

**Согласовано**

*Директор ООО "Ростовская область"*  
*с.м.* *И.И. Матова*

**ДОКУМЕНТ**

**для**

**для организации  
получающих**

**Подтверждаю:**  
**Руководитель ИИ**  
**Шкурнов П.А.**

для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов (7-11 лет),  
получающих начальное общее образование Зимовники и Зимовниковский р-н  
НА 2025-2026 год

|                                      |     |      |       |       |        |      |       |      |     |       |       |       |      |                          |
|--------------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|------|-------|------|-----|-------|-------|-------|------|--------------------------|
| Суп молочный с крупой<br>(гречневый) | 200 | 2.96 | 3.58  | 6.14  | 71.2   | 0.04 | 0.66  | 0.02 | 0   | 127.6 | 90.94 | 14.14 | 0.12 | Могильный<br>2017год№121 |
| Масло сливочное                      | 10  | 0.08 | 7.25  | 0.13  | 66     | 0    | 0     | 0.04 | 0   | 2.4   | 3     | 0     | 0.02 | Могильный<br>2017год№14  |
| Хлеб пшеничный                       | 40  | 3.16 | 0.4   | 19.3  | 93.52  | 0    | 0     | 0    | 0.4 | 8     | 26    | 5.6   | 0.44 | Могильный                |
| Чай с сахаром                        | 200 | 0.06 | 0.02  | 13.96 | 55.82  | 0    | 0.02  | 0    | 0   | 10.32 | 2.6   | 1.3   | 0.26 | Могильный<br>2017год№376 |
| Фрукты свежие                        | 100 | 0.4  | 0.4   | 9.8   | 47     | 0.03 | 10    | 0    | 0   | 16    | 11    | 9     | 2.2  | Могильный                |
| Итого за первый день                 | 550 | 6.66 | 11.65 | 49.33 | 333.54 | 0.07 | 10.68 | 0.06 | 0.4 | 164.3 | 133.5 | 30.04 | 3.04 |                          |

|                                  |     |       |       |       |        |       |       |      |   |       |       |       |       |                           |
|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|------|---|-------|-------|-------|-------|---------------------------|
| Омлет натуральный                | 150 | 13,93 | 24,82 | 2,64  | 289,65 | 0,105 | 0,255 | 0,33 | 0 | 103,1 | 225,8 | 16,14 | 2,64  | Могильный<br>2017год №210 |
| Салат из белокочанной<br>капусты | 60  | 0,79  | 1,95  | 3,88  | 36,24  | 0,012 | 10,26 | 0    | 0 | 14,98 | 16,99 | 9,054 | 0,282 | Могильный<br>2017год №45  |
| Какао с молоком                  | 200 | 4,08  | 3,54  | 17,58 | 118,6  | 0,06  | 1,58  | 0,02 | 0 | 152,2 | 124,6 | 21,34 | 0,48  | Могильный<br>2017год №382 |
| Батон пшеничный                  | 50  | 3,75  | 1,45  | 25,7  | 131    | 0,055 | 0     | 0    | 0 | 9,5   | 32,5  | 6,5   | 0,6   | Могильный                 |



|                           |     |      |      |       |        |       |       |   |     |       |       |      |       |                           |
|---------------------------|-----|------|------|-------|--------|-------|-------|---|-----|-------|-------|------|-------|---------------------------|
| Гуляш из мяса птицы 50/40 | 90  | 14,1 | 9,22 | 1,98  | 147,56 | 0,054 | 0,909 | 0 | 0   | 9,189 | 138,9 | 16,9 | 2,016 | Могильный<br>2017год №260 |
| Огурец(сезон)             | 50  | 0,35 | 0,04 | 0,95  | 6      | 0,02  | 2,45  | 0 | 0   | 8,5   | 15    | 7    | 0,25  | Могильный<br>2017год №70  |
| Каша вязкая (гречневая)   | 180 | 5,39 | 5,16 | 25,79 | 172,55 | 0,198 | 0     | 0 | 0   | 10,75 | 134,2 | 90   | 3,024 | Могильный<br>2017год №303 |
| Чай с лимоном             | 200 | 0,12 | 0,02 | 13,7  | 55,86  | 0     | 2,51  | 0 | 0   | 12,8  | 3,96  | 2,16 | 0,32  | Могильный<br>2017год №377 |
| Хлеб пшеничный            | 40  | 3,16 | 0,4  | 19,3  | 93,52  | 0     | 0     | 0 | 0,4 | 8     | 26    | 5,6  | 0,44  | Могильный                 |

|                     |     |       |       |       |        |       |       |   |     |       |     |       |      |  |
|---------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---|-----|-------|-----|-------|------|--|
| Итого за пятый день | 560 | 23,12 | 14,84 | 61,72 | 475,49 | 0,272 | 5,869 | 0 | 0,4 | 49,24 | 318 | 121,6 | 6,05 |  |
|---------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---|-----|-------|-----|-------|------|--|

