

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«СЕНГИЛЕЕВСКИЙ РАЙОН» УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 08 июля 2024 года 507-п

О некоторых мерах по совершенствованию

питания обучающихся в общеобразовательных

организациях на территории муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области

В целях обеспечения единого подхода к организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях на территории муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области, на основании Распоряжения Правительства Ульяновской области №214-пр от 17 мая 2024 года «О некоторых мерах по совершенствованию питания обучающихся в общеобразовательных организациях на территории Ульяновской области», Администрация муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области п о с т а н о в л я е т:

1.Утвердить:

1.1. Методику определения стоимости продуктового набора и услуги по организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях на территории муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области (приложение № 1).

1.2. Типовое региональное меню для организации горячего питания обучающихся в общеобразовательных организациях на территории муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области (приложение № 2).

2. Признать утратившим силу Постановление Администрации муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области от 22 апреля 2022 года №275-п «Об отдельных мерах по совершенствованию питания обучающихся в муниципальных образовательных учреждений муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области».

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на первого заместителя Главы Администрации муниципального образования «Сенгилеевский район» Нуждину Н.В.

4. Настоящее постановление вступает в силу на следующий день после дня его обнародования.

Глава Администрации

муниципального образования

«Сенгилеевский район» М.Н.Самаркин

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

к постановлению Администрации

муниципального образования

«Сенгилеевский район»

Ульяновской области

от 08 июля 2024 года №507-п

МЕТОДИКА

определения стоимости продуктового набора и услуги по организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях

на территории Ульяновской области

1. Максимальная стоимость среднесуточного продуктового набора для питания обучающихся в общеобразовательных организациях, находящихся   
на территории Ульяновской области (далее – образовательные организации), рассчитывается по формуле:

— максимальная стоимость среднесуточного набора пищевой продукции (далее – продуктовый набор) для питания обучающихся   
в общеобразовательных организациях, состав которого определяется приложением № 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

*i* — продукт, входящий в среднесуточный продуктовый набор;

— средняя рыночная стоимость i-го продукта, входящего  
в среднесуточный продуктовый набор, за отчётный период, рассчитываемая  
на основании данных статистического наблюдения за потребительскими ценами на товары и услуги в Ульяновской области, публикуемых территориальным органом Федеральной службы государственной статистики по Ульяновской области;

 — среднесуточный объём потребления i-го продукта.

2. При определении максимальной стоимости продуктового набора, входящего в рацион питания обучающихся в общеобразовательных организациях, стоимость такого рациона питания рассчитывается в процентном соотношении от стоимости, определённой в соответствии с пунктом 1 настоящей Методики. Процентные соотношения для рационов питания устанавливаются в соответствии с таблицей 3 приложения № 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

3. Стоимость услуги по организации питания включает в себя затраты, возникающие в связи с оплатой труда работников организации питания, непосредственно связанных с обеспечением питанием, с учётом страховых взносов, начисляемых на выплаты и иные вознаграждения в пользу физических лиц в рамках трудовых отношений, и иных затрат, непосредственно связанных с обеспечением питанием, и составляет 20 % от максимальной стоимости продуктового набора, определённого в соответствии с пунктами 1 и 2 настоящей Методики.

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

к постановлению Администрации

муниципального образования

«Сенгилеевский район»

