | 18,84  | 91,18   |
| №12                      | Хлеб ржаной                                     | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40  | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |
| РК519-134                | Борщ с фасолью и картофелем                     | 180 | 3,88  | 4,04  | 16,47  | 118,27  | 200 | 4,32  | 4,49  | 18,30  | 131,41  |
| №152                     | Запеканка капустная с говядиной                 | 100 | 7,05  | 7,72  | 8,06   | 129,94  | 150 | 10,57 | 11,59 | 12,09  | 194,92  |
| РК521-48                 | Салат картофельный с морской капустой и свеклой | 40  | 0,60  | 2,11  | 3,99   | 37,29   | 60  | 0,89  | 3,16  | 5,99   | 55,93   |
| №638                     | Компот из кураги                                | 180 | 1,73  | 0,10  | 34,74  | 146,77  | 200 | 1,92  | 0,11  | 38,60  | 163,07  |
| Итого за Обед:           |                                                 | 560 | 17,27 | 14,63 | 89,90  | 560,78  | 689 | 23,03 | 20,21 | 110,21 | 715,32  |
| Полдник                  |                                                 |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №392                     | Чай с сахаром                                   | 180 | 0,06  | 0,01  | 9,81   | 39,62   | 200 | 0,07  | 0,02  | 10,90  | 44,03   |
| №1                       | Пряник                                          | 30  | 2,25  | 1,50  | 20,40  | 104,10  | 44  | 3,30  | 2,20  | 29,92  | 152,68  |
| №150                     | Апельсины свежие (нарезка)                      | 60  | 0,54  | 0,12  | 4,86   | 22,68   | 70  | 0,63  | 0,14  | 5,67   | 26,46   |
| №462                     | Салат "Степной"                                 | 40  | 0,60  | 3,10  | 3,00   | 42,27   | 60  | 0,90  | 4,64  | 4,50   | 63,40   |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                  | 5   | 0,40  | 0,05  | 2,41   | 11,69   | 5   | 0,40  | 0,05  | 2,41   | 11,69   |
| Итого за Полдник:        |                                                 | 315 | 3,85  | 4,78  | 40,49  | 220,36  | 379 | 5,29  | 7,05  | 53,41  | 298,26  |
| Итого за день:           |                                                 |     | 37,68 | 32,90 | 173,71 | 1136,69 |     | 47,96 | 43,45 | 215,94 | 1440,92 |

Распечатать на ЛС «Информация о школе» | Опечатать: Купчик 07.05.2025 08:33:00

| 8 день                   |                                                        |     |       |       |        |         |       |       |       |        |         |       |       |       |        |
|--------------------------|--------------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|-------|-------|--------|---------|-------|-------|-------|--------|
| Завтрак                  |                                                        |     |       |       |        |         |       |       |       |        |         |       |       |       |        |
| №395                     | Батон нарезной                                         | 20  | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40   | 25    | 1,88  | 0,73  | 12,85  | 65,50   |       |       |       |        |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)                         | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4     | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |       |       |       |        |
| №393                     | Чай с лимоном и сахаром                                | 150 | 0,14  | 0,03  | 5,34   | 22,13   | 180   | 0,16  | 0,03  | 6,40   | 26,56   |       |       |       |        |
| РК05-275.                | Омлет с сыром с маслом                                 | 80  | 10,23 | 15,15 | 1,56   | 183,69  | 115   | 14,70 | 21,78 | 2,24   | 264,05  |       |       |       |        |
| Итого за Завтрак:        |                                                        |     |       |       |        | 253     | 11,88 | 18,24 | 17,20 | 280,65 | 324     | 16,76 | 25,84 | 21,53 | 386,02 |
| Завтрак второй           |                                                        |     |       |       |        |         |       |       |       |        |         |       |       |       |        |
| №15/2 00                 | Сок фруктовый для детского питания                     | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80    | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |       |       |       |        |
| Итого за Завтрак второй: |                                                        | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80    | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |       |       |       |        |
| Обед                     |                                                        |     |       |       |        |         |       |       |       |        |         |       |       |       |        |
| №13.                     | Хлеб пшеничный                                         | 30  | 2,37  | 0,30  | 14,49  | 70,14   | 39    | 3,08  | 0,39  | 18,84  | 91,18   |       |       |       |        |
| №12                      | Хлеб ржаной                                            | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40    | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |       |       |       |        |
| №92/8 0                  | Щи из квашеной капусты с картофелем на костном бульоне | 200 | 7,40  | 6,16  | 7,20   | 113,87  | 200   | 7,40  | 6,16  | 7,20   | 113,87  |       |       |       |        |
| №40                      | Жаркое по-домашнему (с говядиной тушеной)              | 130 | 9,43  | 10,47 | 14,78  | 191,17  | 160   | 11,61 | 12,88 | 18,18  | 235,28  |       |       |       |        |
| №233р                    | Сельдь с луком                                         | 40  | 4,89  | 5,06  | 0,76   | 68,33   | 80    | 9,78  | 10,13 | 1,53   | 136,66  |       |       |       |        |
| №491                     | Компот из свежемороженных ягод                         | 180 | 0,14  | 0,07  | 7,52   | 32,80   | 200   | 0,16  | 0,08  | 8,36   | 36,44   |       |       |       |        |
| Итого за Обед:           |                                                        |     |       |       |        | 612     | 26,03 | 22,44 | 57,88 | 539,34 | 719     | 34,27 | 30,11 | 70,51 | 692,23 |
| Полдник                  |                                                        |     |       |       |        |         |       |       |       |        |         |       |       |       |        |
| РК27-82                  | Бананы свежие                                          | 60  | 0,90  | 0,30  | 12,60  | 56,70   | 70    | 1,05  | 0,35  | 14,70  | 66,15   |       |       |       |        |
| РК527-146мм              | Тефтели рыбные                                         | 60  | 5,89  | 4,76  | 7,24   | 94,53   | 80    | 7,85  | 6,35  | 9,65   | 126,04  |       |       |       |        |
| №54-13хн-2020.           | Напиток из плодов шиповника                            | 150 | 0,51  | 0,21  | 12,39  | 53,49   | 200   | 0,68  | 0,28  | 16,52  | 71,32   |       |       |       |        |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                         | 10  | 0,79  | 0,10  | 4,83   | 23,38   | 10    | 0,79  | 0,10  | 4,83   | 23,38   |       |       |       |        |
| Итого за Полдник:        |                                                        | 280 | 8,09  | 5,37  | 37,06  | 228,10  | 360   | 10,37 | 7,08  | 45,70  | 286,89  |       |       |       |        |
| Итого за день:           |                                                        |     | 46,08 | 46,13 | 121,42 | 1086,25 |       | 61,48 | 63,12 | 147,03 | 1403,30 |       |       |       |        |

