

Составлено: *Ю. Сед*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



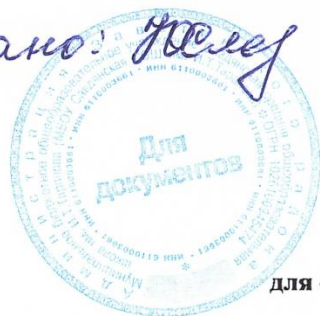
### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обучающихся, получающих начальное общее образование

#### НА 2022-2023 ГОД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	РЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											
ДЕНЬ 1															
Суп молочный макаронный	200	4.67	3.8	17.29	123.44	0.06	0.6	16.4	0.256	124.9	104.7	16.65	0.374	35.62	Могильный 2017год№120
Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02	45	Могильный 2017год№14
Хлеб пшеничный	40	3.04	1.12	20.56	104.48	0.062	0.8	0	0.622	18.04	26	4.8	0.48	0	Могильный
Чай с сахаром	180	0	0	10.981	43.902	0.001	0.1	0	0	4.95	8.24	4.4	0.853	0	Могильный 2017год№376
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47	0.03	10	0	0.2	16	11	9	2.2	45	Могильный
Итого за первый день	530	8.19	12.57	58.761	384.822	0.154	11.5	56.4	1.178	166.3	152.9	34.85	3.927	125.6	

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (ИП)  
Шкуропатов П.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

**НА 2022-2023 ГОД**

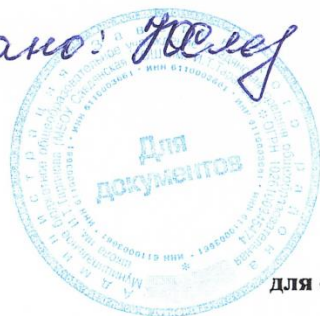
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

**ДЕНЬ 2**

Омлет запеченный с сыром	150	9.93	13.317	17.477	229.8	0.162	19.49	157.7	1.937	75.47	190.3	32.88	2.334	303.6	Могильный 2017Год №212
Горошек зеленый	20	0.62	0.04	1.3	8	0.022	2	0	0.04	4	12.4	4.2	0.14	15	Могильный
Какао с молоком	180	3.142	2.511	16.344	101.582	0.02	0.486	8.197	0.01	101.3	94.12	25.11	0.83	0	Могильный 2017Год №382
Булочка(Батон)	40	3.598	2.539	21.814	124.363	0.25	0.1	2.5	1.365	8.053	33	6.298	0.445	0	Могильный 2017Год
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	0	Могильный

<b>Итого за второй день</b>	<b>420</b>	<b>19.57</b>	<b>19.247</b>	<b>42.355</b>	<b>542.105</b>	<b>0.501</b>	<b>22.68</b>	<b>168.4</b>	<b>3.819</b>	<b>202.4</b>	<b>349.3</b>	<b>72.09</b>	<b>4.109</b>	<b>318.6</b>	
-----------------------------	------------	--------------	---------------	---------------	----------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



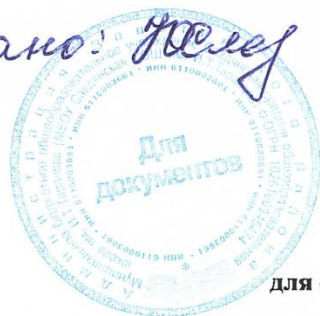
**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

**НА 2022-2023 ГОД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	РЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											
<b>ДЕНЬ 3</b>															
Котлета из говядины	60	8.27	10.02	8.79	131	0.074	2.066	7.5	1.57	19.4	106.3	17.45	1.633	0	Могильный 2017Год №268
Макаронны отварные с маслом	150	6.038	4.575	38.497	219.481	0.093	0	21.33	0.871	13.93	49.49	8.858	0.901	0	Могильный 2017Год №309
Овощи(сезон)	40	0.52	0.04	1.96	10.4	0.032	80	0	0	3.2	0	2.8	0.2	0	Кучма №38
Хлеб пшеничный	50	3.08	1.4	25.7	130.6	0.078	1	0	0.778	22.56	32.5	6	0.6	0	Могильный
Чай с лимоном	187	0.054	0.006	9.165	37.962	0.003	2.5	0	0.012	7.35	9.56	5.12	0.883	0.14	Могильный 2017Год №377
Мармелад	15	0.015	0	11.91	48.15	0	0	0	0	0.6	0.15	0.3	0.06	0	Могильный
<b>Итого за третий день</b>	<b>502</b>	<b>17.97</b>	<b>16.221</b>	<b>96.022</b>	<b>577.593</b>	<b>0.28</b>	<b>85.57</b>	<b>28.83</b>	<b>3.231</b>	<b>67.04</b>	<b>198</b>	<b>40.53</b>	<b>4.277</b>	<b>0.14</b>	

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (ИП)  
Шкуропатов П.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

