

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ



2022 г. (1 день)

**Меню на 10.01.2022г. (понедельник 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |       |        |       | Выход | Наименование блюда                             | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|--------|-------|-------|--|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углев. | ККал  |       |  |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |        |       |       |  |                   |
| 5,73                    | 4,74  | 20,9   | 150,2 | 200   | Суп молочный с макаронными изделиями           | 21-26             |
|                         |       | 12     | 47,89 | 180   | Чай с сахаром                                  | 1-68              |
| 4,09                    | 4,6   | 0,49   | 60    | 20    | Сыр твердый порциями                           | 11-17             |
| 0,08                    | 7,25  | 0,13   | 66,09 | 10    | Масло сливочное                                | 5-80              |
| 0,32                    | 29    | 0,52   | 264,4 | 40    | Хлеб пшеничный                                 | 1-60              |
| 0,6                     | 0,6   | 14,7   | 70,5  | 150   | Фрукты свежие (сезонные)                       | 19-50             |
| 10,82                   | 46,19 | 48,8   | 659   |       |  | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |        |       |       |  |                   |
| 2,01                    | 5,17  | 13,7   | 110,5 | 200   | Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне | 4-45              |
| 12,98                   | 12,69 | 12,2   | 214,9 | 200   | Плов из птицы                                  | 32-32             |
| 0,16                    | 0,16  | 15,9   | 66,68 | 200   | Компот из свежих фруктов                       | 6-35              |
| 2,93                    | 0,53  | 17,3   | 85,33 | 40    | Хлеб ржано-пшеничный                           | 1-88              |
| 25,65                   | 26,1  | 120    | 818,6 |       |  | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |        |       |       |  |                   |
| 5,78                    | 9,01  | 31,79  | 248   | 170/5 | Макароны, запеченные с сыром                   | 12-32             |
| 1,9                     | 0,21  | 12,15  | 59    | 25    | Хлеб пшеничный                                 | 1=                |
| 0,2                     | 0     | 15     | 58    | 180   | Чай с сахаром                                  | 1-68              |
| 8                       | 9     | 59     | 365   |       |  | 15=               |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ



2022 г. (2 день)

**Меню на 11.09. 2022г. (вторник 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |        |          |        | Выход  | Наименование блюда  | Стоимость питания |
|-------------------------|--------|----------|--------|--------|---|-------------------|
| Белки                   | Жиры   | Углеводы | ККал   |        |   |                   |
| <u>Завтрак</u>          |        |          |        |        |   |                   |
| 16,46                   | 18,507 | 3,307    | 246,07 | 85     | <b>Омлет с сыром</b>                                      | 37-03             |
| 0,93                    | 0,06   | 1,95     | 12     | 20     | <b>Горошек зеленый консервированный</b>                   | 5-68              |
| 5,71                    | 4,8    | 20,82    | 150,86 | 180    | <b>Чай с молоком</b>                                      | 7-50              |
| 5,45                    | 5,73   | 32,28    | 202,74 | 30     | <b>Кексы, обогащенные витаминно-минеральным премиксом</b> | 10=               |
| 1,58                    | 0,2    | 9,66     | 47     | 20     | <b>Хлеб пшеничный</b>                                     | 0-80              |
| 30,13                   | 29,30  | 68,02    | 658,67 |        |   | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |        |          |        |        |   |                   |
| 10,8                    | 3,63   | 17,25    | 145,55 | 200    | <b>Суп картофельный с крупой</b>                          | 3-61              |
| 17,44                   | 10,27  | 5,21     | 183,67 | 200    | <b>Рагу из курицы</b>                                     | 28-45             |
| 0,26                    | 0,04   | 25,07    | 102,09 | 35     | <b>Салат из квашеной капусты</b>                          | 5-41              |
| 2,28                    | 0,27   | 13,86    | 66,3   | 200    | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>                        | 5-65              |
| 2,93                    | 0,53   | 17,33    | 85,33  | 40     | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>                               | 1-88              |
| 34,18                   | 17,82  | 80,22    | 619,18 |        |   | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |        |          |        |        |   |                   |
| 10,95                   | 11,85  | 49,65    | 350    | 150/30 | <b>Оладьи с повидлом</b>                                  | 13-32             |
| 0,2                     | 0      | 15       | 58     | 180    | <b>Чай с сахаром</b>                                      | 1-68              |
| 11                      | 12     | 65       | 408    |        |   | 15=               |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:



Директор МБОУ Шаминская СОШ

2022 г. (3 день)

**Меню на 12.01. 2022г. (среда 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |       |        |       | Выход   | Наименование блюда                                 | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|--------|-------|---------|--|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углевс | ККал  |         |  |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |        |       |         |  |                   |
| 12,98                   | 12,69 | 12,2   | 214,9 | 60      | Тефтели (2 вариант)                                | 25-30             |
| 0,53                    | 0,74  | 2,38   | 18,87 | 15      | Соус сметанный                                     | 4-67              |
| 3,33                    | 3,28  | 22,7   | 133,9 | 150     | Картофель отварной                                 | 12-35             |
| 0,33                    | 0,06  | 1,14   | 7,2   | 20      | Соленья в ассортименте                             | 3-14              |
| 3,04                    | 0,36  | 18,5   | 88,4  | 20      | Хлеб пшеничный                                     | 0-80              |
| 0,02                    |       | 11,9   | 48,15 | 30      | Кексы, обогащенные витаминно-минеральным премиксом | 10=               |
| 0,06                    | 0,01  | 12,2   | 50,27 | 180     | Напиток из плодов шиповника                        | 4-75              |
| 20,29                   | 17,14 | 80,9   | 561,7 |         |  | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |        |       |         |  |                   |
| 0,65                    | 3,1   | 6,55   | 57,95 | 200     | Суп картофельный с рисом                           | 3-66              |
| 13,29                   | 2,86  | 14,5   | 137   | 70/25   | Куры тушеные в соусе                               | 27-68             |
| 21,83                   | 19,95 | 37,5   | 418   | 150     | Макаронные изделия отварные с маслом               | 5-20              |
| 0,98                    | 4,27  | 5,88   | 65,8  | 30      | Салат из свеклы                                    | 1-03              |
| 2,93                    | 0,53  | 17,3   | 85,33 | 50      | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-35              |
| 1                       | 0,2   | 20,2   | 92    | 180     | Компот из смеси сухофруктов                        | 5-08              |
| 41,99                   | 26,91 | 110    | 856,6 |         |  | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |        |       |         |  |                   |
| 4,65                    | 5,62  | 12,75  | 169   | 150/5/5 | Каша манная молочная                               | 12-52             |
| 1,52                    | 0,16  | 9,72   | 47    | 20      | Хлеб пшеничный                                     | 0-80              |
| 0,2                     | 0     | 15     | 58    | 180     | Чай с сахаром                                      | 1-68              |
| 6                       | 6     | 37     | 274   |         |  | 15=               |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ

2022 г. (4 день)

**Меню на 13.01. 2022г. (четверг 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |       |          |       | Выход    | Наименование блюда                              | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|----------|-------|----------|---|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углевод. | ККал  |          |   |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |          |       |          |   |                   |
| 19,33                   | 11,03 | 25,26    | 281,8 | 150      | <b>Пудинг из творога запеченный со сметаной</b> | 31-03             |
| 0,39                    | 2,25  | 0,54     | 24,3  | 15       | <b>Молоко сгущенное с сахаром</b>               | 4-70              |
| 3,9                     | 3     | 17,28    | 107,9 | 180      | <b>Какао с молоком</b>                          | 7-57              |
| 4,09                    | 4,6   | 0,49     | 60    | 15       | <b>Сыр твердый порциями</b>                     | 8-51              |
| 0,8                     | 0,2   | 7,5      | 38    | 100      | <b>Яблоки свежие</b>                            | 8-40              |
| 3,04                    | 0,36  | 18,48    | 88,4  | 20       | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | 0-80              |
| 31,55                   | 21,44 | 69,55    | 600,4 |          |   | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |          |       |          |   |                   |
| 2,15                    | 3,2   | 10,27    | 79,83 | 200      | <b>Суп картофельный с клецками</b>              | 5-82              |
| 11,82                   | 7,97  | 9,46     | 157,6 | 35/25    | <b>Гуляш из говядины</b>                        | 30-23             |
| 5,63                    | 2,84  | 35,99    | 192,2 | 150      | <b>Пюре картофельное</b>                        | 2-84              |
| 2,28                    | 0,27  | 13,86    | 66,3  | 40       | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | 1-88              |
| 0,23                    | 0,05  | 17,62    | 68,59 | 180      | <b>Кисель</b>                                   | 4-23              |
| 25,7                    | 17,95 | 106,6    | 690   |          |   | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |          |       |          |   |                   |
| 6,93                    | 4,53  | 41,07    | 313   | 40/10/10 | <b>Бутерброд с сыром и маслом</b>               | 13-32             |
| 0,2                     | 0     | 15       | 58    | 180      | <b>Чай с сахаром</b>                            | 1-68              |
| 7                       | 5     | 56       | 371   |          |   | 15=               |