| 9 день                   |                                                  |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
|--------------------------|--------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак                  |                                                  |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №395                     | Батон нарезной                                   | 15  | 1,13  | 0,44  | 7,71   | 39,30   | 28  | 2,10  | 0,81  | 14,39  | 73,36   |
| №53-193-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)                   | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)                       | 3   | 0,73  | 0,88  | 0,00   | 10,92   | 5   | 1,22  | 1,48  | 0,00   | 18,20   |
| №397                     | Какао с молоком                                  | 150 | 2,65  | 2,88  | 11,94  | 84,24   | 200 | 3,54  | 3,83  | 15,92  | 112,32  |
| №185                     | Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено, рис)       | 130 | 3,50  | 5,28  | 17,09  | 129,85  | 150 | 4,04  | 6,09  | 19,72  | 149,82  |
| Итого за Завтрак:        |                                                  | 301 | 8,03  | 11,95 | 36,76  | 286,74  | 387 | 10,92 | 15,51 | 50,06  | 383,61  |
| Завтрак второй           |                                                  |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №15/2 00                 | Сок фруктовый для детского питания               | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Итого за Завтрак второй: |                                                  | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |
| Обед                     |                                                  |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                   | 36  | 2,84  | 0,36  | 17,39  | 84,17   | 44  | 3,48  | 0,44  | 21,25  | 102,87  |
| №12                      | Хлеб ржаной                                      | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40  | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |
| №298                     | Голубцы ленивые с говядиной                      | 120 | 10,22 | 10,34 | 8,64   | 168,48  | 160 | 13,63 | 13,78 | 11,52  | 224,64  |
| PK522-54-343             | Салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 40  | 1,16  | 2,90  | 4,26   | 47,80   | 70  | 2,03  | 5,08  | 7,45   | 83,64   |
| №237                     | Компот из апельсинов с яблоками                  | 180 | 0,43  | 0,18  | 11,74  | 50,29   | 200 | 0,48  | 0,20  | 13,04  | 55,88   |
| PK530-101ц               | Суп картофельный с клецками и мясом              | 195 | 6,94  | 8,21  | 10,98  | 145,56  | 200 | 7,12  | 8,42  | 11,26  | 149,29  |
| Итого за Обед:           |                                                  | 603 | 23,39 | 22,37 | 66,12  | 559,33  | 714 | 28,98 | 28,40 | 80,93  | 695,12  |
| Полдник                  |                                                  |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |
| №453/503                 | Пирожок с картофелем и луком                     | 40  | 3,48  | 2,94  | 24,18  | 136,95  | 55  | 4,79  | 4,04  | 33,25  | 188,31  |
| №368                     | Груши                                            | 60  | 0,24  | 0,18  | 6,18   | 27,30   | 70  | 0,28  | 0,21  | 7,21   | 31,85   |
| PK05-469                 | Молоко кипячёное                                 | 110 | 3,30  | 3,85  | 5,28   | 68,97   | 150 | 4,50  | 5,25  | 7,20   | 94,05   |
| Итого за Полдник:        |                                                  | 210 | 7,02  | 6,97  | 35,64  | 233,22  | 275 | 9,57  | 9,50  | 47,66  | 314,21  |
| Итого за день:           |                                                  |     | 38,52 | 41,37 | 147,81 | 1117,46 |     | 49,54 | 53,49 | 187,93 | 1431,11 |