Ульяновской области

от 08 июля 2024 года №507-п

**ТИПОВОЕ РЕГИОНАЛЬНОЕ МЕНЮ**

**для организации горячего питания обучающихся**

**в общеобразовательных организациях на территории муниципального образования «Сенгилеевский район» Ульяновской области**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи,  наименование блюда | Масса, г | Пищевые вещества | | | Энерге-тичес-кая цен-ность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | |
| бел-ки, г | жи-ры, г | угле-воды, г | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 0 | 0,01 | 45 | 0,13 | 0 | 1,5 | 3 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 | 0 | 0,1 | 0,28 |
| 54-1з | Сыр твёрдых сортов  в нарезке | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 35,8 | 0 | 0,03 | 26 | 0,1 | 0,07 | 81 | 8,8 | 88 | 3,5 | 50 | 0,1 | 0 | 1,45 | 0 |
| 54-16к | Каша «Дружба» | 220 | 5,5 | 6,5 | 26,4 | 185,8 | 0,08 | 0,15 | 29,88 | 0,07 | 0,58 | 369,33 | 172,38 | 151,02 | 29,79 | 136,07 | 0,57 | 54,87 | 4,5 | 34,23 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 299,4 | 55,8 | 12 | 8,4 | 39 | 0,66 | 1,92 | 3,6 | 8,7 |
| Итого за завтрак | | 500 | 17,2 | 20,8 | 68,5 | 528,7 | 0,19 | 0,37 | 118,13 | 0,3 | 1,33 | 801,18 | 460,31 | 421,1 | 76,01 | 358,35 | 2,44 | 68,49 | 11,94 | 81,46 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 60 | 0,6 | 0,1 | 2 | 11,6 | 0,03 | 0,03 | 61,9 | 0 | 13,5 | 3,98 | 145,3 | 16 | 11,9 | 22,3 | 0,49 | 1,59 | 0,21 | 15,7 |
| 113 | Суп-лапша домашняя | 200 | 5,7 | 7,2 | 12,1 | 135,9 | 0,04 | 0,04 | 14,45 | 0,09 | 0,46 | 14,84 | 65,09 | 10,57 | 6,87 | 51,53 | 0,6 | 2,07 | 2,07 | 33,34 |
| 302-У | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,8 | 7 | 33,9 | 229,4 | 0,2 | 0,11 | 22,38 | 0,1 | 0 | 30,83 | 207,01 | 13,56 | 113,18 | 170,61 | 3,81 | 2,15 | 3,33 | 15,17 |
| 268-У | Биточки «Детские», тушённые с овощами | 90 | 16,6 | 16,6 | 21,8 | 303,4 | 0,12 | 0,21 | 131,38 | 1,11 | 4,75 | 157,37 | 349,85 | 104,34 | 31,49 | 195,6 | 3,21 | 17,53 | 4,44 | 61,7 |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 34,5 | 31,6 | 102,4 | 832,7 | 0,49 | 0,45 | 248,77 | 1,3 | 35,33 | 415,93 | 1040,29 | 221,35 | 201,93 | 530,29 | 10,63 | 25,9 | 13,03 | 142,81 |
| Итого за день | | 1250 | 51,7 | 52,4 | 170,9 | 1361,4 | 0,68 | 0,82 | 366,9 | 1,60 | 36,66 | 1217,11 | 1500,6 | 642,45 | 277,94 | 888,64 | 13,07 | 94,39 | 24,97 | 224,27 |
| Вторник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 330 | Соус сметанный | 30 | 0,8 | 2,4 | 2,3 | 33,9 | 0,01 | 0,02 | 11,39 | 0 | 0,06 | 50,01 | 25,61 | 22,91 | 2,48 | 15,11 | 0,07 | 2,06 | 0,29 | 4,04 |
| 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 | 0,03 | 0,13 | 13,29 | 0 | 0,52 | 38,55 | 183,98 | 148,32 | 30,67 | 106,79 | 1,06 | 9 | 1,76 | 20 |
| 394-У | Вареники с картофелем | 120 | 5,8 | 8,7 | 32,1 | 229,7 | 0,1 | 0,08 | 26,62 | 0,16 | 4,32 | 109,59 | 298,34 | 40,28 | 19,11 | 81,75 | 0,98 | 5,74 | 3,43 | 32,87 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 500 | 13,3 | 14,7 | 72,2 | 473,2 | 0,21 | 0,26 | 57,3 | 0,16 | 16,9 | 379,05 | 869,43 | 236,71 | 67,26 | 236,35 | 5,08 | 20,16 | 7,64 | 70,86 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | 12,5 | 0,02 | 0,02 | 29,2 | 0 | 16 | 4,8 | 146,2 | 17 | 10 | 19,8 | 0,42 | 1,6 | 0,2 | 9,4 |
| 82-У | Борщ со свежей капустой  и картофелем | 200 | 5,1 | 4,5 | 10,8 | 103,9 | 0,04 | 0,04 | 130,23 | 0 | 8,53 | 19,35 | 319,65 | 30,92 | 22,45 | 46,51 | 1,03 | 5,21 | 0,44 | 27,35 |
| 304-У | Рис отварной | 150 | 3,5 | 4,3 | 35,8 | 195,8 | 0,03 | 0,02 | 16,2 | 0,08 | 0 | 6,37 | 45,48 | 5,01 | 23,06 | 70,73 | 0,47 | 0,74 | 7,1 | 26,67 |
| 295- У | Котлета куриная\* | 90 | 17,1 | 23,1 | 22,6 | 366,8 | 0,14 | 0,27 | 90,66 | 2 | 6,89 | 408,41 | 280,09 | 158,96 | 28,05 | 196,89 | 3,17 | 22,18 | 4,76 | 99,49 |
| 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,2 | 0,1 | 20,1 | 82,4 | 0,17 | 0,21 | 56,43 | 1,26 | 8,1 | 8,23 | 101,17 | 70,76 | 5,74 | 6,79 | 0,65 | 0,9 | 0,09 | 4,35 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 29,9 | 32,7 | 111,3 | 859,2 | 0,49 | 0,6 | 322,72 | 3,34 | 39,52 | 650,16 | 1010,09 | 297,15 | 112,8 | 415,72 | 7,69 | 32,83 | 15,34 | 179,26 |
| Итого за день | | 1250 | 43,2 | 47,4 | 183,5 | 1332,4 | 0,7 | 0,86 | 380,02 | 3,50 | 56,42 | 1029,21 | 1879,52 | 533,86 | 180,06 | 652,07 | 12,77 | 52,99 | 23 | 250,12 |
| Среда, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоками\* | 50 | 0,5 | 1,6 | 6,2 | 41,1 | 0,03 | 0,03 | 700,66 | 0 | 4,29 | 10,69 | 106,43 | 12,84 | 14,58 | 20,78 | 0,54 | 2 | 0,08 | 20,25 |
| 219- У | Сырники творожные | 150 | 29,7 | 13,4 | 22,6 | 329,9 | 0,07 | 0,31 | 36,48 | 0,14 | 0,27 | 48,98 | 155,67 | 201,51 | 30,8 | 285,8 | 0,85 | 13,74 | 38,52 | 51,59 |
| 330 | Соус сладкий сметанный | 50 | 1,6 | 4,4 | 6,9 | 73,6 | 0,02 | 0,05 | 23,16 | 0 | 0,18 | 87,91 | 58,1 | 48,49 | 5,74 | 36,55 | 0,13 | 4,55 | 0,78 | 10,17 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 500 | 36 | 19,9 | 65,5 | 585,5 | 0,18 | 0,43 | 761,38 | 0,14 | 6,54 | 399,21 | 422,97 | 284,44 | 67,4 | 393,01 | 3,75 | 21,89 | 42,4 | 89,66 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50,08 | Салат из свёклы с сыром | 60 | 4,3 | 7,5 | 4,6 | 102,6 | 0,02 | 0,07 | 40,04 | 0,14 | 5,31 | 145,42 | 162,96 | 151,24 | 16,69 | 97,42 | 0,88 | 3,64 | 2,54 | 10,4 |
| 87-У | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 4,4 | 5,3 | 6,8 | 92,6 | 0,04 | 0,03 | 121,01 | 0 | 8 | 5,79 | 225,49 | 19,52 | 13,66 | 30,12 | 0,48 | 2,94 | 0,18 | 18,78 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 280-У | Фрикадельки «Школьные»  в соусе | 90 | 8,5 | 11 | 13,1 | 185,3 | 0,06 | 0,12 | 30,11 | 0,76 | 2,59 | 66,05 | 173,77 | 82,3 | 14,21 | 101,89 | 1,63 | 11,17 | 1,91 | 27,51 |
| 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 25,1 | 102 | 0,07 | 0,08 | 33,6 | 0,5 | 2,42 | 0,08 | 0,25 | 39,72 | 1,69 | 3,45 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 26,2 | 29,3 | 102,2 | 777,1 | 0,34 | 0,36 | 243,12 | 1,49 | 18,32 | 569,38 | 733,77 | 413,11 | 76,94 | 348,58 | 5,75 | 40,72 | 7,44 | 80,61 |
| Итого за день | | 1250 | 62,2 | 49,2 | 167,7 | 1362,6 | 0,52 | 0,79 | 1004,5 | 1,63 | 24,86 | 968,59 | 1156,74 | 697,55 | 144,34 | 741,59 | 9,50 | 62,61 | 49,84 | 170,27 |
| Четверг, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая молочная овсяная | 200 | 7,9 | 11,6 | 33,7 | 270,6 | 0,17 | 0,16 | 40,2 | 0,13 | 0,52 | 45,87 | 244,31 | 127,93 | 61,56 | 206,47 | 1,5 | 11,64 | 13,04 | 40,08 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 50,23 | Лепёшка с сыром | 100 | 9,6 | 7,2 | 40,8 | 266,2 | 0,09 | 0,07 | 35,1 | 0,23 | 0,03 | 99,48 | 87,25 | 92,86 | 13,43 | 108,32 | 0,94 | 2,22 | 6,29 | 17,34 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Итого за завтрак | | 520 | 19,5 | 19,3 | 89,9 | 610,4 | 0,28 | 0,24 | 75,34 | 0,36 | 0,55 | 245,39 | 375,36 | 288,75 | 85,19 | 339,19 | 3,06 | 14,5 | 20,53 | 60,32 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Овощи натуральные, порционно, кукуруза | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,3 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 1,15 | 182,4 | 0 | 2,64 | 0 | 26,1 | 0,21 | 0 | 0 | 0 |
| 99-У | Суп овощной | 200 | 5,2 | 4,5 | 9 | 97,3 | 0,06 | 0,08 | 212,81 | 0 | 11,24 | 613,4 | 390,2 | 41,03 | 30,26 | 52,37 | 1,21 | 86,4 | 0,43 | 30,5 |
| 54-11г | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,3 | 19,8 | 139,4 | 0,12 | 0,11 | 23,8 | 0,09 | 10,2 | 161,78 | 624,83 | 39,49 | 28,23 | 84,47 | 1,03 | 28,46 | 0,78 | 42,79 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными | 90 | 14,1 | 18,6 | 19,6 | 302,3 | 0,1 | 0,17 | 123,3 | 1,11 | 5,17 | 277,41 | 312,84 | 86,12 | 28,49 | 170,83 | 2,87 | 45,38 | 2,93 | 57,69 |
| 54-7хн | Компот из смородины | 200 | 0,3 | 0,1 | 8,4 | 35,5 | 0,01 | 0,01 | 3,06 | 0 | 24 | 7,35 | 87,32 | 61,37 | 8,09 | 8,61 | 0,36 | 0,3 | 0,29 | 5,1 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 27 | 29,3 | 89,6 | 730,3 | 0,49 | 0,56 | 395,91 | 2,04 | 33,56 | 1438,26 | 1475,15 | 187,58 | 114,4 | 411,64 | 7,44 | 162,46 | 6,92 | 145,98 |
| Итого за день | | 1270 | 46,5 | 48,6 | 179,5 | 1340,7 | 0,77 | 0,80 | 471,25 | 2,4 | 34,11 | 1683,65 | 1850,51 | 476,33 | 199,59 | 750,83 | 10,50 | 176,96 | 27,45 | 206,3 |
| Пятница, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1о | Омлет натуральный | 150 | 12,7 | 18 | 3,2 | 225,5 | 0,06 | 0,41 | 182,79 | 2,18 | 0,3 | 249,63 | 180,08 | 109,5 | 16,75 | 202,67 | 2,09 | 41,65 | 26,05 | 62,63 |
| 23 | Чай витаминизированный | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,6 | 21,1 | 0 | 0,02 | 0,73 | 0 | 3,69 | 1,6 | 50,58 | 78,65 | 8,57 | 15,09 | 1,49 | 0 | 0,04 | 0 |
| Пром. | Банан | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 | 0,05 | 0,07 | 26 | 0 | 13 | 40,3 | 452,4 | 10,4 | 54,6 | 36,4 | 0,78 | 0,07 | 1,3 | 2,86 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 530 | 19 | 19,2 | 59,7 | 486,7 | 0,17 | 0,52 | 209,52 | 2,18 | 16,99 | 541,03 | 729,56 | 208,55 | 86,92 | 286,66 | 4,91 | 43,32 | 30,39 | 72,74 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | 12,5 | 0,02 | 0,02 | 29,2 | 0 | 16 | 4,8 | 146,2 | 17 | 10 | 19,8 | 0,42 | 1,6 | 0,2 | 9,4 |
| 54-6г | Рис отварной | 150 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 | 0,03 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 152,8 | 46,55 | 106,65 | 23,59 | 72,57 | 0,49 | 20,76 | 7,24 | 27,19 |
| 392,32-У | Пельмени «Детские» отварные с бульоном\* | 200 | 18 | 18,7 | 30,9 | 364,3 | 0,18 | 0,17 | 77,4 | 0,92 | 5,89 | 201,88 | 292,21 | 78,15 | 27,27 | 169,79 | 2,65 | 32,65 | 4,54 | 61,33 |
| 234-У | Котлеты рыбные, запечённые под сметанно-луковым соусом | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,5 | 0,13 | 0,18 | 52,12 | 1,77 | 4,33 | 173,3 | 334,92 | 117,72 | 33,65 | 207,9 | 1,93 | 102,61 | 19,14 | 475,28 |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 41,4 | 35,2 | 125,8 | 987,2 | 0,46 | 0,45 | 195,74 | 2,78 | 42,84 | 741,69 | 1092,92 | 396,4 | 133 | 560,31 | 8,01 | 160,18 | 34,1 | 590,1 |