Зав.производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ

**Меню на 14.01. 2022г. (пятница 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |       |         |       | Выход    | Наименование блюда                   | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|---------|-------|----------|--------------------------------------|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углевод | ККал  |          |                                      |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |         |       |          |                                      |                   |
| 15,13                   | 16,66 | 2,14    | 219,1 | 50/50    | Гуляш из говядины                    | 39-44             |
| 0,1                     | 0,03  | 1,1     | 7     | 20       | Огурцы консервированные              | 3-97              |
| 8,69                    | 2,28  | 39,4    | 212,5 | 150      | Каша гречневая рассыпчатая           | 9-20              |
| 0,06                    | 0,01  | 12,19   | 50,27 | 180/15/7 | Чай с сахаром, лимоном               | 2-88              |
| 1,58                    | 0,2   | 9,66    | 47    | 20       | Хлеб пшеничный                       | 0-80              |
| 5,45                    | 5,73  | 32,28   | 202,7 | 50       | Булочка молочная                     | 4-72              |
| 31,01                   | 24,91 | 96,77   | 738,6 |          |                                      | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |         |       |          |                                      |                   |
| 9,59                    | 5,68  | 19,46   | 168,2 | 250      | Суп - лапша домашняя                 | 4-21              |
| 7,91                    | 6,13  | 33,89   | 223,1 | 60/20    | Котлеты по хлыновски (свинина)       | 26-81             |
| 3,6                     | 5,85  | 43,5    | 270   | 150      | Рис отварной                         | 6-45              |
| 0,46                    | 0,1   | 28,13   | 116,1 | 200      | Компот из смеси сухофруктов          | 5-65              |
| 2,93                    | 0,53  | 17,33   | 85,33 | 20/20    | Хлеб ржаной, пшеничный               | 1-88              |
| 20,89                   | 12,44 | 98,81   | 592,7 |          |                                      | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |         |       |          |                                      |                   |
| 7,9                     | 5,16  | 35,39   | 220   | 180      | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 12-52             |
| 1,52                    | 0,16  | 9,72    | 47    | 20       | Хлеб пшеничный                       | 0-80              |
| 0,2                     | 0     | 15      | 58    | 180      | Чай с сахаром                        | 1-68              |
| 10                      | 5     | 60      | 325   |          |                                      | 15=               |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:



Директор МБОУ Слободская СОШ

2022 г. (6 день)

