



260 с-к 2017г	Гуляш из свинины	100	9,6	11,09	22,89	309	20	22,39	128,62	2,21	-	16	2,6	0,28	1,9	0,92
302 с-к 2017г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	5,54	39,60	243,75	288,33	16,47	150,83	22,60	5,30	25,16	0,80	0,23	0,10	5,5
54-3гн с-к 2022г	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	6,9	4,6	8,5	0,77	0,38	-	,	0,01	0,03	1,16
Мол.комбинат	Йогурт	100	2,7	3	5,8	79	90	18	114	0,12			0,04	0,18		0,72
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,05	0,22	9,89	45,98	4,6	5	-	0,62	-	21,2	0,02	-	-	-
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	20	2,11	3	12,88	4,6	4,6	6,6	17,4	0,22	-	-	0,02	-	-	6
	<b>Итого</b>		<b>25,02</b>	<b>24,95</b>	<b>100,04</b>	<b>723,43</b>	<b>422,83</b>	<b>85,06</b>	<b>434,95</b>	<b>27,08</b>	<b>5,68</b>	<b>142,16</b>	<b>3,52</b>	<b>0,72</b>	<b>2,33</b>	<b>24,8</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>25,02</b>	<b>24,95</b>	<b>100,04</b>	<b>723,43</b>	<b>422,83</b>	<b>85,06</b>	<b>434,95</b>	<b>27,08</b>	<b>5,68</b>	<b>142,16</b>	<b>3,52</b>	<b>0,72</b>	<b>2,33</b>	<b>24,8</b>
<b>3 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
54-21з с-к 2022	Кукуруза сахарная **	60	1,2	0,2	6,1	31,3	22	6,8	21	0,19	0,72	79,8	0,01	0,02	0,3	1,15
62 с-к 2017г	Сердце в соусе	100	10,02	13,58	2,85	152	27,53	23,52	181,35	3,96	25,6	76,1	0,27	0,57	3,98	1,39
12 с-к 2017г	Картофельное пюре	150	5,75	3,5	25,57	158,16	16,27	32,58	98,58	1,13	-	32	0,17	0,1	1,9	23,33
89 с-к 2017г	Сок фруктовый	200	1	-	20,2	86,6	14	8	14	2,8	-	-	0,02	-	-	4
МУП КШП 31.08.2022	Булочка "завятушка с сахаром"***	50	3,48	5,16	25,55	131	11	14,5	37	0,69	13	15	0,07	0,04	0,79	-
лебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,05	0,22	9,89	45,98	4,60	5,00	-	0,62	-	21,20	0,02	-	-	-
	<b>Итого:</b>		<b>22,5</b>	<b>22,66</b>	<b>90,16</b>	<b>605,04</b>	<b>95,4</b>	<b>90,4</b>	<b>351,93</b>	<b>9,39</b>	<b>39,32</b>	<b>224,1</b>	<b>0,56</b>	<b>0,73</b>	<b>6,97</b>	<b>29,87</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>22,5</b>	<b>22,66</b>	<b>90,16</b>	<b>605,04</b>	<b>95,4</b>	<b>90,4</b>	<b>351,93</b>	<b>9,39</b>	<b>39,32</b>	<b>224,1</b>	<b>0,56</b>	<b>0,73</b>	<b>6,97</b>	<b>29,87</b>
<b>4 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
2 с-к 2017 г	Пудинг из творога	150	18,49	19,53	56,2	402	234	39,6	338,4	1,62	108		0,11	0,1		0,36
4-7 соус с-к 2022 г	Соус шоколадный ****	30	1,62	1,47	12,6	69,8	40,39	15,17	43,09	0,61	3,9	0,02	0,01	0,01	-	0,05
54-23 гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	111	31	107	1,07	13,3	26,66	0,03	0,13	0,166	0,52
ГТК МУП КШП от 5.08.2020г	Фрукты свежие (яблоко)*	150	0,6	0,6	18,2	70	12	6,75	8,25	1,65	-	3,75	0,03	0,03	0,23	7,5