| Итого за день | | 1280 | 60,4 | 54,4 | 185,5 | 1473,9 | 0,63 | 0,97 | 405,26 | 4,96 | 59,83 | 1282,72 | 1822,48 | 604,95 | 219,92 | 846,97 | 12,92 | 203,5 | 64,49 | 662,84 |
| Понедельник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,20 | Салат-коктейль фруктовый | 100 | 0,7 | 0,3 | 12 | 53,4 | 0,04 | 0,03 | 6,53 | 0 | 36,29 | 19,59 | 239,19 | 26,43 | 11,15 | 17,12 | 1,27 | 2 | 0,41 | 12,5 |
| 377 | Чай фруктовый | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 | 0,01 | 0,03 | 6,05 | 0 | 41,45 | 8,59 | 130,95 | 82,2 | 16,1 | 24,95 | 1,98 | 0,22 | 0,23 | 3,55 |
| 396 | Блины со сгущённым молоком | 200 | 15,6 | 13,7 | 87,5 | 535,5 | 0,23 | 0,38 | 44,02 | 0 | 2,01 | 111,02 | 431,31 | 272,99 | 44,41 | 274,11 | 1,32 | 15,32 | 8,58 | 55,78 |
| Итого за завтрак | | 500 | 16,9 | 14,2 | 106,5 | 621,3 | 0,28 | 0,44 | 56,6 | 0 | 79,75 | 139,2 | 801,45 | 381,62 | 71,66 | 316,18 | 4,57 | 17,54 | 9,22 | 71,83 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 52,00 | Салат из свёклы с маслом растительным | 60 | 0,9 | 2,5 | 5,3 | 46,8 | 0,01 | 0,02 | 1,2 | 0 | 6 | 259,86 | 172,85 | 24,41 | 13,33 | 26,3 | 0,86 | 28,2 | 0,42 | 12 |
| 54-1с | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 4,7 | 5,6 | 5,7 | 92,2 | 0,02 | 0,03 | 104,95 | 0 | 10,76 | 98,52 | 184 | 37,48 | 13,13 | 30,97 | 0,48 | 15,25 | 0,34 | 14,76 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 299-У | Крокеты «Детские» | 90 | 19,3 | 16,9 | 21,3 | 315,1 | 0,14 | 0,27 | 235,9 | 1,43 | 25,81 | 336,32 | 426,54 | 125,01 | 35,97 | 226,81 | 3,81 | 47,84 | 3,82 | 71,24 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 21,6 | 88,1 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0,56 | 39,99 | 1,71 | 3,47 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 33,9 | 30,5 | 106,5 | 836,8 | 0,32 | 0,38 | 372,41 | 1,52 | 42,69 | 1046,84 | 955,25 | 347,22 | 94,83 | 403,25 | 7,91 | 114,26 | 7,39 | 121,92 |
| Итого за день | | 1250 | 50,8 | 44,7 | 213 | 1458,1 | 0,6 | 0,91 | 429,01 | 1,52 | 122,44 | 1186,04 | 1756,7 | 728,84 | 166,49 | 719,43 | 12,48 | 131,8 | 16,61 | 193,75 |
| Вторник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2,47-У | Каша пшённая молочная  с маслом сливочным | 200 | 7,1 | 9,7 | 32,3 | 245,5 | 0,15 | 0,14 | 40,92 | 0,13 | 0,52 | 130,47 | 193,84 | 142,9 | 41,12 | 162,19 | 1,06 | 22,8 | 2,8 | 31,48 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 740.02-У | Шанежка наливная | 80 | 8 | 4,5 | 37,1 | 220,8 | 0,08 | 0,07 | 24,88 | 0,16 | 0,02 | 202,58 | 77,6 | 72,86 | 12,21 | 90,22 | 0,78 | 21,47 | 5 | 15,42 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Итого за завтрак | | 500 | 17,1 | 14,7 | 84,8 | 539,9 | 0,25 | 0,22 | 65,84 | 0,29 | 0,54 | 433,09 | 315,24 | 283,72 | 63,53 | 276,81 | 2,46 | 44,91 | 9 | 49,8 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 60 | 0,6 | 0,1 | 2 | 11,6 | 0,03 | 0,03 | 61,9 | 0 | 13,5 | 3,98 | 145,3 | 16 | 11,9 | 22,3 | 0,49 | 1,59 | 0,21 | 15,7 |
| 81-У | Свекольник | 250 | 5,7 | 7,8 | 12,1 | 141,7 | 0,03 | 0,04 | 140,21 | 0,05 | 9,28 | 375,65 | 255,4 | 40,85 | 21,15 | 40,51 | 1,06 | 4,54 | 0,47 | 22,58 |
| 391-У | Пельмени «Детские» отварные\* | 150 | 24,1 | 22,8 | 46,2 | 486,5 | 0,27 | 0,25 | 45,54 | 1,31 | 3,73 | 300,4 | 393,14 | 95,12 | 34,29 | 247,78 | 3,85 | 48,96 | 7,08 | 81,53 |
| 331 | Соус сметанно-томатный | 50 | 1,6 | 4,3 | 3,4 | 59 | 0,01 | 0,02 | 26,1 | 0,04 | 0,54 | 4,13 | 43,66 | 11,57 | 3,39 | 13,16 | 0,15 | 1,18 | 0,3 | 3,03 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,3 | 0 | 0,02 | 1,03 | 0 | 1,49 | 1,75 | 51,35 | 81,34 | 8,95 | 16,62 | 1,66 | 0 | 0,01 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 760 | 35,7 | 35,7 | 88,7 | 819,9 | 0,43 | 0,4 | 274,78 | 1,4 | 28,54 | 888,91 | 1006,35 | 259,38 | 103,18 | 415,37 | 9,16 | 58,47 | 10,82 | 134,84 |
| Итого за день | | 1260 | 52,8 | 50,4 | 173,5 | 1359,8 | 0,68 | 0,62 | 340,62 | 1,69 | 29,08 | 1322 | 1321,59 | 543,1 | 166,71 | 692,18 | 11,62 | 103,38 | 19,82 | 184,64 |
| Среда, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Молоко сгущённое | 30 | 2,2 | 2,6 | 16,7 | 98,2 | 0,02 | 0,11 | 14,1 | 0 | 0,3 | 39 | 109,5 | 92,1 | 10,2 | 65,7 | 0,06 | 2,1 | 0,9 | 10,5 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| 394-У | Вареники с творогом | 130 | 15,5 | 14,8 | 38,3 | 348,6 | 0,08 | 0,16 | 47,94 | 0,26 | 0,63 | 148,7 | 130,73 | 98,17 | 21,29 | 158,57 | 0,93 | 6,89 | 18,87 | 33,22 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Итого за завтрак | | 500 | 24,4 | 21,6 | 89,1 | 647,4 | 0,2 | 0,46 | 85,29 | 0,26 | 13,61 | 368,65 | 812,76 | 381,15 | 79,41 | 380,75 | 4,94 | 23,73 | 23,62 | 94,47 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,05-У | Закуска овощная\* | 60 | 1 | 2,1 | 2,9 | 34,4 | 0,02 | 0,03 | 11,67 | 0 | 26,1 | 85 | 175,79 | 30,62 | 9,54 | 18,33 | 0,37 | 9,73 | 0,18 | 7,7 |
| 102-У | Суп картофельный с горохом | 200 | 7,3 | 4,7 | 15 | 131,9 | 0,14 | 0,05 | 109,01 | 0 | 4,13 | 8,87 | 339,66 | 25,65 | 27,44 | 76,32 | 1,39 | 3,71 | 1,99 | 27,53 |
| 54-26г | Рис с овощами | 150 | 3,2 | 5,7 | 26 | 167,8 | 0,04 | 0,03 | 268,68 | 0 | 1,33 | 240,26 | 93,2 | 17,35 | 26,16 | 67,46 | 0,57 | 21,56 | 4,64 | 31,3 |
| 23-У | Наггетсы «Детские»\* | 90 | 17,7 | 17 | 17,2 | 293 | 0,11 | 0,21 | 71,55 | 1,1 | 3,76 | 244,56 | 229,62 | 88,21 | 24,73 | 178,83 | 2,54 | 13,54 | 5,36 | 110,76 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 750 | 32,9 | 30,2 | 86,1 | 748,6 | 0,4 | 0,38 | 461,99 | 1,1 | 37,12 | 783,82 | 1012,04 | 187,93 | 120,65 | 433,32 | 8,5 | 50,74 | 14,94 | 189,69 |
| Итого за день | | 1250 | 57,3 | 51,8 | 175,2 | 1366 | 0,60 | 0,84 | 547,28 | 1,36 | 50,73 | 1152,47 | 1824,8 | 569,08 | 200,06 | 814,07 | 13,44 | 74,47 | 38,56 | 284,16 |
| Четверг, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-32з | Морковь в нарезке | 60 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,2 | 0,04 | 0,04 | 1200 | 0 | 3 | 12,6 | 120 | 16,2 | 22,8 | 33 | 0,42 | 3 | 0,06 | 33 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными\* | 60 | 9,4 | 12,4 | 13,1 | 201,5 | 0,07 | 0,11 | 82,2 | 0,74 | 3,44 | 184,94 | 208,56 | 57,41 | 18,99 | 113,89 | 1,92 | 30,25 | 1,96 | 38,46 |
| 54-19гн | Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками | 200 | 0,3 | 0,1 | 1,6 | 8,6 | 0 | 0,01 | 2,28 | 0 | 1,24 | 3,18 | 58,33 | 64,71 | 6,8 | 11,25 | 0,92 | 0,26 | 0,03 | 1,44 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | 0,04 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 199,6 | 37,2 | 8 | 5,6 | 26 | 0,44 | 1,28 | 2,4 | 5,8 |
| Итого за завтрак | | 510 | 19,1 | 17,9 | 76,7 | 544,7 | 0,22 | 0,21 | 1306,61 | 0,83 | 47,89 | 554,77 | 550,51 | 269,64 | 70,68 | 238,54 | 5,49 | 55,52 | 4,71 | 92,73 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,1 | 3,7 | 31,2 | 186,3 | 0,19 | 0,1 | 8,82 | 0,04 | 0 | 30,15 | 190 | 11,62 | 104,48 | 156,34 | 3,51 | 1,98 | 3,04 | 13,88 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 5,4 | 5,5 | 15,5 | 133,3 | 0,07 | 0,04 | 97,94 | 0 | 5,28 | 4,83 | 316,53 | 11,05 | 16,81 | 45,61 | 0,72 | 3,98 | 0,18 | 27,44 |
| 54-6о | Яйцо варёное | 20 | 2,4 | 2 | 0,1 | 28,3 | 0,01 | 0,07 | 31,2 | 0,44 | 0 | 20,37 | 23,24 | 9,68 | 2,09 | 33,41 | 0,44 | 4 | 5,4 | 11 |
| 280-У | Фрикадельки «Детские»\* | 90 | 10,1 | 13,2 | 14,2 | 215,7 | 0,08 | 0,14 | 125,18 | 0,89 | 3,77 | 68,19 | 230,99 | 79,64 | 20,08 | 122,86 | 2,04 | 12,61 | 2,03 | 38,31 |
| 519,01 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,3 | 104,4 | 0,12 | 0,16 | 54,66 | 0,84 | 20,52 | 5,93 | 155,38 | 16,02 | 14,96 | 15,23 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Итого за обед | | 710 | 28,8 | 25,1 | 106,1 | 765,8 | 0,56 | 0,55 | 317,8 | 2,21 | 29,57 | 332,47 | 1033,64 | 142,51 | 181,92 | 448,45 | 9,23 | 25,13 | 13,63 | 107,53 |
| Итого за день | | 1220 | 47,9 | 43 | 182,8 | 1310,5 | 0,78 | 0,76 | 1624,41 | 3,04 | 77,46 | 887,24 | 1584,15 | 412,15 | 252,6 | 686,99 | 14,72 | 80,65 | 18,34 | 200,26 |
| Пятница, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 219- У | Сырники творожные | 120 | 23,7 | 10,7 | 18,1 | 263,9 | 0,06 | 0,25 | 29,18 | 0,11 | 0,22 | 39,19 | 124,53 | 161,21 | 24,64 | 228,64 | 0,68 | 10,99 | 30,81 | 41,27 |
| 334-У | Соус ягодный сладкий | 50 | 0,2 | 0 | 10,1 | 41,7 | 0,01 | 0,01 | 40,09 | 0 | 2,03 | 0,77 | 66,27 | 18,25 | 2 | 6,53 | 0,19 | 0,25 | 0,03 | 2,75 |
| 430,0 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 15 | 62,4 | 0,08 | 0,11 | 31 | 0,42 | 5,2 | 1,74 | 49,9 | 10,1 | 8,8 | 16,5 | 1,67 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Апельсин | 120 | 1,1 | 0,2 | 9,7 | 45,4 | 0,05 | 0,04 | 9,6 | 0 | 72 | 15,6 | 236,4 | 40,8 | 15,6 | 27,6 | 0,36 | 2,4 | 0,6 | 20,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 520 | 27,7 | 11,2 | 67,7 | 483,7 | 0,23 | 0,42 | 109,87 | 0,53 | 79,45 | 207 | 505 | 236,36 | 55,24 | 298,77 | 3,23 | 14,6 | 33,24 | 68,77 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | 12,5 | 0,02 | 0,02 | 29,2 | 0 | 16 | 4,8 | 146,2 | 17 | 10 | 19,8 | 0,42 | 1,6 | 0,2 | 9,4 |
| 108 | Суп картофельный с клецками | 200 | 7,4 | 3,9 | 20,1 | 145,1 | 0,07 | 0,07 | 96,7 | 0,22 | 5,46 | 161,4 | 249,86 | 24,65 | 16,86 | 60,91 | 0,89 | 24,82 | 3,94 | 31,49 |
| 311-У | Картофель отварной | 150 | 4,1 | 5 | 24,2 | 158,1 | 0,14 | 0,14 | 22,14 | 0,07 | 12,23 | 51,81 | 762,95 | 62,2 | 35,58 | 112,23 | 1,23 | 11,55 | 1,19 | 54,14 |
| 267.66- У | Крокеты с кабачком\* | 90 | 12,3 | 17,3 | 15,3 | 266,3 | 0,15 | 0,17 | 149,91 | 1,18 | 5,43 | 57,23 | 244,82 | 85,87 | 22,23 | 139,45 | 2,15 | 13,73 | 3,03 | 75,06 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 | 0,09 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 203 | 117,5 | 14,5 | 23,5 | 75 | 1,95 | 2,2 | 2,75 | 12 |
| Пром. | Сок яблочный | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за обед | | 750 | 28,8 | 27,1 | 101,8 | 766,4 | 0,49 | 0,46 | 297,95 | 1,47 | 43,12 | 490,24 | 1761,33 | 218,22 | 116,17 | 421,39 | 9,44 | 53,9 | 11,11 | 182,09 |
| Итого за день | | 1270 | 56,5 | 38,3 | 169,5 | 1250,1 | 0,72 | 0,88 | 407,82 | 2 | 122,57 | 697,24 | 2266,33 | 454,58 | 171,41 | 720,16 | 12,67 | 68,5 | 44,35 | 250,86 |