**Меню на 14.01. 2022г.(понедельник 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |       |        |       | Выход    | Наименование блюда        | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|--------|-------|----------|---------------------------|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углево | ККал  |          |                           |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |        |       |          |                           |                   |
| 0,33                    | 0,06  | 1,14   | 7,2   | 20       | Помидоры соленые          | 5-06              |
| 10,86                   | 8,25  | 12,3   | 167,4 | 80       | Тефтели рыбные            | 26-64             |
| 3,33                    | 3,28  | 22,7   | 133,9 | 150      | Пюре картофельное         | 10-94             |
| 5,71                    | 4,8   | 20,8   | 150,9 | 180      | Какао с молоком           | 7-57              |
| 0,08                    |       | 12     | 48,6  | 20       | Хлеб пшеничный            | 0-80              |
|                         |       |        |       |          | Кексы, обогащенные        |                   |
| 3,04                    | 0,36  | 18,5   | 88,4  | 10       | витаминно-минеральным     | 10=               |
|                         |       |        |       |          | премиксом                 |                   |
| 23,35                   | 16,75 | 87,4   | 596,3 |          |                           | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |        |       |          |                           |                   |
| 10,96                   | 3,59  | 10,8   | 120,1 | 250      | Суп крестьянский с крупой | 2-98              |
| 12,52                   | 13,36 | 3,94   | 186,1 | 65       | Биточки куриные           | 30-23             |
|                         |       |        |       |          | припущенные               |                   |
| 3,9                     | 3,11  | 13,9   | 102   | 150      | Макаронные изделия        | 5-02              |
|                         |       |        |       |          | отварные                  |                   |
| 1                       | 0,2   | 20,2   | 92    | 200      | Компот из смеси           | 5-65              |
|                         |       |        |       |          | сухофруктов               |                   |
| 2,93                    | 0,53  | 17,3   | 85,33 | 20       | Хлеб пшеничный            | 0-94              |
| 31,31                   | 20,79 | 66,2   | 585,4 |          |                           | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |        |       |          |                           |                   |
| 0                       | 0     | 0      | 0     | 100      | Булочка молочная          | 11-08             |
| 0.3                     | 0     | 13.14  | 52    | 180/15/7 | Чай с сахаром, лимоном    | 3-92              |
| 0                       | 0     | 13     | 52    |          |                           | 15=               |

Зав.производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ

*Н. Ушакова*  
 2022 г. (7 день)

**Меню на 18.01. 2022г. (вторник 1 вариант)**

| Пищевая ценность               |       |         |       | Выход | Наименование блюда                       | Стоимость питания |
|--------------------------------|-------|---------|-------|-------|--|-------------------|
| Белки                          | Жиры  | Углевод | ККал  |       |  |                   |
| <b><u>Завтрак</u></b>          |       |         |       |       |  |                   |
| 21,62                          | 16,34 | 24,2    | 334,7 | 150   | <b>Запеканка морковная с творогом</b>    | 39-49             |
| 0,05                           | 0,01  | 8,62    | 35,04 | 15    | <b>Соус сметанный</b>                    | 5-04              |
| 0,06                           | 0,01  | 12,2    | 50,27 | 180   | <b>Чай с сахаром</b>                     | 1-68              |
| 3,04                           | 0,36  | 18,5    | 88,4  | 20    | <b>Хлеб пшеничный</b>                    | 0-80              |
| 0,6                            | 0,6   | 14,7    | 70,5  | 120   | <b>Бананы</b>                            | 14=               |
| 25,37                          | 17,32 | 78,2    | 578,9 |       |  | 61-01             |
| <b><u>Обед</u></b>             |       |         |       |       |  |                   |
| 2,73                           | 3,31  | 14,1    | 97,86 | 200   | <b>Щи из капусты свежей с картофелем</b> | 4-21              |
| 21,62                          | 20,02 | 6,32    | 292,4 | 65/25 | <b>Куры тушеные в соусе</b>              | 25-52             |
| 3,8                            | 2,72  | 40      | 199,7 | 150   | <b>Каша пшеничная</b>                    | 6-04              |
| 0,16                           | 0,16  | 15,9    | 66,68 | 200   | <b>Компот из свежих фруктов</b>          | 6-88              |
| 2,93                           | 0,53  | 17,3    | 85,33 | 25/25 | <b>Хлеб ржаной, пшеничный</b>            | 2-35              |
| 31,24                          | 26,74 | 93,6    | 741,9 |       |  | 45=               |
| <b><u>льготное питание</u></b> |       |         |       |       |  |                   |
| 0                              | 0     | 0       | 0     | 200   | <b>Суп молочный с крупой</b>             | 12-52             |
| 1,52                           | 0,16  | 9,72    | 47    | 20    | <b>Хлеб пшеничный</b>                    | 0-80              |
| 0,2                            | 0     | 15      | 58    | 180   | <b>Чай с сахаром</b>                     | 1-68              |
| 2                              | 0     | 25      | 105   |       |  | 15=               |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ



2022 г. (8 день)

**Меню на 19.01. 2022г. (среда 1 вариант)**

| Пищевая ценность               |       |         |       | Выход | Наименование блюда                      | Стоимость питания |
|--------------------------------|-------|---------|-------|-------|---|-------------------|
| Белки                          | Жиры  | Углевод | ККал  |       |   |                   |
| <b><u>Завтрак</u></b>          |       |         |       |       |   |                   |
| 0,39                           | 0,03  | 1,47    | 7,87  | 20    | <b>Соленья в ассортименте</b>           | 5-89              |
| 21,58                          | 8,71  | 38,6    | 320,5 | 150   | <b>Запеканка картофельная с печенью</b> | 38-42             |
| 0,57                           | 1,23  | 2,26    | 22,7  | 15    | <b>Соус сметанный с томатом и луком</b> | 1-42              |
| 5,71                           | 4,8   | 20,8    | 150,9 | 200   | <b>Какао с молоком</b>                  | 9-64              |
| 5,45                           | 5,73  | 32,3    | 202,7 | 50    | <b>Булочка молочная</b>                 | 5-64              |
| 33,7                           | 20,5  | 95,4    | 704,6 |       |   | 61-01             |
| <b><u>Обед</u></b>             |       |         |       |       |   |                   |
| 10,8                           | 3,69  | 21,1    | 161,1 | 250   | <b>Суп картофельный с вермишелью</b>    | 4-08              |
| 13,04                          | 4,91  | 15,4    | 158,8 | 50/25 | <b>Рыба тушеная в томате с овощами</b>  | 29-32             |
| 3,33                           | 3,28  | 22,7    | 133,9 | 180   | <b>Пюре картофельное</b>                | 5-01              |
| 0,78                           | 0,06  | 22,1    | 93,28 | 20    | <b>Хлеб пшеничный</b>                   | 0-94              |
| 2,28                           | 0,27  | 13,9    | 66,3  | 200   | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>      | 5-65              |
| 30,23                          | 12,21 | 95,2    | 613,4 |       |   | 45=               |
| <b><u>льготное питание</u></b> |       |         |       |       |   |                   |
| 6,94                           | 4,54  | 41,06   | 314   | 40/20 | <b>Бутерброд с сыром</b>                | 13-32             |
| 0,2                            | 0     | 15      | 58    | 180   | <b>Чай с сахаром</b>                    | 1-68              |
| 7                              | 5     | 56      | 372   |       |   | 15=               |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_



Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ



2022 г. (9 день)