	<b>Итого за день</b>		<b>27,15</b>	<b>27,17</b>	<b>98,30</b>	<b>627,80</b>	<b>397,39</b>	<b>92,52</b>	<b>496,74</b>	<b>4,95</b>	<b>125,20</b>	<b>30,43</b>	<b>0,18</b>	<b>0,27</b>	<b>0,40</b>	<b>8,43</b>
<b>5 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
29 с-к 2017г	Салат из сырых овощей	60	0,67	3,8	11,94	22	9,3	27	0,48	30,5	-	0	0,02	0,03	0,3	17,3
54-15м с-к 2022г	Плов из булгура с курицей	240	15,6	15,92	46,74	374,8	39,6	165,6	312	2,66	219,6	289,63	0,16	0,11	6,25	1,31
54-4 гн с-к 2022г	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	9,7	50,9	57	9,9	46	0,77	6,9	11,1	0,01	0,07	0,12	0,3
лебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,05	0,22	9,89	45,98	4,6	5	-	0,62	-	21,2	0,02	-	-	-
лебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	70,14	9,2	13,2	34,8	0,44	-	-	0,04	-	-	12
5 с-к 2017г	Сыр твердый	15	3,48	4,42	-	54	132	5,25	75	0,15	39	43,2	0,01	0,04	0,03	0,1
	<b>Итого</b>		<b>25,56</b>	<b>25,86</b>	<b>97,59</b>	<b>617,82</b>	<b>251,7</b>	<b>225,95</b>	<b>468,28</b>	<b>35,14</b>	<b>265,5</b>	<b>365,13</b>	<b>0,26</b>	<b>0,25</b>	<b>6,7</b>	<b>31,01</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>25,56</b>	<b>25,86</b>	<b>97,59</b>	<b>617,82</b>	<b>251,7</b>	<b>225,95</b>	<b>468,28</b>	<b>35,14</b>	<b>265,5</b>	<b>365,13</b>	<b>0,26</b>	<b>0,25</b>	<b>6,7</b>	<b>31,01</b>
<b>6 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
13 с-к 2017г	Пицца школьная	80	6,92	11,05	27,56	239	78,63	20,74	102,42	1,06	27,44	40,61	0,1	0,1	1,21	0,15
54-25.1к с-к 2022г	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6	146	46	188	1,2	29,1	61,28	0,14	0,17	0,74	0,61
4-21 гн с-к 2022г	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	143	34	130	1,09	17,3	111,1	0,04	0,17	0,5	0,68
лебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	70,14	9,2	13,2	34,8	0,44	-	-	0,04	-	-	12
ГТК МУП КШП от 5.08.2020г	Фрукты свежие (Мандарин)*	120	1,5	0,34	7,35	35,25	12	6,75	8,25	1,65	-	3,75	0,03	0,03	0,23	7,5
	<b>Итого</b>		<b>22,98</b>	<b>22,89</b>	<b>91,53</b>	<b>637,39</b>	<b>388,83</b>	<b>120,69</b>	<b>463,47</b>	<b>5,44</b>	<b>73,84</b>	<b>216,74</b>	<b>0,35</b>	<b>0,47</b>	<b>2,68</b>	<b>20,94</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>22,98</b>	<b>22,89</b>	<b>91,53</b>	<b>637,39</b>	<b>388,83</b>	<b>120,69</b>	<b>463,47</b>	<b>5,44</b>	<b>73,84</b>	<b>216,74</b>	<b>0,35</b>	<b>0,47</b>	<b>2,68</b>	<b>20,94</b>
<b>7 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
70/71 с-к 2017г	Овощи свежие в нарезке (помидор)**	60	0,66	2,1	2,28	13,2	8,4	12	15,6	0,54	-	79,8	0,04	0,02	0,3	10,5
9 с-к 2017г	Жаркое по домашнему	250	16,6	18,3	41,7	422	61,26	257,71	4,32	-	105,25	4,42	0,21	4,43	8,87	3,95
54-23 гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	111	31	107	1,07	13,3	26,66	0,03	0,13	0,166	0,52
ебокомбинат	Хлеб ржано-	20	1,05	0,22	9,89	45,98	4,6	5	-	0,62	-	21,2	0,02	-	-	-