Таблица 2.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

| № рец. | Приём пищи,  наименование блюда | Масса | Пищевые вещества | | | Энергетичес-кая цен-ность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| бел-ки, г | жи-ры, г | угле-воды, г | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1з | Сыр твёрдых сортов в нарезке | 20 | 4,6 | 5,9 | 0 | 71,7 | 0,01 | 0,06 | 52 | 0,19 | 0,14 | 162 | 17,6 | 176 | 7 | 100 | 0,2 | 0 | 2,9 | 0 |
| 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 0 | 0,01 | 45 | 0,13 | 0 | 1,5 | 3 | 2,4 | 0 | 3 | 0,02 | 0 | 0,1 | 0,28 |
| 54-16к | Каша «Дружба» | 250 | 6,2 | 7,4 | 30 | 211,2 | 0,09 | 0,17 | 33,95 | 0,08 | 0,66 | 419,69 | 195,89 | 171,61 | 33,85 | 154,62 | 0,65 | 62,36 | 5,12 | 38,9 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 70 | 5,3 | 0,6 | 34,4 | 164,1 | 0,08 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 349,3 | 65,1 | 14 | 9,8 | 45,5 | 0,77 | 2,24 | 4,2 | 10,15 |
| Итого за завтрак | | 550 | 20,9 | 24,7 | 77 | 613,5 | 0,22 | 0,42 | 148,2 | 0,4 | 1,48 | 982,44 | 501,92 | 531,69 | 84,97 | 433,4 | 2,73 | 76,3 | 14,61 | 87,58 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,4 | 19,4 | 0,05 | 0,04 | 103,17 | 0 | 22,5 | 6,63 | 242,17 | 26,67 | 19,83 | 37,17 | 0,81 | 2,64 | 0,35 | 26,17 |
| 302-У | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,3 | 8,4 | 40,6 | 275,3 | 0,24 | 0,13 | 26,86 | 0,12 | 0 | 37 | 248,42 | 16,27 | 135,82 | 204,73 | 4,57 | 2,57 | 4 | 18,21 |
| 113 | Суп-лапша домашняя | 250 | 7,1 | 9 | 15,1 | 169,9 | 0,05 | 0,05 | 18,06 | 0,11 | 0,57 | 18,54 | 81,36 | 13,21 | 8,59 | 64,41 | 0,74 | 2,59 | 2,58 | 41,68 |
| 33,1 Ш | Биточки «Детские», тушённые с овощами | 90 | 16,3 | 16,2 | 15,5 | 273,2 | 0,09 | 0,19 | 82,8 | 0,74 | 4,06 | 126,75 | 328,49 | 89,69 | 28,9 | 186,85 | 2,82 | 14,78 | 3,38 | 60,88 |
| 343-У | Компот из фруктовой ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 880 | 38,3 | 34,6 | 111,2 | 909,8 | 0,54 | 0,48 | 249,55 | 0,97 | 43,75 | 438,43 | 1196,98 | 225,62 | 236,33 | 598,41 | 11,85 | 25,58 | 13,84 | 166,24 |
| Итого за день | | 1430 | 59,2 | 59,3 | 188,2 | 1523,3 | 0,85 | 0,9 | 397,75 | 1,37 | 45,23 | 1420,87 | 1698,9 | 757,31 | 321,3 | 1031,81 | 14,58 | 101,88 | 28,45 | 253,82 |
| Вторник, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 330 | Соус сметанный | 30 | 0,8 | 2,4 | 2,3 | 33,9 | 0,01 | 0,02 | 11,39 | 0 | 0,06 | 50,01 | 25,61 | 22,91 | 2,48 | 15,11 | 0,07 | 2,06 | 0,29 | 4,04 |
| 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 | 0,03 | 0,13 | 13,29 | 0 | 0,52 | 38,55 | 183,98 | 148,32 | 30,67 | 106,79 | 1,06 | 9 | 1,76 | 20 |
| 394-У | Вареники с картофелем | 150 | 7,2 | 10,9 | 40,1 | 287,1 | 0,12 | 0,1 | 33,28 | 0,2 | 5,4 | 136,99 | 372,93 | 50,35 | 23,89 | 102,18 | 1,23 | 7,18 | 4,29 | 41,09 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 550 | 16,2 | 17,1 | 90 | 577,5 | 0,26 | 0,29 | 63,96 | 0,2 | 17,98 | 506,25 | 962,62 | 250,78 | 74,84 | 269,78 | 5,55 | 22,24 | 9,7 | 81,98 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 100 | 1,2 | 0,1 | 3,7 | 20,8 | 0,04 | 0,04 | 48,67 | 0 | 26,67 | 8 | 243,67 | 28,33 | 16,67 | 33 | 0,7 | 2,67 | 0,33 | 15,67 |
| 82-У | Борщ со свежей капустой и картофелем | 250 | 6,4 | 5,6 | 13,6 | 129,8 | 0,05 | 0,05 | 162,79 | 0 | 10,66 | 24,18 | 399,56 | 38,65 | 28,06 | 58,13 | 1,28 | 6,51 | 0,55 | 34,19 |
| 304-У | Рис отварной | 180 | 4,2 | 5,2 | 42,9 | 235 | 0,04 | 0,03 | 19,44 | 0,09 | 0 | 7,64 | 54,58 | 6,01 | 27,67 | 84,88 | 0,57 | 0,89 | 8,51 | 32 |
| 295- У | Котлета куриная\* | 100 | 19 | 25,7 | 25,1 | 407,6 | 0,16 | 0,3 | 100,73 | 2,22 | 7,66 | 453,79 | 311,21 | 176,62 | 31,17 | 218,77 | 3,52 | 24,64 | 5,29 | 110,54 |
| 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,4 | 26,8 | 0 | 0 | 1,34 | 0 | 1,52 | 3,58 | 45,77 | 76,77 | 3,18 | 3,67 | 0,25 | 0,4 | 0,04 | 2,1 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 35 | 37,4 | 129,2 | 993 | 0,56 | 0,68 | 388,06 | 3,57 | 53,09 | 745,44 | 1251,19 | 337,77 | 137,51 | 491,57 | 9,06 | 38,25 | 18,07 | 211,15 |
| Итого за день | | 1440 | 51,2 | 54,5 | 219,2 | 1570,5 | 0,82 | 0,97 | 452,02 | 3,77 | 71,07 | 1251,69 | 2213,81 | 588,55 | 212,35 | 761,35 | 14,61 | 60,49 | 27,77 | 293,13 |
| Среда, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоками\* | 60 | 0,6 | 1,9 | 7,4 | 49,3 | 0,03 | 0,03 | 840,79 | 0 | 5,15 | 12,82 | 127,71 | 15,41 | 17,49 | 24,93 | 0,64 | 2,4 | 0,1 | 24,3 |
| 219- У | Сырники творожные | 170 | 33,6 | 15,2 | 25,6 | 373,8 | 0,08 | 0,35 | 41,34 | 0,16 | 0,31 | 55,51 | 176,42 | 228,38 | 34,9 | 323,9 | 0,97 | 15,57 | 43,65 | 58,47 |
| 330 | Соус сладкий сметанный | 60 | 2 | 5,3 | 8,2 | 88,4 | 0,02 | 0,07 | 27,79 | 0 | 0,22 | 105,5 | 69,72 | 58,19 | 6,89 | 43,86 | 0,15 | 5,46 | 0,94 | 12,2 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 299,4 | 55,8 | 12 | 8,4 | 39 | 0,66 | 1,92 | 3,6 | 8,7 |
| Итого за завтрак | | 550 | 41,2 | 23 | 75,9 | 675,8 | 0,2 | 0,49 | 911 | 0,16 | 7,48 | 475,36 | 485,92 | 325,58 | 76,96 | 449,07 | 4,1 | 25,35 | 48,31 | 104,07 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50,08 | Салат из свёклы с сыром | 100 | 7,1 | 12,5 | 7,6 | 171 | 0,03 | 0,11 | 66,73 | 0,24 | 8,84 | 242,37 | 271,6 | 252,07 | 27,82 | 162,37 | 1,46 | 6,07 | 4,23 | 17,33 |
| 87-У | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 5,5 | 6,6 | 8,5 | 115,7 | 0,05 | 0,04 | 151,26 | 0 | 10 | 7,24 | 281,87 | 24,4 | 17,07 | 37,65 | 0,6 | 3,68 | 0,23 | 23,48 |
| 54-1г | Макароны отварные | 180 | 6,4 | 5,9 | 39,4 | 236,2 | 0,08 | 0,03 | 22,03 | 0,11 | 0 | 178,84 | 64,56 | 127 | 8,63 | 48,84 | 0,88 | 24,92 | 0,07 | 14,3 |
| 280-У | Фрикадельки «Школьные» в соусе | 90 | 8,5 | 11 | 13,1 | 185,3 | 0,06 | 0,12 | 30,11 | 0,76 | 2,59 | 66,05 | 173,77 | 82,3 | 14,21 | 101,89 | 1,63 | 11,17 | 1,91 | 27,51 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 21,6 | 88,1 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0,56 | 39,99 | 1,71 | 3,47 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 880 | 31,9 | 36,7 | 117,5 | 927,6 | 0,39 | 0,43 | 303,73 | 1,61 | 23,85 | 738,18 | 933,05 | 542,89 | 97,62 | 444,2 | 6,99 | 48,48 | 9,74 | 97,02 |
| Итого за день | | 1430 | 73,1 | 59,7 | 193,4 | 1603,4 | 0,59 | 0,92 | 1214,73 | 1,77 | 31,33 | 1213,54 | 1418,97 | 868,47 | 174,58 | 893,27 | 11,09 | 73,83 | 58,05 | 201,09 |
| Четверг, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 173 | Каша вязкая молочная овсяная | 220 | 8,7 | 12,8 | 37 | 297,7 | 0,19 | 0,18 | 44,22 | 0,14 | 0,57 | 50,45 | 268,74 | 140,73 | 67,72 | 227,12 | 1,65 | 12,8 | 14,34 | 44,09 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 50,23 | Лепёшка с сыром | 100 | 9,6 | 7,2 | 40,8 | 266,2 | 0,09 | 0,07 | 35,1 | 0,23 | 0,03 | 99,48 | 87,25 | 92,86 | 13,43 | 108,32 | 0,94 | 2,22 | 6,29 | 17,34 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 550 | 21,1 | 20,5 | 98,2 | 660,9 | 0,31 | 0,26 | 79,36 | 0,37 | 0,6 | 299,87 | 409,09 | 303,55 | 92,75 | 366,34 | 3,32 | 15,98 | 22,43 | 65,78 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Овощи натуральные, порционно, кукуруза | 100 | 2,1 | 0,4 | 10,2 | 52,2 | 0,01 | 0,04 | 0 | 0 | 1,92 | 304 | 0 | 4,4 | 0 | 43,5 | 0,35 | 0 | 0 | 0 |