ДЕНЬ 6

|                                         |     |      |      |       |        |       |       |      |       |       |       |       |       |                            |
|-----------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|----------------------------|
| Рыба, тушенная в томате с овощами 70/30 | 100 | 10,2 | 5,59 | 3,9   | 106,78 | 0,08  | 2,01  | 0,01 | 0     | 33,06 | 153,4 | 35,41 | 0,69  | Могильный<br>2017год №229  |
| Картофельное пюре                       | 180 | 3,84 | 4,58 | 25,88 | 160,74 | 0,198 | 30,52 | 0    | 0     | 47,45 | 87,5  | 34,58 | 1,404 | Могильный<br>2017год № 128 |
| Овощи(сезон)                            | 50  | 0,35 | 0,04 | 0,95  | 6      | 0,02  | 2,45  | 0    | 0     | 8,5   | 15    | 7     | 0,25  | Могильный<br>2017год №70   |
| Чай с сахаром                           | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,96 | 55,82  | 0     | 0,02  | 0    | 0     | 10,32 | 2,6   | 1,3   | 0,26  | Могильный<br>2017год №376  |
| Хлеб пшеничный                          | 30  | 2,28 | 0,84 | 15,42 | 78,36  | 0,047 | 0,6   | 0    | 0,467 | 13,53 | 19,5  | 3,6   | 0,36  | Могильный                  |

|                      |     |       |       |       |       |       |      |      |       |       |     |       |      |  |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-------|-------|-----|-------|------|--|
| Итого за шестой день | 560 | 16,73 | 11,07 | 60,11 | 407,7 | 0,345 | 35,6 | 0,01 | 0,467 | 112,9 | 278 | 81,89 | 2,96 |  |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|-------|-------|-----|-------|------|--|

ДЕНЬ 7

|                                       |     |       |       |       |        |       |       |       |      |       |       |       |       |                        |
|---------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|------------------------|
| Пудинг из творога (запеченный) 130/20 | 150 | 17,59 | 12,66 | 28,47 | 293,25 | 0,075 | 0,435 | 0,075 | 0,09 | 162,3 | 219,2 | 27,44 | 0,975 | Могильный 2017год №222 |
| Какао с молоком                       | 200 | 4,08  | 3,54  | 17,58 | 118,6  | 0,06  | 1,58  | 0,02  | 0    | 152,2 | 124,6 | 21,34 | 0,48  | Могильный 2017год №382 |
| Хлеб пшеничный                        | 50  | 3,75  | 1,45  | 25,7  | 131    | 0,055 | 0     | 0     | 0    | 9,5   | 32,5  | 6,5   | 0,6   | Могильный              |
| Фрукты свежие                         | 150 | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 70,5   | 0,045 | 15    | 0     | 0    | 24    | 16,5  | 13,5  | 3,3   | Могильный              |

|                       |     |       |       |       |        |       |       |       |      |     |       |       |       |  |
|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|-----|-------|-------|-------|--|
| Итого за седьмой день | 550 | 26,02 | 18,25 | 86,45 | 613,35 | 0,235 | 17,02 | 0,095 | 0,09 | 348 | 392,8 | 68,78 | 5,355 |  |
|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|-----|-------|-------|-------|--|

ДЕНЬ 8

|                          |     |       |      |       |       |       |       |       |     |       |       |       |       |                        |
|--------------------------|-----|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|------------------------|
| Плов из птицы            | 200 | 16,8  | 30   | 20,6  | 418   | 0,105 | 4,845 | 0,045 | 0   | 37,47 | 149,1 | 40,46 | 1,635 | Могильный 2017год №291 |
| салат из свеклы отварной | 60  | 0,35  | 0,04 | 0,95  | 6     | 0,02  | 2,45  | 0     | 0   | 8,5   | 15    | 7     | 0,25  | Могильный 2017год №70  |
| Чай с сахаром            | 200 | 0,06  | 0,02 | 13,96 | 55,82 | 0     | 0,02  | 0     | 0   | 10,32 | 2,6   | 1,3   | 0,26  | Могильный 2017год №376 |
| Хлеб пшеничный           | 40  | 3,16  | 0,4  | 19,3  | 93,52 | 0     | 0     | 0     | 0,4 | 8     | 26    | 5,6   | 0,44  | Могильный              |
| печенье                  | 50  | 0,075 | 0    | 12    | 48,6  | 0     | 0     | 0     | 0   | 3,15  | 1,65  | 1,05  | 0,24  | Могильный              |

|                       |     |        |       |       |        |       |       |       |     |       |       |       |       |  |
|-----------------------|-----|--------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|--|
| Итого за восьмой день | 550 | 20,445 | 30,46 | 66,81 | 621,94 | 0,125 | 7,315 | 0,045 | 0,4 | 67,44 | 194,4 | 55,41 | 2,825 |  |
|-----------------------|-----|--------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|--|