НА 2022-2023 ГОД

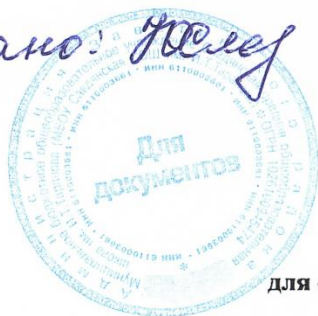
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

ДЕНЬ 4

Запеканка творожная со сметаной	150/15	16.895	15.104	34.429	371.42	0.092	1.748	61.8	2.596	180.3	225.2	36.27	0.998	652	Могильный 2017Год №224
Чай с сахаром	180	0	0	10.981	43.902	0.001	0.1	0	0	4.95	8.24	4.4	0.853	22	Могильный 2017Год №379
Сыр "Российский"	15	4	4	0	54	0.005	0.1	39	0.1	132	75	5	0.15	51.6	Могильный 2017Год №15
Фрукты свежие	100	0.8	0.2	7.5	38	0.06	38	0	0.2	35	17	11	0.1	10	Могильный
Хлеб пшеничный	40	3.04	1.12	20.56	104.48	0.062	0.8	0	0.622	18.04	26	4.8	0.48	0	Могильный

Итого за четвертый день	500	20.424	19.71	73.47	611.802	0.22	40.75	100.8	3.518	370.3	351.5	61.47	2.581	735.6	
-------------------------	-----	--------	-------	-------	---------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

**НА 2022-2023 ГОД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	РЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											
ДЕНЬ 5															
Гуляш 45/45	90	13.88	14.9	3.47	203.76	0.07	4.05	0	1.94	10.94	145.3	20.7	2.14	63.2	Могильный 2017Год №260
Огурец(сезон)	30	0.21	0.03	0.57	3.3	0.009	2.1	0	0.03	5.1	9	4.2	0.15	3	Могильный 2017Год №70
Картофельное пюре	150	3.279	3.991	22.183	138.186	0.16	25.94	26.3	0.189	45.62	98.07	33.11	1.225	22.52	Могильный 2017Год №312
Чай с лимоном	187	0.054	0.06	9.165	37.962	0.003	2.5	0	0.012	7.35	9.56	5.12	0.9	0.14	Могильный 2017Год №377
Хлеб пшеничный	40	3.04	1.12	20.56	104.48	0.06	0.8	0	0.62	18.04	26	4.8	0.48	0	Могильный
<b>Итого за пятый день</b>	<b>497</b>	<b>20.463</b>	<b>20.101</b>	<b>55.948</b>	<b>487.688</b>	<b>0.364</b>	<b>72.39</b>	<b>26.3</b>	<b>2.991</b>	<b>122.1</b>	<b>304.9</b>	<b>78.93</b>	<b>4.978</b>	<b>98.72</b>	

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

НА 2022-2023 ГОД

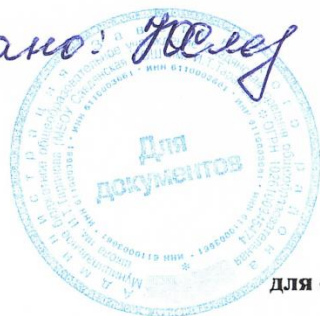
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	РЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

ДЕНЬ 6

Рыба тушенная с овощами 70/30	100	10.629	10.414	11.817	183.876	0.133	0.488	21.6	3.551	42.67	118.9	21.95	0.743	22.35	Могильный 2017Год №234
Картофельное пюре	180	4.614	6.45	48.204	269.322	0.053	0	32	0.34	7.782	100	32.54	0.671	22.52	Могильный 2017Год №312
Овощи(сезон)	30	0.33	0.06	1.14	7.2	0.018	7.5	0	0.21	4.2	7.8	6	0.27	39.9	Могильный 2017Год №75
Чай с сахаром	180	0	0	10.981	43.902	0.001	0.1	0	0	4.95	8.24	4.4	0.853	0	Могильный 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	0	Могильный

<b>Итого за шестой день</b>	<b>520</b>	<b>17.853</b>	<b>17.764</b>	<b>87.562</b>	<b>582.66</b>	<b>0.252</b>	<b>8.688</b>	<b>53.6</b>	<b>4.568</b>	<b>73.13</b>	<b>254.4</b>	<b>68.49</b>	<b>2.897</b>	<b>84.77</b>	
-----------------------------	------------	---------------	---------------	---------------	---------------	--------------	--------------	-------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обучающихся, получающих начальное общее образование

НА 2022-2023 ГОД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

ДЕНЬ 7

Сырники из творога со сметаной 100/15	115	18.88	21.8	12.22	320	0.182	1.918	72	3.941	158.6	232.4	37.44	1.09	665	Могильный 2017Год №268
Какао с молоком	180	3.142	2.511	16.344	101.582	0.02	0.486	8.197	0.01	101.3	94.12	25.11	0.83	0	Могильный 2017Год №382
Хлеб пшеничный	40	3.04	1.12	20.56	104.48	0.06	0.8	0	0.622	18.04	26	4.8	0.48	0	Могильный
Фрукты свежие	100	0.8	0.4	8.1	47	0.02	180	0	0	40	0	25	0.8	45	Могильный

Итого за седьмой день	435	25.862	25.831	57.224	573.062	0.282	183.2	80.2	4.573	317.9	352.5	92.35	3.2	710	
-----------------------	-----	--------	--------	--------	---------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-----	-----	--

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (ИП)  
Шкуропатов П.А.



### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обучающихся, получающих начальное общее образование

НА 2022-2023 ГОД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

#### ДЕНЬ 8

Плов из птицы	150	12.71	7.85	26.8	229	0.08	4.52	14.6	1.25	34.76	422.4	40.53	1.48	208.4	Могильный 2017год №291
Овощи(сезон)	30	0.24	0.03	0.51	3	0.01	2.1	0	0.03	5.1	9	4.2	0.15	3	Могильный 2017год №70
Чай с сахаром	180	0	0	10.981	43.902	0.001	0.1	0	0	4.95	8.24	4.4	0.853	0	Могильный 2017год №376
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.44	95.2	0.06	0	0	0.52	9.2	34.8	13.2	0.8	0	Могильный
Печенье	15	0.075	0	12	48.6	0	0	0	0	3.15	1.65	1.05	0.24	0	Могильный

Итого за восьмой день	415	16.065	8.2	69.731	419.702	0.151	6.72	14.6	1.8	57.16	476.1	63.38	3.523	211.4	
-----------------------	-----	--------	-----	--------	---------	-------	------	------	-----	-------	-------	-------	-------	-------	--



Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

**НА 2022-2023 ГОД**

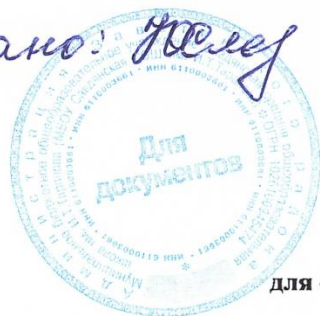
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

ДЕНЬ 9

Птица-куры тушеные в соусе 50/40	90	6.96	6.17	6.88	110.93	0.1	3.42	35.7	1.62	19.72	111.1	17.57	1.17	20.4	Могильный 2017год №290
Макаронные изделия отварные	150	6.038	4.575	38.497	219.481	0.093	0	21.33	0.871	13.93	49.49	8.858	0.901	0	Могильный 2017 год №309
Салат из капусты с морковью	60	0.924	3.05	5.617	54.203	0.018	21.45	0	1.391	24.18	17.93	9.8	0.333	0	Могильный 2017год №45
Чай с лимоном	187	0.054	0.006	9.165	37.962	0.003	2.5	0	0.012	7.35	9.56	5.12	0.883	0	Могильный 2017год №377
Хлеб пшеничный	40	3.04	1.12	20.56	104.48	0.06	0.8	0	0.62	18.04	26	4.8	0.48	0	Могильный

<b>Итого за девятый день</b>	<b>527</b>	<b>16.916</b>	<b>25.03</b>	<b>117.419</b>	<b>480.076</b>	<b>5.254</b>	<b>28.17</b>	<b>57.03</b>	<b>4.514</b>	<b>83.2</b>	<b>214.1</b>	<b>46.15</b>	<b>3.767</b>	<b>20.4</b>	
------------------------------	------------	---------------	--------------	----------------	----------------	--------------	--------------	--------------	--------------	-------------	--------------	--------------	--------------	-------------	--

Составлено: *Юсез*



Утверждаю:  
Руководитель (И.П.)  
Шкуропатов П.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для обучающихся, получающих начальное общее образование

НА 2022-2023 ГОД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы											

ДЕНЬ 10

Каша молочная "Дружба"	180	5.018	8.542	35.444	239.32	0.091	0.491	40.59	0.174	105.3	129.3	30.02	0.666	56.07	Могильный 2017год №175
Какао с молоком	180	3.142	2.511	16.344	101.582	0.02	0.486	8.197	0.01	101.3	94.12	25.11	0.83	0	Могильный 2017год №382
Сыр "Российский"	20	5.2	5.22	0	68.8	0.006	0.16	46	0.1	200	128	9	0.2	51.6	Могильный 2017год №15
Хлеб пшеничный	40	3.04	1.12	20.56	104.48	0.062	0.8	0	0.62	18.04	26	4.8	0.48	0	Могильный
Фрукты свежие	100	0.4	0.3	10.3	47	0.02	5	0	0.4	19	16	12	2.3	0	Могильный

Итого за десятый день	520	16.8	17.693	82.648	561.182	0.199	6.937	94.79	1.306	443.7	393.5	80.93	4.476	107.7	
-----------------------	-----	------	--------	--------	---------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--