| 99-У | Суп овощной | 250 | 6,5 | 5,6 | 11,3 | 121,6 | 0,08 | 0,1 | 266,01 | 0 | 14,05 | 766,75 | 487,75 | 51,28 | 37,82 | 65,47 | 1,51 | 108 | 0,53 | 38,13 |
| 520,08 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 180 | 4,3 | 13,1 | 25,1 | 235,4 | 0,15 | 0,16 | 57,7 | 0,23 | 12,54 | 732,2 | 786,96 | 75,78 | 37,04 | 121,35 | 1,34 | 108 | 1,37 | 56,18 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными | 100 | 15,6 | 20,7 | 21,8 | 335,9 | 0,11 | 0,19 | 137 | 1,23 | 5,74 | 308,23 | 347,6 | 95,69 | 31,65 | 189,81 | 3,19 | 50,42 | 3,26 | 64,1 |
| 54-7хн | Компот из смородины | 200 | 0,3 | 0,1 | 8,4 | 35,5 | 0,01 | 0,01 | 3,06 | 0 | 24 | 7,35 | 87,32 | 61,37 | 8,09 | 8,61 | 0,36 | 0,3 | 0,29 | 5,1 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 32,8 | 40,6 | 100,6 | 898 | 0,46 | 0,55 | 463,77 | 1,46 | 58,25 | 2362,13 | 1850,63 | 305,92 | 142,8 | 518,74 | 9,09 | 269,36 | 8,75 | 177,91 |
| Итого за день | | 1440 | 53,9 | 61,1 | 198,8 | 1558,9 | 0,77 | 0,81 | 543,13 | 1,83 | 58,85 | 2662 | 2259,72 | 609,47 | 235,55 | 885,08 | 12,41 | 285,34 | 31,18 | 243,69 |
| Пятница, 1-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-1о | Омлет натуральный | 200 | 16,9 | 24 | 4,3 | 300,7 | 0,09 | 0,54 | 243,72 | 2,91 | 0,4 | 332,84 | 240,11 | 146 | 22,33 | 270,22 | 2,79 | 55,54 | 34,74 | 83,5 |
| 23 | Чай витаминизированный | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,6 | 21,1 | 0 | 0,02 | 0,73 | 0 | 3,69 | 1,6 | 50,58 | 78,65 | 8,57 | 15,09 | 1,49 | 0 | 0,04 | 0 |
| Пром. | Банан | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 | 0,05 | 0,07 | 26 | 0 | 13 | 40,3 | 452,4 | 10,4 | 54,6 | 36,4 | 0,78 | 0,07 | 1,3 | 2,86 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | 0,06 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 249,5 | 46,5 | 10 | 7 | 32,5 | 0,55 | 1,6 | 3 | 7,25 |
| Итого за завтрак | | 580 | 23,2 | 25,2 | 60,8 | 561,9 | 0,2 | 0,65 | 270,45 | 2,91 | 17,09 | 624,24 | 789,59 | 245,05 | 92,5 | 354,21 | 5,61 | 57,21 | 39,08 | 93,61 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 100 | 1,2 | 0,1 | 3,7 | 20,8 | 0,04 | 0,04 | 48,67 | 0 | 26,67 | 8 | 243,67 | 28,33 | 16,67 | 33 | 0,7 | 2,67 | 0,33 | 15,67 |
| 304-У | Рис отварной | 180 | 4,2 | 5,2 | 42,9 | 235 | 0,04 | 0,03 | 19,44 | 0,09 | 0 | 7,64 | 54,58 | 6,01 | 27,67 | 84,88 | 0,57 | 0,89 | 8,51 | 32 |
| 234-У | Котлеты рыбные, запечённые под сметанно-луковым соусом | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,5 | 0,13 | 0,18 | 52,12 | 1,77 | 4,33 | 173,3 | 334,92 | 117,72 | 33,65 | 207,9 | 1,93 | 102,61 | 19,14 | 475,28 |
| 392,32-У | Пельмени «Детские» отварные с бульоном\* | 250 | 22,5 | 23,4 | 38,7 | 455,4 | 0,22 | 0,21 | 96,75 | 1,14 | 7,36 | 252,35 | 365,26 | 97,68 | 34,09 | 212,24 | 3,31 | 40,81 | 5,67 | 76,67 |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 | 0,01 | 0,02 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,38 | 14,99 | 15,25 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 880 | 47,7 | 40,4 | 145,6 | 1137,7 | 0,54 | 0,53 | 235,64 | 3 | 54,98 | 690,8 | 1294,97 | 329,52 | 155,27 | 643,27 | 9,42 | 149,98 | 37,18 | 618,92 |
| Итого за день | | 1460 | 70,9 | 65,6 | 206,4 | 1699,6 | 0,74 | 1,18 | 506,09 | 5,91 | 72,07 | 1315,04 | 2084,56 | 574,57 | 247,77 | 997,48 | 15,03 | 207,19 | 76,26 | 712,53 |
| Понедельник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,20 | Салат-коктейль фруктовый | 120 | 0,8 | 0,4 | 14,3 | 63,7 | 0,04 | 0,03 | 7,8 | 0 | 42 | 23,44 | 285,11 | 30,11 | 13,2 | 20,4 | 1,51 | 2,4 | 0,48 | 15 |
| 377 | Чай фруктовый | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 | 0,01 | 0,03 | 6,05 | 0 | 41,45 | 8,59 | 130,95 | 82,2 | 16,1 | 24,95 | 1,98 | 0,22 | 0,23 | 3,55 |
| 396 | Блины со сгущённым молоком | 200 | 15,6 | 13,7 | 87,5 | 535,5 | 0,23 | 0,38 | 44,02 | 0 | 2,01 | 111,02 | 431,31 | 272,99 | 44,41 | 274,11 | 1,32 | 15,32 | 8,58 | 55,78 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Итого за завтрак | | 550 | 19,3 | 14,5 | 123,6 | 701,9 | 0,31 | 0,45 | 57,87 | 0 | 85,46 | 292,75 | 875,27 | 391,3 | 77,91 | 338,96 | 5,14 | 18,9 | 11,09 | 78,68 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20,14 | Салат из свёклы с маслом растительным | 100 | 1,4 | 2,6 | 8,4 | 62,5 | 0,02 | 0,04 | 1,9 | 0 | 9,5 | 172,73 | 273,63 | 36,38 | 20,97 | 41,15 | 1,34 | 19,98 | 0,67 | 19 |
| 54-1с | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 5,8 | 7 | 7,1 | 115,3 | 0,03 | 0,04 | 131,18 | 0 | 13,46 | 123,15 | 230 | 46,84 | 16,41 | 38,72 | 0,6 | 19,06 | 0,42 | 18,45 |
| 54-1г | Макароны отварные | 180 | 6,4 | 5,9 | 39,4 | 236,2 | 0,08 | 0,03 | 22,03 | 0,11 | 0 | 178,84 | 64,56 | 127 | 8,63 | 48,84 | 0,88 | 24,92 | 0,07 | 14,3 |
| 299-У | Крокеты «Детские» | 100 | 21,5 | 18,8 | 23,7 | 350,1 | 0,16 | 0,3 | 262,11 | 1,59 | 28,68 | 373,69 | 473,94 | 138,9 | 39,97 | 252,01 | 4,24 | 53,16 | 4,24 | 79,16 |
| 349,10 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,7 | 0 | 26,8 | 110 | 0,32 | 0,45 | 134,33 | 2,67 | 12,47 | 0,06 | 0,2 | 69,35 | 2,95 | 6,03 | 0,11 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 39,5 | 35 | 127,5 | 983,5 | 0,46 | 0,54 | 450,82 | 2,2 | 54,06 | 1092,09 | 1183,38 | 406,24 | 115,87 | 474,17 | 9,48 | 119,76 | 8,7 | 145,31 |
| Итого за день | | 1440 | 58,8 | 49,5 | 251,1 | 1685,4 | 0,77 | 0,99 | 508,69 | 2,20 | 139,52 | 1384,84 | 2058,65 | 797,54 | 193,78 | 813,13 | 14,62 | 138,66 | 19,79 | 223,99 |
| Вторник, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2,47-У | Каша пшённая молочная  с маслом сливочным | 250 | 8,9 | 12,2 | 40,4 | 306,8 | 0,19 | 0,18 | 51,15 | 0,16 | 0,65 | 163,09 | 242,31 | 178,62 | 51,4 | 202,74 | 1,33 | 28,5 | 3,5 | 39,35 |
| 381 | Кофейный напиток | 200 | 0,5 | 0,3 | 5,6 | 26,7 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,24 | 25,2 | 63,96 | 7,4 | 11,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |
| 740.02-У | Шанежка наливная | 80 | 8 | 4,5 | 37,1 | 220,8 | 0,08 | 0,07 | 24,88 | 0,16 | 0,02 | 202,58 | 77,6 | 72,86 | 12,21 | 90,22 | 0,78 | 21,47 | 5 | 15,42 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 0,02 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 99,8 | 18,6 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 | 0,64 | 1,2 | 2,9 |
| Итого за завтрак | | 550 | 18,9 | 17,2 | 92,9 | 601,2 | 0,29 | 0,26 | 76,07 | 0,32 | 0,67 | 465,71 | 363,71 | 319,44 | 73,81 | 317,36 | 2,73 | 50,61 | 9,7 | 57,67 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка\* | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,4 | 19,4 | 0,05 | 0,04 | 103,17 | 0 | 22,5 | 6,63 | 242,17 | 26,67 | 19,83 | 37,17 | 0,81 | 2,64 | 0,35 | 26,17 |
| 81-У | Свекольник | 250 | 5,7 | 7,8 | 12,1 | 141,7 | 0,03 | 0,04 | 140,21 | 0,05 | 9,28 | 375,65 | 255,4 | 40,85 | 21,15 | 40,51 | 1,06 | 4,54 | 0,47 | 22,58 |
| 391-У | Пельмени «Детские» отварные\* | 150 | 24,1 | 22,8 | 46,2 | 486,5 | 0,27 | 0,25 | 45,54 | 1,31 | 3,73 | 300,4 | 393,14 | 95,12 | 34,29 | 247,78 | 3,85 | 48,96 | 7,08 | 81,53 |
| 331 | Соус сметанно-томатный | 50 | 1,6 | 4,3 | 3,4 | 59 | 0,01 | 0,02 | 26,1 | 0,04 | 0,54 | 4,13 | 43,66 | 11,57 | 3,39 | 13,16 | 0,15 | 1,18 | 0,3 | 3,03 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,3 | 0 | 0,02 | 1,03 | 0 | 1,49 | 1,75 | 51,35 | 81,34 | 8,95 | 16,62 | 1,66 | 0 | 0,01 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 810 | 36,9 | 35,9 | 94,1 | 847,3 | 0,46 | 0,42 | 316,05 | 1,4 | 37,54 | 932,16 | 1126,72 | 272,95 | 115,81 | 445,24 | 9,87 | 59,96 | 11,51 | 147,71 |