110 с-к 2017г	Ватрушка с творогом	50	3,16	1,7	35,8	134	23,4	26,1	64,2	1,62	27	69	0,12	0,06	1,23	0,12
	<b>Итого</b>		<b>25,27</b>	<b>25,22</b>	<b>100,97</b>	<b>701,18</b>	<b>208,66</b>	<b>331,81</b>	<b>191,12</b>	<b>3,85</b>	<b>145,55</b>	<b>201,08</b>	<b>0,42</b>	<b>4,64</b>	<b>10,566</b>	<b>15,09</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>25,27</b>	<b>25,22</b>	<b>100,97</b>	<b>701,18</b>	<b>208,66</b>	<b>331,81</b>	<b>191,12</b>	<b>3,85</b>	<b>145,55</b>	<b>201,08</b>	<b>0,42</b>	<b>4,64</b>	<b>10,57</b>	<b>15,09</b>
<b>8 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
54-20з с-к 2022г	Горошек зеленый**	60	1,7	0,1	3,5	22,1	11	11	32	0,37	18	46,08	0,05	0,02	0,38	2,4
54-4о с-к 2022г	Омлет с сыром	150	12,75	19,35	18,02	316,00	35,90	26,00	333,00	2,23	222,00	251,00	0,07	0,46	23,17	0,37
лебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	70,14	9,2	13,2	34,8	0,44	0	-	0,04	-	-	12
54-3гн с-к 2022г	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	6,9	4,6	8,5	0,77	0,38	-		0,01	0,03	1,16
ГТК МУП КШП от 15.08.2020г	Фрукты свежие (Банан)*	150	2,25	0,15	32,7	133,5	46,67	17,33	30,67	0,4	0	10,67	0,05	0,04	0,27	80
	<b>Итого</b>		<b>20,16</b>	<b>20</b>	<b>80,24</b>	<b>569,64</b>	<b>109,67</b>	<b>72,13</b>	<b>438,97</b>	<b>4,21</b>	<b>240,38</b>	<b>307,75</b>	<b>0,21</b>	<b>0,53</b>	<b>23,85</b>	<b>95,93</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>20,16</b>	<b>20</b>	<b>80,24</b>	<b>569,64</b>	<b>109,67</b>	<b>72,13</b>	<b>438,97</b>	<b>4,21</b>	<b>240,38</b>	<b>307,75</b>	<b>0,21</b>	<b>0,53</b>	<b>23,85</b>	<b>95,93</b>
<b>9 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
70/71 с-к 2017г	Овощи свежие в нарезке(огурец)**	60	0,66	2,1	2,28	13,2	8,4	12	15,6	0,54	-	79,8	0,04	0,02	0,3	10,5
4-5.1р с-к 2022г	Котлета рыбная с морковью (минтай)	100	12,4	4,2	5	107,4	45	39	178	0,89	143	27,79	0,07	0,12	1,39	0,54
4 с-к 2017г	Рис отварной	150	3,64	4,11	36,68	233	1,52	18,15	67,67	0,59	-	22,5	0,3	0,03	0,23	2,03
лебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,05	0,22	9,89	45,98	4,6	5	-	0,62	-	21,2	0,02	-	-	-
9 с-к 2017г	Сок фруктовый	200	-	-	24	100	14	8	14	2,8	-	-	0,02	-	-	4
лебокомбинат	Булочка сдобная "рожок"***	50	4,10	11,32	9,94	116,90	11,5	13,2	-	0,44	-	34,8	0,04	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>21,85</b>	<b>21,95</b>	<b>87,79</b>	<b>616,48</b>	<b>85,02</b>	<b>95,35</b>	<b>275,27</b>	<b>5,88</b>	<b>143</b>	<b>186,09</b>	<b>0,49</b>	<b>0,17</b>	<b>1,92</b>	<b>17,07</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>21,85</b>	<b>21,95</b>	<b>87,79</b>	<b>616,48</b>	<b>85,02</b>	<b>95,35</b>	<b>275,27</b>	<b>5,88</b>	<b>143</b>	<b>186,09</b>	<b>0,49</b>	<b>0,17</b>	<b>1,92</b>	<b>17,07</b>
<b>10 день</b>																
	<b>Завтрак</b>															
1 с-к 2017г	Икра кабачковая **	60	0,83	1,62	9,36	56,16	8,36	11,95	15,54	0,54	-	79,5	0,04	0,02	0,3	14,58
3 с-к 2017г	Сосиска отварная	100	12,3	16,1	13	300	22,4	12,8	112,96	1,44	32	36	0,32	0,08	1,76	-