ДЕНЬ 9

|                                   |     |      |       |       |        |       |       |   |     |       |       |       |       |                        |
|-----------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|-------|-------|---|-----|-------|-------|-------|-------|------------------------|
| Птица-куры тушенные в соусе 50/40 | 90  | 12,2 | 14,59 | 2,46  | 192,1  | 0,018 | 0,072 | 0 | 0   | 10,35 | 0     | 0,297 | 0,045 | Могильный 2017год №290 |
| Макаронные изделия отварные       | 180 | 6,62 | 5,41  | 31,73 | 202,14 | 0,07  | 0     | 0 | 0   | 5,83  | 44,6  | 25,34 | 1,33  | Могильный 2017год №309 |
| Салат из белокочанной капусты     | 100 | 1,32 | 3,25  | 6,47  | 60,4   | 0,02  | 17,1  | 0 | 0   | 24,96 | 28,32 | 15,09 | 0,47  | Могильный 2017год №45  |
| Чай с лимоном                     | 200 | 0,12 | 0,02  | 13,7  | 55,86  | 0     | 2,51  | 0 | 0   | 12,8  | 3,96  | 2,16  | 0,32  | Могильный 2017год №377 |
| Хлеб пшеничный                    | 40  | 3,16 | 0,4   | 19,3  | 93,52  | 0     | 0     | 0 | 0,4 | 8     | 26    | 5,6   | 0,44  | Могильный              |

|                       |     |       |       |       |        |       |       |   |     |       |       |       |       |  |
|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---|-----|-------|-------|-------|-------|--|
| Итого за девятый день | 610 | 23,42 | 23,67 | 73,66 | 604,02 | 0,108 | 19,68 | 0 | 0,4 | 61,94 | 102,9 | 48,49 | 2,605 |  |
|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---|-----|-------|-------|-------|-------|--|

ДЕНЬ 10

|                       |     |       |       |       |        |      |       |   |     |       |       |       |       |  |
|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|---|-----|-------|-------|-------|-------|--|
| Итого за девятый день | 540 | 21,79 | 21,47 | 65,78 | 546,17 | 0,09 | 12,84 | 0 | 0,4 | 50,99 | 84,12 | 38,23 | 2,197 |  |
|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|---|-----|-------|-------|-------|-------|--|

ДЕНЬ 10

|                                          |     |      |      |       |        |       |       |       |     |       |       |       |       |                          |
|------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------------------|
| Каша молочная из риса и пшена ("Дружба") | 180 | 4,97 | 9,14 | 35,55 | 245,45 | 0,09  | 0,792 | 0,036 | 0   | 109,4 | 128,2 | 30,46 | 0,684 | Могильный<br>2017год№175 |
| Какао с молоком                          | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6  | 0,06  | 1,58  | 0,02  | 0   | 152,2 | 124,6 | 21,34 | 0,48  | Могильный<br>2017год№382 |
| Сыр "Российский"                         | 15  | 3,48 | 4,42 | 0     | 54     | 0,004 | 0,105 | 0,041 | 0   | 132   | 75    | 5,25  | 0,15  | Могильный<br>2017год№15  |
| Хлеб пшеничный                           | 40  | 3,16 | 0,4  | 19,3  | 93,52  | 0     | 0     | 0     | 0,4 | 8     | 26    | 5,6   | 0,44  | Могильный                |
| Фрукты свежие                            | 100 | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 47     | 0,03  | 0     | 0     | 0   | 16    | 11    | 9     | 2,2   | Могильный                |

|                            |     |       |       |        |         |       |       |       |       |       |       |       |       |  |
|----------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|
| Итого за десятый день      | 535 | 16,09 | 17,9  | 82,23  | 558,57  | 0,184 | 2,477 | 0,097 | 0,4   | 417,6 | 364,8 | 71,65 | 3,954 |  |
| Среднее значение за период | 519 | 18,82 | 17,06 | 71,611 | 516,575 | 0,174 | 18,78 | 0,078 | 0,422 | 192,9 | 244   | 56,75 | 3,519 |  |