| Итого за день | | 1360 | 55,8 | 53,1 | 187 | 1448,5 | 0,84 | 0,68 | 392,12 | 1,72 | 38,25 | 1397,87 | 1490,43 | 592,39 | 189,62 | 762,6 | 12,6 | 110,57 | 21,21 | 205,38 |
| Среда, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Молоко сгущённое | 30 | 2,2 | 2,6 | 16,7 | 98,2 | 0,02 | 0,11 | 14,1 | 0 | 0,3 | 39 | 109,5 | 92,1 | 10,2 | 65,7 | 0,06 | 2,1 | 0,9 | 10,5 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 0,04 | 0,16 | 17,25 | 0 | 0,68 | 49,95 | 220,33 | 167,68 | 34,32 | 130,28 | 1,09 | 11,7 | 2,29 | 38,25 |
| 394-У | Вареники с творогом | 170 | 20,2 | 19,4 | 50,1 | 455,9 | 0,11 | 0,21 | 62,7 | 0,35 | 0,83 | 194,45 | 170,95 | 128,37 | 27,84 | 207,36 | 1,21 | 9,01 | 24,68 | 43,44 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0,96 | 1,8 | 4,35 |
| Пром. | Яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | 0,04 | 0,02 | 6 | 0 | 12 | 31,2 | 333,6 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 2,4 | 0,36 | 9,6 |
| Итого за завтрак | | 550 | 29,9 | 26,2 | 105,9 | 778,1 | 0,24 | 0,51 | 100,05 | 0,35 | 13,81 | 464,3 | 862,28 | 413,35 | 87,36 | 436,04 | 5,33 | 26,17 | 30,03 | 106,14 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,05-У | Закуска овощная\* | 100 | 1,7 | 3,4 | 4,9 | 57,4 | 0,03 | 0,04 | 19,45 | 0 | 43,5 | 141,67 | 292,99 | 51,03 | 15,91 | 30,55 | 0,62 | 16,21 | 0,31 | 12,83 |
| 102-У | Суп картофельный с горохом | 250 | 9,1 | 5,9 | 18,8 | 164,8 | 0,17 | 0,06 | 136,26 | 0 | 5,16 | 11,09 | 424,57 | 32,06 | 34,3 | 95,4 | 1,74 | 4,64 | 2,48 | 34,41 |
| 54-26г | Рис с овощами | 180 | 3,8 | 6,8 | 31,2 | 201,4 | 0,05 | 0,04 | 322,42 | 0 | 1,59 | 288,31 | 111,85 | 20,82 | 31,39 | 80,96 | 0,69 | 25,87 | 5,57 | 37,56 |
| 23-У | Наггетсы «Детские»\* | 100 | 19,7 | 18,9 | 19,2 | 325,5 | 0,12 | 0,23 | 79,5 | 1,22 | 4,18 | 271,73 | 255,14 | 98,01 | 27,48 | 198,7 | 2,83 | 15,04 | 5,96 | 123,07 |
| 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 | 0 | 0,02 | 1,08 | 0 | 1,8 | 2,13 | 56,27 | 11,6 | 9,28 | 17,38 | 1,68 | 0 | 0,02 | 0,4 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 38,7 | 35,8 | 103,1 | 890,2 | 0,47 | 0,44 | 558,71 | 1,22 | 56,23 | 958,53 | 1281,82 | 230,92 | 146,56 | 512,99 | 9,9 | 64,4 | 17,64 | 222,67 |
| Итого за день | | 1440 | 68,6 | 62 | 209 | 1768,3 | 0,80 | 0,95 | 658,76 | 1,57 | 70,04 | 1422,83 | 2144,1 | 644,27 | 233,92 | 949,03 | 15,23 | 90,57 | 47,67 | 328,81 |
| Четверг, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-32з | Морковь в нарезке | 60 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,2 | 0,04 | 0,04 | 1200 | 0 | 3 | 12,6 | 120 | 16,2 | 22,8 | 33 | 0,42 | 3 | 0,06 | 33 |
| 54-1г | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 0,06 | 0,02 | 18,36 | 0,09 | 0 | 149,04 | 53,8 | 105,83 | 7,19 | 40,7 | 0,73 | 20,77 | 0,06 | 11,92 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными\* | 80 | 12,5 | 16,6 | 17,4 | 268,7 | 0,09 | 0,15 | 109,6 | 0,99 | 4,59 | 246,58 | 278,08 | 76,55 | 25,32 | 151,85 | 2,55 | 40,33 | 2,61 | 51,28 |
| 377 | Чай фруктовый | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 | 0,01 | 0,03 | 6,05 | 0 | 41,45 | 8,59 | 130,95 | 82,2 | 16,1 | 24,95 | 1,98 | 0,22 | 0,23 | 3,55 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 299,4 | 55,8 | 12 | 8,4 | 39 | 0,66 | 1,92 | 3,6 | 8,7 |
| Итого за завтрак | | 550 | 23,8 | 22,3 | 90,8 | 658,7 | 0,27 | 0,26 | 1334,0 | 1,08 | 49,04 | 716,21 | 638,63 | 292,78 | 79,81 | 289,5 | 6,34 | 66,24 | 6,56 | 108,45 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 302-У | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,3 | 8,4 | 40,6 | 275,3 | 0,24 | 0,13 | 26,86 | 0,12 | 0 | 37 | 248,42 | 16,27 | 135,82 | 204,73 | 4,57 | 2,57 | 4 | 18,21 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,7 | 6,9 | 19,4 | 166,7 | 0,08 | 0,06 | 122,43 | 0 | 6,6 | 6,04 | 395,66 | 13,82 | 21,01 | 57,01 | 0,9 | 4,98 | 0,23 | 34,3 |
| 54-6о | Яйцо варёное | 30 | 3,6 | 3 | 0,2 | 42,4 | 0,02 | 0,11 | 46,8 | 0,66 | 0 | 30,55 | 34,86 | 14,52 | 3,13 | 50,11 | 0,65 | 6 | 8,1 | 16,5 |
| 280-У | Фрикадельки «Детские»\* | 90 | 10,1 | 13,2 | 14,2 | 215,7 | 0,08 | 0,14 | 125,18 | 0,89 | 3,77 | 68,19 | 230,99 | 79,64 | 20,08 | 122,86 | 2,04 | 12,61 | 2,03 | 38,31 |
| 519,01 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,3 | 104,4 | 0,12 | 0,16 | 54,66 | 0,84 | 20,52 | 5,93 | 155,38 | 16,02 | 14,96 | 15,23 | 0,57 | 0,36 | 0,23 | 4,9 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 810 | 34,2 | 32,3 | 123,5 | 921,9 | 0,64 | 0,65 | 375,93 | 2,51 | 30,89 | 391,31 | 1206,31 | 157,67 | 223,2 | 539,94 | 11,07 | 29,16 | 17,89 | 126,62 |
| Итого за день | | 1360 | 58 | 54,6 | 214,3 | 1580,6 | 0,91 | 1,27 | 1655,9 | 3,59 | 79,93 | 1107,52 | 1844,94 | 450,45 | 303,01 | 829,44 | 17,41 | 95,4 | 24,45 | 235,07 |
| Пятница, 2-я неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 219- У | Сырники творожные | 150 | 29,7 | 13,4 | 22,6 | 329,9 | 0,07 | 0,31 | 36,48 | 0,14 | 0,27 | 48,98 | 155,67 | 201,51 | 30,8 | 285,8 | 0,85 | 13,74 | 38,52 | 51,59 |
| 334-У | Соус ягодный сладкий | 50 | 0,2 | 0 | 10,1 | 41,7 | 0,01 | 0,01 | 40,09 | 0 | 2,03 | 0,77 | 66,27 | 18,25 | 2 | 6,53 | 0,19 | 0,25 | 0,03 | 2,75 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,3 | 0 | 0,02 | 1,03 | 0 | 1,49 | 1,75 | 51,35 | 81,34 | 8,95 | 16,62 | 1,66 | 0 | 0,01 | 0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | 0,04 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 199,6 | 37,2 | 8 | 5,6 | 26 | 0,44 | 1,28 | 2,4 | 5,8 |
| Пром. | Банан | 120 | 1,8 | 0,6 | 25,2 | 113,4 | 0,05 | 0,06 | 24 | 0 | 12 | 37,2 | 417,6 | 9,6 | 50,4 | 33,6 | 0,72 | 0,06 | 1,2 | 2,64 |
| Итого за завтрак | | 560 | 35,1 | 14,4 | 82,8 | 602,1 | 0,17 | 0,41 | 101,6 | 0,14 | 15,79 | 288,3 | 728,09 | 318,7 | 97,75 | 368,55 | 3,86 | 15,33 | 42,16 | 62,78 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти»\* | 100 | 1,2 | 0,1 | 3,7 | 20,8 | 0,04 | 0,04 | 48,67 | 0 | 26,67 | 8 | 243,67 | 28,33 | 16,67 | 33 | 0,7 | 2,67 | 0,33 | 15,67 |
| 54-6с | Суп картофельный с клецками | 250 | 5,8 | 4,1 | 14,2 | 117 | 0,06 | 0,05 | 126,79 | 0,06 | 4,61 | 72,52 | 277,65 | 16,6 | 15,93 | 44,96 | 0,68 | 12,86 | 1,18 | 26,53 |
| 311-У | Картофель отварной | 180 | 4,9 | 6 | 29,1 | 189,8 | 0,17 | 0,17 | 26,57 | 0,08 | 14,68 | 62,17 | 915,54 | 74,64 | 42,7 | 134,68 | 1,48 | 13,86 | 1,43 | 64,97 |
| 267.66- У | Крокеты с кабачком\* | 100 | 13,6 | 19,3 | 17 | 295,9 | 0,16 | 0,19 | 166,57 | 1,31 | 6,03 | 63,59 | 272,02 | 95,41 | 24,7 | 154,95 | 2,39 | 15,26 | 3,36 | 83,39 |
| Пром. | Сок яблочный | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 243,6 | 141 | 17,4 | 28,2 | 90 | 2,34 | 2,64 | 3,3 | 14,4 |
| Итого за обед | | 890 | 34 | 31,2 | 118,9 | 891,9 | 0,58 | 0,56 | 362,69 | 1,67 | 58,21 | 591,1 | 2124,56 | 260,59 | 141,35 | 502,77 | 10,82 | 65,46 | 13,34 | 217,79 |
| Итого за день | | 1450 | 68,7 | 45,5 | 205,9 | 1507,5 | 0,80 | 1 | 409,06 | 2,23 | 164 | 880,16 | 2869,65 | 511,28 | 237,66 | 870,06 | 14,49 | 80,99 | 55,53 | 281,37 |