17г	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,73	6,07	31,98	205	9,78	7,9	39,45	0,81	30	0,74	0,03	0,55	1,5	-
бин	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,05	0,22	9,89	45,98	4,6	5	-	0,62	-	21,2	0,02	-	-	-
бин	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	70,14	9,2	13,2	34,8	0,44	-	-	0,04	-	-	12
П г 4г	Напиток "Каркаде"	200	0,13	0,02	7,99	31,92	14,2	2,4	4,4	0,36	-	-	-	-	0,03	0,02
П 3г	Фрукты свежие (Яблоко)*	150	1,5	0,34	7,35	35,25	12	6,75	8,25	1,65	-	3,75	0,03	0,03	0,23	7,5
	<b>Итого</b>		<b>24,7</b>	<b>24,77</b>	<b>85,35</b>	<b>744,45</b>	<b>80,54</b>	<b>60</b>	<b>215,4</b>	<b>5,86</b>	<b>62</b>	<b>141,19</b>	<b>0,48</b>	<b>0,68</b>	<b>3,82</b>	<b>34,1</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>24,7</b>	<b>24,77</b>	<b>85,35</b>	<b>744,45</b>	<b>80,54</b>	<b>60</b>	<b>215,4</b>	<b>5,86</b>	<b>62</b>	<b>141,19</b>	<b>0,48</b>	<b>0,68</b>	<b>3,82</b>	<b>34,1</b>

допускается выдача иных фруктов

*В НАРЕЗКЕ, ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ, КУКУРУЗА САХАРНАЯ, ИКРА КАБАЧКОВАЯ- допускается выдача других овощей*

*КА "ЗАВИТУШКА САХАРНАЯ", "РОЖОК"- допускается замена на булочку" СЕМИЦВETИК" или "СНЕГУРОЧКА" (производитель хлебокомбинат)*

*ШОКОЛАДНЫЙ- допускается замена на соус сладкий молочный, джем фруктовый или молоко сгущеное*

#### СРЕДНЕЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ НУТРИЕНТОВ

по	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины					
	белки, г	жиры,г	углеводы,г	Эн. Ценность, ккал	Са мг	Mg мг	P мг	Fe мг	A	PЭ	B1	B2	PP	C
	22,07	22,09	88,05	570,69	259,9	79,25	336,55	3,8	38	232,03	0,19	1,38	1,55	21,92
	25,02	24,95	100,04	723,43	422,83	85,06	434,95	27,08	5,68	142,16	3,52	0,72	2,33	24,8
	25,02	24,95	100,04	723,43	422,83	85,06	434,95	27,08	5,68	142,16	3,52	0,72	2,33	24,8
	27,15	27,32	288,13	2017,55	1105,56	249,37	1206,45	57,96	49,36	516,35	7,23	2,82	6,21	71,52
	25,56	25,86	97,59	617,82	251,7	225,95	468,28	35,14	265,5	365,13	0,26	0,25	6,7	31,01
	22,98	22,89	91,53	637,39	388,83	120,69	463,47	5,44	73,84	216,74	0,35	0,47	2,68	20,94
	25,27	25,22	100,97	701,18	208,66	331,81	191,12	3,85	145,55	201,08	0,42	4,64	10,566	15,09
	20,16	20	80,24	569,64	109,67	72,13	438,97	4,21	240,38	307,75	0,21	0,53	23,85	95,93
	21,85	21,95	87,79	616,48	85,02	95,35	275,27	5,88	143	186,09	0,49	0,17	1,92	17,07
	24,7	24,77	85,35	744,45	80,54	60	215,4	5,86	62	141,19	0,48	0,68	3,82	34,1
	<b>23,98</b>	<b>24</b>	<b>95,35</b>	<b>792,21</b>	<b>333,55</b>	<b>140,47</b>	<b>412,89</b>	<b>176,30</b>	<b>102,9</b>	<b>245,07</b>	<b>1,67</b>	<b>1,24</b>	<b>6,2</b>	<b>35,7</b>