**Меню на 20.01. 2022г. (четверг 1 вариант)**

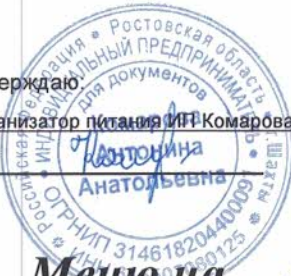
| Пищевая ценность        |       |        |       | Выход | Наименование блюда                                 | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|--------|-------|-------|--|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углев. | ККал  |       |  |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |        |       |       |  |                   |
| 0,1                     | 0,03  | 1,1    | 7     | 20    | Огурцы соленые                                     | 4-97              |
| 10,9                    | 11,39 | 10,6   | 189   | 80    | Тефтели мясные(2 вариант)                          | 28-41             |
| 8,69                    | 2,28  | 39,4   | 212,5 | 150   | Каша гречневая рассыпчатая                         | 9-20              |
| 3,9                     | 3     | 17,3   | 107,9 | 200   | Напиток кофейный с молоком                         | 7-63              |
| 0,02                    |       | 11,9   | 48,15 | 30    | Кексы, обогащенные витаминно-минеральным премиксом | 10=               |
| 3,04                    | 0,36  | 18,5   | 88,4  | 20    | Хлеб пшеничный                                     | 0-80              |
| 26,65                   | 17,06 | 98,8   | 653   |       |  | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |        |       |       |  |                   |
| 1,85                    | 5,26  | 11,1   | 99,46 | 250   | Суп картофельный                                   | 3-55              |
| 14,93                   | 20,48 | 20,8   | 328   | 200   | Жаркое по-домашнему                                | 27-10             |
| 0,24                    | 0,06  | 0,78   | 4     | 30    | Помидоры соленые                                   | 5-11              |
| 1                       | 0,2   | 20,2   | 92    | 170   | Сок  | 7-40              |
| 1,52                    | 0,16  | 9,72   | 47    | 20    | Хлеб пшеничный                                     | 0-97              |
| 1,32                    | 0,24  | 6,84   | 36,4  | 20    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 0-87              |
| 20,62                   | 26,34 | 68,6   | 606,9 |       |  | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |        |       |       |  |                   |
| 81                      | 3,975 | 44,25  | 219   | 75    | Ватрушка с творогом                                | 13-32             |
| 0,2                     | 0     | 15     | 58    | 180   | Чай с сахаром                                      | 1-68              |
| 81                      | 4     | 59     | 277   |       |  | 15=               |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.



Утверждаю:

Директор МБОУ Шаминская СОШ



2022 г. (10 день)

**Меню на 21.01. 2022г. (пятница 1 вариант)**

| Пищевая ценность        |       |         |       | Выход     | Наименование блюда                          | Стоимость питания |
|-------------------------|-------|---------|-------|-----------|---|-------------------|
| Белки                   | Жиры  | Углевод | ККал  |           |   |                   |
| <u>Завтрак</u>          |       |         |       |           |   |                   |
| 7,56                    | 8,14  | 34,3    | 241,6 | 150/10/10 | <b>Каша "Дружба" с маслом, сахаром</b>      | 25-63             |
|                         |       | 12      | 47,89 | 180       | <b>Чай с сахаром</b>                        | 1-68              |
| 0                       | 7,25  | 0,13    | 66,09 | 10        | <b>Масло сливочное</b>                      | 5-80              |
| 4,09                    | 4,6   | 0,49    | 60    | 15        | <b>Сыр твердый порциями</b>                 | 8-51              |
| 3,04                    | 0,36  | 18,5    | 88,4  | 20        | <b>Хлеб пшеничный</b>                       | 0-80              |
| 0,6                     | 0,45  | 15,5    | 70,5  | 150       | <b>Фрукты свежие (сезонные)</b>             | 18-59             |
| 15,29                   | 20,8  | 80,8    | 574,5 |           |   | 61-01             |
| <u>Обед</u>             |       |         |       |           |   |                   |
| 5,87                    | 5,6   | 19,3    | 150,9 | 250       | <b>Суп картофельный с горохом</b>           | 6-95              |
| 12,68                   | 12,19 | 11,8    | 208   | 70        | <b>Котлеты рубленые из птицы</b>            | 24-78             |
| 5,63                    | 2,84  | 36      | 192,2 | 150       | <b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> | 6-07              |
| 0,16                    | 0,16  | 15,9    | 66,68 | 180       | <b>Компот из свежих фруктов</b>             | 5-39              |
| 1,52                    | 0,16  | 9,72    | 47    | 20        | <b>Хлеб пшеничный</b>                       | 0-94              |
| 1,32                    | 0,24  | 6,84    | 36,4  | 20        | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>                 | 0-87              |
| 27,18                   | 21,14 | 99,6    | 701,2 |           |   | 45=               |
| <u>льготное питание</u> |       |         |       |           |   |                   |
| 10,72                   | 2,88  | 44,48   | 217,6 | 80        | <b>Булочка творожная</b>                    | 13-32             |
| 0,2                     | 0     | 15      | 58    | 180       | <b>Чай с сахаром</b>                        | 1-68              |
| 11                      | 3     | 59      | 276   |           |   | 15=               |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
Калькулятор \_\_\_\_\_