Таблица 3.

Варианты замены блюд

| № рец. | Приём пищи,  наименование блюда | Масса | Пищевые вещества | | | Энерге-тичес-кая цен-ность | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| бел-ки, г | жи-ры, г | угле-воды, г | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Замена сезонных блюд | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Овощная нарезка |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 117 | Овощная закуска из консервированных продуктов (сезонность) | 60 | 1,2 | 0,2 | 4,3 | 23,2 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 10,44 | 399 | 90 | 15,9 | 4,8 | 24,3 | 0,3 | 0 | 0,18 | 2,1 |
| 15 | Овощи натуральные, порционно, зелёный горошек | 60 | 2,8 | 0,1 | 4,5 | 30,4 | 0,15 | 0,09 | 24,12 | 0 | 6 | 0,91 | 141,93 | 13,73 | 19,84 | 63,68 | 0,37 | 0,76 | 1,73 | 4,5 |
| 17 | Нарезка овощная «Ассорти» |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 117 | Овощная закуска из консервированных продуктов (сезонность) | 60 | 1,2 | 0,2 | 4,3 | 23,2 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 10,44 | 399 | 90 | 15,9 | 4,8 | 24,3 | 0,3 | 0 | 0,18 | 2,1 |
| 16 | Овощи натуральные, порционно, кукуруза | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,3 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 1,15 | 182,4 | 0 | 2,64 | 0 | 26,1 | 0,21 | 0 | 0 | 0 |
| 60 | Салат из моркови  с яблоками |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 160 | Закуска фруктовая (сезонность) | 60 | 0,4 | 0 | 5,4 | 23,4 | 0,01 | 0,01 | 158,7 | 0 | 0,46 | 2,49 | 80,25 | 9,17 | 7,84 | 11,11 | 0,2 | 0,6 | 0,01 | 6,6 |
| 0,05-У | Закуска овощная |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 113 | Овощная нарезка (свёкла в нарезке, зелень) (сезонность) | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,1 | 0,01 | 0,03 | 26,79 | 0 | 9,72 | 26,66 | 183,1 | 28,16 | 14,44 | 26,55 | 0,85 | 4,04 | 0,41 | 17,2 |
| Замена блюд с учётом национальных особенностей | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 295-У | Котлета куриная |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 295-У | Котлета «Солнечногорская» (халяль) | 90 | 19,2 | 27,8 | 25,8 | 430 | 0,16 | 0,29 | 267,34 | 2 | 7,61 | 429,42 | 334,33 | 166,74 | 35,76 | 223,34 | 3,48 | 23,64 | 5 | 122,42 |
| 392,32-У | Пельмени «Детские» отварные с бульоном |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392,32-У | Пельмени «Аппетитные» с бульоном (халяль) | 200 | 16,9 | 10,7 | 25,6 | 266,7 | 0,08 | 0,1 | 43,18 | 0,11 | 2,32 | 185,18 | 190,96 | 28,26 | 18,95 | 132,7 | 1,64 | 24,89 | 3,43 | 84,48 |
| 267,71-У | Шницель «Тотоша», запечённый с овощами |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 279,36 | Тефтели из говядины (халяль) с овощами тушёными | 90 | 14 | 17,5 | 19,7 | 292,3 | 0,1 | 0,18 | 85,64 | 1,11 | 4,67 | 206,97 | 308,03 | 95,01 | 27,75 | 170,38 | 2,79 | 35,68 | 3,34 | 51,82 |
| 391-У | Пельмени «Детские» отварные |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 392,32-У | Пельмени «Аппетитные» (халяль) | 150 | 25,6 | 19,8 | 46,5 | 466,5 | 0,17 | 0,25 | 94,77 | 1,28 | 6,86 | 305,39 | 373,87 | 108,56 | 35,43 | 248,16 | 3,65 | 47,33 | 6,68 | 131,25 |
| 23-У | Наггетсы «Детские» |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 295-У | Котлета «Солнечногорская» (халяль) | 90 | 19,2 | 27,8 | 25,8 | 430 | 0,16 | 0,29 | 267,34 | 2 | 7,61 | 429,42 | 334,33 | 166,74 | 35,76 | 223,34 | 3,48 | 23,64 | 5 | 122,42 |
| 279-У | Тефтели «Детские» с овощами тушёными |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 279,36 | Тефтели из говядины  (халяль) с овощами тушёными | 80 | 12,5 | 15,6 | 17,5 | 259,9 | 0,08 | 0,16 | 76,12 | 0,99 | 4,15 | 183,98 | 273,8 | 84,45 | 24,67 | 151,45 | 2,48 | 31,71 | 2,97 | 46,06 |
| 280-У | Фрикадельки «Детские» |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102,74 | Фрикадельки «Школьные» (халяль) | 90 | 22,4 | 25,8 | 22,2 | 410,6 | 0,15 | 0,31 | 60,26 | 2 | 6,98 | 158,2 | 458,51 | 161,76 | 35,96 | 266,11 | 4,44 | 27,59 | 3,91 | 75,46 |
| 267.66- У | Крокеты с кабачком |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 299 | Крокеты из говядины (халяль) | 90 | 17,6 | 15,6 | 30,2 | 331,2 | 0,16 | 0,27 | 224,88 | 1,85 | 24,4 | 314,82 | 413,06 | 152,52 | 38,13 | 216,03 | 3,97 | 43,78 | 5,91 | 61,76 |
| Замена отдельных блюд для вариативности меню | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 342-У | Компот из консервированных плодов |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 344-У | Компот из смеси фруктов | 200 | 0,51 | 0,04 | 12,98 | 54,3 | 0,01 | 0,02 | 35,28 | 0 | 0,56 | 3,33 | 171,09 | 65,44 | 10,26 | 14,18 | 0,49 | 0,2 | 0 | 0,8 |
| 15 | Компот из яблок и вишни |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15-У | Компот из яблок | 200 | 0,17 | 0,16 | 21,92 | 89,8 | 0,12 | 0,15 | 37,35 | 0,84 | 5,8 | 8,97 | 104,08 | 6,52 | 3,51 | 4,31 | 0,89 | 0,9 | 0,1 | 3,6 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,38 | 0 | 21,65 | 88,2 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0,57 | 40 | 1,72 | 3,47 | 0 | 0,8 | 0 | 0 |
| 219-У | Сырники творожные |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 223.23 | Запеканка творожная с соусом молочным | 150/ 50 | 34,05 | 11,03 | 19,33 | 312,8 | 0,08 | 0,44 | 55,55 | 0,1 | 0,83 | 97,63 | 282,84 | 329,46 | 45,24 | 382,97 | 0,86 | 23,5 | 42,7 | 72,5 |
| 330 | Соус сладкий сметанный |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 331-У | Соус сладкий фруктовый | 50 | 0,24 | 0,15 | 16,32 | 67,7 | 0,01 | 0,01 | 2,38 | 0 | 13,85 | 9,06 | 104,96 | 34,62 | 6,29 | 9 | 0,69 | 0,7 | 0,3 | 4,7 |
| Пром. | Сок абрикосовый |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 418 | Сок яблочный или мультифруктовый | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 0,02 | 0 | 0 | 4 | 12 | 240 | 14 | 8 | 14 | 2,8 | 0 | 0 | 0 |
| 54-7хн | Компот из смородины |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 345.27 | Компот из яблок с шиповником | 200 | 0,2 | 0,1 | 14,77 | 60,8 | 0,05 | 0,08 | 42,81 | 0,42 | 22,4 | 2,46 | 25,35 | 4,19 | 1,52 | 1,7 | 0,34 | 0,2 | 0 | 0,8 |
| 23  377  54,19-гн | Чай витаминизированный, чай фруктовый, чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 430 | Чай чёрный с сахаром | 200 | 0,4 | 0,1 | 14,97 | 62,4 | 0,08 | 0,11 | 31 | 0,42 | 32 | 1,74 | 49,9 | 10,1 | 8,8 | 16,5 | 1,67 | 0 | 0 | 0 |
| 171 | Каша рассыпчатая пшённая |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 171.05 | Каша рассыпчатая гречневая | 100 | 5,45 | 1,34 | 23,9 | 129,4 | 0,14 | 0,07 | 0,55 | 0 | 0 | 29,49 | 145,09 | 8,53 | 80,12 | 119,26 | 2,69 | 1,5 | 2,3 | 10,6 |
| 15 | Напиток абрикосовый |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15-У | Компот из яблок | 200 | 0,17 | 0,16 | 21,92 | 89,8 | 0,12 | 0,15 | 37,35 | 0,84 | 5,8 | 8,97 | 104,08 | 6,52 | 3,51 | 4,31 | 0,89 | 0,9 | 0,1 | 3,6 |
| 394-У | Вареники с творогом |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 223 | Запеканка творожная | 130 | 24,46 | 12,13 | 21,96 | 294,8 | 0,06 | 0,31 | 54,12 | 0,26 | 0,27 | 72,85 | 153,65 | 198,57 | 31,08 | 275,84 | 0,87 | 13,4 | 37,2 | 47,9 |
| 15 | Напиток клюквенный |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 343-У | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 0,48 | 0,15 | 12,83 | 54,7 | 0 | 0,01 | 18,66 | 0 | 16,62 | 5,91 | 155,54 | 62,39 | 15 | 15,24 | 0,56 | 0,04 | 0,2 | 4,9 |

\*Масса блюд указана для возраста 7-11 лет, может корректироваться для обеспечения соответствия массы блюд для различных возрастов, указанных   
в санитарных правилах и нормах.