Распечатано из ИСУ «Информация о школе» Пользователь: кулрук 07.05.2025 09:55:55

| 10 день                          |                                      |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |  |
|----------------------------------|--------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-----|-------|-------|--------|---------|--|
| <b>Завтрак</b>                   |                                      |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |  |
| №395                             | Батон нарезной                       | 15  | 1,13  | 0,44  | 7,71   | 39,30   | 20  | 1,50  | 0,58  | 10,28  | 52,40   |  |
| №53-193-2020.                    | Масло сливочное 82,5% (порции)       | 3   | 0,01  | 2,47  | 0,02   | 22,43   | 4   | 0,02  | 3,30  | 0,03   | 29,91   |  |
| №75                              | Сыр полутвердый (порциями)           | 3   | 0,73  | 0,88  | 0,00   | 10,92   | 5   | 1,22  | 1,48  | 0,00   | 18,20   |  |
| №54-9ги-2020.                    | Кофейный напиток с молоком           | 150 | 3,08  | 3,15  | 9,12   | 76,90   | 180 | 3,69  | 3,78  | 10,94  | 92,29   |  |
| PK519-320                        | Запеканка морковная с творогом       | 80  | 8,59  | 6,35  | 12,35  | 137,93  | 110 | 11,80 | 8,73  | 16,99  | 189,66  |  |
| №351                             | Соус молочный сладкий                | 10  | 0,15  | 0,50  | 1,38   | 10,64   |     |       |       |        |         |  |
| <b>Итого за Завтрак:</b>         |                                      | 261 | 13,69 | 13,80 | 30,59  | 298,13  | 319 | 18,23 | 17,87 | 38,24  | 382,45  |  |
| <b>Завтрак второй</b>            |                                      |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |  |
| №15/2 00                         | Сок фруктовый для детского питания   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |  |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b>  |                                      | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   | 80  | 0,08  | 0,08  | 9,28   | 38,16   |  |
| <b>Обед</b>                      |                                      |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |  |
| №13                              | Хлеб пшеничный                       | 18  | 1,42  | 0,18  | 8,69   | 42,08   | 18  | 1,42  | 0,18  | 8,69   | 42,08   |  |
| №12                              | Хлеб ржаной                          | 32  | 1,79  | 0,38  | 13,12  | 63,04   | 40  | 2,24  | 0,48  | 16,40  | 78,80   |  |
| №317                             | Макаронные изделия отварные с маслом | 90  | 3,48  | 2,67  | 22,23  | 126,86  | 130 | 5,03  | 3,85  | 32,11  | 183,25  |  |
| №162с                            | Печень говяжья по-строгановски       | 70  | 13,22 | 4,56  | 5,12   | 114,43  | 80  | 15,11 | 5,22  | 5,85   | 130,77  |  |
| №143                             | Салат из помидоров с сладким перцем  | 40  | 0,45  | 3,21  | 1,55   | 36,44   | 60  | 0,67  | 4,82  | 2,33   | 54,66   |  |
| №241                             | Компот из смеси сухофруктов          | 150 | 0,43  | 0,00  | 22,09  | 90,04   | 180 | 0,52  | 0,00  | 26,50  | 108,04  |  |
| PK519-70с/м                      | Суп "Сахалинский"                    | 150 | 2,42  | 4,73  | 10,31  | 94,58   | 200 | 3,23  | 6,30  | 13,74  | 126,11  |  |
| <b>Итого за Обед:</b>            |                                      | 550 | 23,21 | 15,73 | 83,12  | 567,47  | 708 | 28,21 | 20,85 | 105,64 | 723,72  |  |
| <b>Полдник</b>                   |                                      |     |       |       |        |         |     |       |       |        |         |  |
| №1                               | Печенье (готовое изделие)            | 22  | 0,95  | 1,78  | 14,54  | 77,88   | 30  | 1,29  | 2,43  | 19,83  | 106,20  |  |
| №385                             | Яблоко печёные                       | 60  | 0,24  | 0,24  | 16,98  | 71,07   | 75  | 0,30  | 0,30  | 21,22  | 88,84   |  |
| PK05-470р                        | Кисломолочный продукт (ряженка)      | 130 | 3,77  | 3,25  | 5,46   | 66,17   | 180 | 5,22  | 4,50  | 7,56   | 91,62   |  |
| <b>Итого за Полдник:</b>         |                                      | 212 | 4,96  | 5,27  | 36,98  | 215,12  | 285 | 6,81  | 7,23  | 48,61  | 286,66  |  |
| <b>Итого за день:</b>            |                                      |     | 41,93 | 34,89 | 159,97 | 1118,88 |     | 53,34 | 46,03 | 201,78 | 1430,99 |  |
| <b>Среднее значение за день:</b> |                                      |     | 39,73 | 38,82 | 151,74 | 1113,67 |     | 51,13 | 50,30 | 189,17 | 1411,91 |  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443821

Владелец Палушина Наталья Юрьевна

Действителен с 20.05.2025 по 20.05.2026