ПРИЛОЖЕНИЕ

к Типовому региональному

меню для организации

горячего питания обучающихся

в общеобразовательных организациях на территории

муниципального образования «Сенгилеевский район»

Ульяновской области

**ПЕРЕЧЕНЬ**

**пищевой продукции для использования при организации питания в общеобразовательных организациях при реализации**

**типового регионального меню**

| №  п/п | Наименование пищевой продукции | Характеристики пищевой продукции  (соответствие требованиям\*) |
| --- | --- | --- |

| 1 | 2 | 3 |
| --- | --- | --- |
|  | Абрикосы свежие | ГОСТ 32787/2014 |
|  | Абрикосы сушёные без косточки (курага) | ГОСТ 32896-2014 |
|  | Апельсины свежие | ГОСТ 34307/2017 |
|  | Баклажаны свежие | ГОСТ 31821-2022 |
|  | Бананы свежие | ГОСТ Р 51603-2000 |
|  | Брусника быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Варенье | ГОСТ 34113-2017 |
|  | Виноград сушёный | ГОСТ 6882-88 |
|  | Вишня быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Гopox шлифованный, целый или колотый | ГОСТ 6201-2020 |
|  | Горошек зелёный быстрозамороженный | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Горошек зелёный консервированный | ГОСТ 34112-2017 |
|  | Груши свежие | ГОСТ 33499/2015 |
|  | Джем | ГОСТ 31712-2012 |
|  | Зелень свежая (лук, укроп) | ГОСТ 34214-2017,  ГОСТ 32856-2014 |
|  | Йогурт или биойогурт | ГОСТ 31981/2013 |
|  | Кабачки (цукини) быстрозамороженные | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Кабачки свежие | ГОСТ 31822-2012 |
|  | Какао-напиток витаминизированный быстрорастворимый | ГОСТ 108-2014 |
|  | Капуста белокочанная свежая раннеспелая, среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая | ГОСТ Р 51809-2001 |
|  | Капуста брокколи быстрозамороженная | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Капуста брюссельская быстрозамороженная | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Капуста квашеная | ГОСТ 34220-2017 |
|  | Капуста китайская (пекинская) свежая | ГОСТ 34323-2017 |
|  | Капуста свежая очищенная, в вакуумной упаковке (белокочанная или краснокочанная) | ТУ изготовителя |
|  | Капуста цветная быстрозамороженная | ГОСТ Р 54683-2011 |
|  | Капуста цветная свежая | ГОСТ 33952-2016. |
|  | Картофель продовольственный свежий | ГОСТ 7176-2017 |
|  | Картофель свежий очищенный, в вакуумной упаковке | ТУ изготовителя |
|  | Киви свежие | ГОСТ 31823/2012 |
|  | Кисель | ГОСТ 18488-2000 |
|  | Кислота лимонная | ГОСТ 908-2004 |
|  | Клубника быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Клюква быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Икра овощная из кабачков | ГОСТ 2654-2017 |
|  | Консервы рыбные | ГОСТ 7452-2014,  ГОСТ 32156-2013 |
|  | Крахмал картофельный | ГОСТ Р 53876-2010 |
|  | Крупа гречневая ядрица | ГОСТ 5550-2021 |
|  | Крупа кукурузная шлифованная | ГОСТ 6002-2022 |
|  | Крупа манная | ГОСТ 7022-2019 |
|  | Крупа овсяная | ГОСТ 3034-2021 |
|  | Крупа пшеничная | ГОСТ 276-2022 |
|  | Крупа пшено шлифованное | ГОСТ 572-2016 |
|  | Крупа рис шлифованный | ГОСТ 6292-93 |
|  | Крупа ячменная, перловая | ГОСТ 5784-60 |
|  | Кукуруза сахарная в зёрнах, консервированная | ГОСТ 34114-2017 |
|  | Лавровый лист | ГОСТ 17594-81 |
|  | Лимоны свежие | ГОСТ 34307/2017 |
|  | Лук репчатый свежий | ГОСТ 34306-2017 |
|  | Лук репчатый свежий очищенный в вакуумной упаковке | ТУ изготовителя |
|  | Мак пищевой | ГОСТ Р 52533-2006 |
|  | Макаронные изделия группы А (вермишель, лапша) яичные | ГОСТ 31743-2017 |
|  | Малина быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Мандарины свежие (не ниже 1-го сорта) | ГОСТ 34307/2017 |
|  | Масло подсолнечное | ГОСТ 1129-2013 |
|  | Масло сладкосливочное несолёное | ГОСТ 32261-2013 |
|  | Мёд натуральный | ГОСТ 19792-2017 |
|  | Молоко питьевое | ГОСТ 32252-2013,  ГОСТ 31450-2013 |
|  | Молоко цельное сгущенное с сахаром | ГОСТ 31688-2012 |
|  | Молоко стерилизованное концентрированное | ГОСТ 3254/2017 |
|  | Морковь столовая свежая | ГОСТ 32284-2013 |
|  | Мука пшеничная хлебопекарная | ГОСТ 26574-2017 |
|  | Мясо замороженное в блоках — говядина, для детского питания | ГОСТ 31799-2012 |
|  | Мясо индейки охлаждённое, замороженное | ГОСТ Р 52820-2007 |
|  | Натрий двууглекислый (сода пищевая) | ГОСТ 2156-76 |
|  | Нектарины свежие | ГОСТ 34340/2017 |
|  | Нектары фруктовые и фруктово-овощные | ГОСТ 32104-2013 |
|  | Огурцы консервированные без добавления уксуса | ТУ производителя |
|  | Огурцы свежие | ГОСТ 33932-2016 |
|  | Огурцы солёные стерилизованные (консервированные без добавления уксуса) | ГОСТ 34220-2017 |
|  | Перец сладкий свежий | ГОСТ 34325-2017 |
|  | Плоды шиповника сушёные | ГОСТ 1994-93 |
|  | Повидло | ГОСТ 32099-2013 |
|  | Полуфабрикаты мясные крупнокусковые бескостные | ГОСТ Р 54754-2021 |
|  | Полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса индейки охлаждённые, замороженные | ГОСТ 31465-2012 |
|  | Полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса кур и мяса цыплят-бройлеров охлаждённые, замороженные | ГОСТ 31465-2012 |
|  | Полуфабрикаты мясные рубленые замороженные, для детского питания | ГОСТ 32967-2014,  ГОСТ 34846-2022 |
|  | Полуфабрикаты в тесте замороженные, для детского питания | ГОСТ 32967-2014,  ГОСТ 32750-2014 |
|  | Редис свежий | ГОСТ 34216-2017 |
|  | Рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай, хек, окунь морской, судак, кефаль, горбуша, кета, нерка, сёмга, форель) | ГОСТ 32366-2013 |
|  | Салат свежий (листовой, кочанный) | ГОСТ 33985-2016 |
|  | Сахар-песок или сахар белый кристаллический | ГОСТ 33222-2015 |
|  | Сахар-песок или сахар белый кристаллический порционный | ГОСТ 33222-2015 |
|  | Свёкла свежая очищенная, в вакуумной упаковке | ТУ изготовителя |
|  | Свёкла столовая свежая | ГОСТ 32285-2013 |
|  | Сиропы на плодово-ягодном, плодовом или ягодном сырье (без консервантов) в ассортименте | ГОСТ 28499-2014 |
|  | Слива свежая | ГОСТ 32286/2013 |
|  | Сметана | ГОСТ 31452-2012 |
|  | Смородина черная быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
|  | Соль поваренная пищевая выварочная йодированная | ГОСТ Р 51574-2018 |
|  | Субпродукты—печень | ГОСТ 31799-2012 |
|  | Сухари панировочные из хлебных сухарей высшего сорта | ГОСТ 28402-89 |
|  | Сыры полутвёрдые | ГОСТ 32260-2013 |
|  | Творог (не выше 9 % жирности) | ГОСТ 31453-2013 |
|  | Томатная паста или томатное пюре без соли | ГОСТ 3343-2017 |
|  | Томаты свежие | ГОСТ 34298-2017 |
|  | Тушки цыплят-бройлеров потрошённые охлаждённые, замороженные | ГОСТ Р 52306-2005 |
|  | Фасоль продовольственная белая или красная | ГОСТ 21149-2022 |
|  | Фруктовая смесь быстрозамороженная | ГОСТ 33823-2016 |
| 100. | Фрукты косточковые сушёные (чернослив) | ГОСТ 32896-2014 |
| 101. | Хлеб белый из пшеничной муки | ГОСТ 26987-86,  ГОСТ 31752-2012. |
| 102. | Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной | ГОСТ 31752-2012  ГОСТ 31807-2018  ГОСТ 26983-2015 |
| 103. | Хлеб зерновой | ГОСТ 25832-89 |
| 104. | Хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обогащённый витаминами и минералами | ТУ изготовителя |
| 105. | Хлопья овсяные (вид геркулес, экстра) | ГОСТ 21149-2022 |
| 106. | Чай чёрный байховый в ассортименте | ГОСТ Р 32573-2013 |
| 107. | Черешня свежая | ГОСТ 33801/2016 |
| 108. | Яблоки свежие | ГОСТ 34314/2017 |
| 109. | Ядро ореха грецкого | ГОСТ 16833-2014 |
| 110. | Яйца куриные столовые | ГОСТ 31654-2012 |

В случае полной или частичной отмены (замены) ГОСТ, указанных в таблице,   
рекомендуется использовать ГОСТ, принятый взамен отменённого (изменённого).