

Утверждаю
Директор ООО "Венту"
Фефилов А.Г.
01.11.2024 г.



День: первый понедельник сентября
Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг	Витамины, С, мг						
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A			B	РЭ	ТЭ	В1	В2	В12
Завтрак																					
82-08	Колбаса "Ветеринар"	50	4,55	5,90	1,87	75,97	1059,28	20,04	20,31	2,99	11,81	0,11	7,43	386,67	92,90	1,73	0,06	0,02	0,04	0,12	0,13
106-13	Каша пшеничная вязкая со слив./маслом	200/10	7,55	9,61	31,74	252,01	830,75	224,25	126,20	48,67	183,57	1,34	42,00	48,00	79,50	0,35	0,18	0,15	0,73	3,12	0,52
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,00	0,01	0,01	1,12
ттк	Хлеб пшеничный	46	3,29	0,32	21,68	103,00	229,54	37,65	8,10	5,60	26,01	0,44	0,00	0,00	0,00	0,51	0,04	0,01	0,33	1,01	0,00
Итого за "Завтрак"			15,63	15,88	69,36	486,59	2120,49	292,38	157,47	57,99	222,73	1,97	49,43	435,23	172,54	2,60	0,22	0,18	1,11	4,26	1,77
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
15-13	Салат "Гасальик"	60	0,78	5,94	6,10	79,04	4,53	141,74	18,26	8,50	14,70	0,36	0,00	147,00	24,84	2,80	0,02	0,02	0,30	0,42	1,73
46	Суп картофельный с макаронными изделиями и отварным мясом кур	200/10	4,35	4,25	16,30	101,49	14,10	358,02	10,78	24,39	58,05	0,79	0,00	969,60	201,80	1,11	0,08	0,05	1,41	1,44	5,16
181-13	Котлеты, биточки, шницели	90	10,70	8,88	24,77	235,10	52,70	57,52	30,42	7,56	37,80	0,43	31,68	22,63	43,30	0,27	0,03	0,06	0,21	0,76	0,21
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	25,20	175,50	567,04	1,23	6,26	0,32	2,20	0,05	14,63	10,98	16,46	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00
156	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	14,35	57,41	1,91	23,35	6,03	1,67	3,06	0,12	0,00	1,28	0,32	0,03	0,00	0,00	0,01	0,03	2,56
ттк	Хлеб пшеничный	25	1,79	0,18	11,78	55,98	124,75	20,46	4,40	3,05	14,14	0,24	0,00	0,00	0,00	0,28	0,02	0,01	0,18	0,55	0,00
ттк	Хлеб ржаной	23	1,43	0,24	8,73	40,64	140,30	49,59	7,08	9,40	31,62	0,78	0,00	0,92	0,23	0,32	0,03	0,01	0,13	0,46	0,00
Итого за "Обед"			24,95	25,33	107,23	745,17	905,33	651,91	83,23	54,89	161,57	2,77	46,31	1152,41	286,95	4,85	0,18	0,15	2,24	3,67	25,66
Итого за день (1 и 2 смена)			40,58	41,21	176,59	1231,76	3025,82	944,29	240,70	112,88	384,30	4,74	95,74	1587,64	459,49	7,45	0,40	0,33	3,35	7,93	27,43

День: второй Неделя: первая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг	Витамины, С, мг						
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A			B	РЭ	ТЭ	В1	В2	В12
Завтрак																					
128-08	Каша пшеничная молочная со слив./маслом	200/10	8,94	8,46	24,69	192,60	825,75	131,41	114,32	12,56	82,22	0,17	42,00	40,01	78,00	0,20	0,03	0,13	0,08	0,82	0,53
ттк	Маннык со ступенным молоком	80/25	6,13	10,94	28,78	249,24	32,47	68,25	41,71	5,62	46,46	0,42	39,90	25,95	71,81	0,17	0,02	0,08	0,06	0,71	0,18
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	44	3,14	0,31	20,74	98,52	219,56	36,01	7,75	5,36	24,89	0,42	0,00	0,00	0,00	0,48	0,03	0,01	0,32	0,97	0,00
Итого за "Завтрак"			18,39	19,75	83,42	576,25	1077,88	235,93	164,04	23,54	153,56	1,04	81,90	65,96	149,81	0,85	0,08	0,22	0,46	2,50	0,71
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
2	Салат из помидоров с луком и раст./маслом	60	0,62	4,74	4,35	79,44	234,09	133,37	10,76	9,41	16,68	0,45	0,00	288,00	59,85	1,66	0,02	0,02	0,20	0,38	4,98
129	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,20	6,02	16,40	144,29	136,69	372,27	19,06	20,81	60,95	0,79	6,92	809,54	180,00	1,93	0,06	0,05	0,80	1,49	5,76
81-08	Фрикадельки "Пегушок" сметаной	90	12,33	6,70	15,93	147,84	1275,89	36,79	35,74	4,33	25,47	0,19	16,85	16,42	31,43	0,17	0,01	0,03	0,09	0,38	0,11
97-08	Макаронные изделия отварные	150	5,16	6,00	31,46	200,06	725,18	45,62	15,17	7,01	37,23	0,71	0,00	0,00	40,50	0,88	0,04	0,01	0,38	1,54	0,00
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,01	0,01	1,12	
ттк	Хлеб ржаной	49	3,04	0,52	18,59	86,59	298,90	105,64	15,09	20,04	67,36	1,66	0,00	1,96	0,49	0,69	0,06	0,03	0,27	0,98	0,00
Итого за "Обед"			23,59	24,03	100,80	713,82	2671,67	704,13	98,68	62,33	209,03	3,88	23,77	1116,48	312,41	5,34	0,19	0,14	1,75	4,78	11,97
Итого за день (1 и 2 смена)			41,98	43,78	184,22	1290,07	3749,55	940,06	262,72	85,87	362,59	4,92	105,67	1182,44	462,22	6,19	0,27	0,36	2,21	7,28	12,68

День: третий Неделя: первая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Безжира, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ТЭ	В1	В2	PP	НЭ	Витамины, мг
Завтрак																					
125-08	Каша манная молочная вязкая	170	7,79	9,41	18,72	184,81	695,45	243,25	174,52	25,42	153,68	0,37	72,21	50,84	80,24	0,76	0,10	0,23	0,58	2,15	1,73
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	25,10	64,50	53,06	6,09	39,15	0,07	9,00	8,00	16,50	0,05	0,01	0,06	0,04	0,40	0,26
ттк	Печенье для детского питания	50	3,50	8,00	23,00	199,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	39	2,78	0,28	18,38	87,33	194,61	31,92	6,87	4,75	22,05	0,37	0,00	0,00	0,00	0,43	0,03	0,01	0,28	0,86	0,00
ттк	Яблоки	100	0,40	0,40	11,60	48,68	26,00	278,00	16,00	11,00	2,20	0,00	30,00	5,00	5,00	0,20	0,03	0,02	0,30	0,40	10,00
Итого за 'Завтрак'		559	16,02	19,67	83,04	583,29	941,16	617,67	250,45	45,25	225,88	3,21	81,21	88,84	101,74	1,43	0,17	0,31	1,20	3,81	11,99
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
14-08	Салат "Сезонный"	60	0,69	5,92	5,87	77,24	233,73	116,15	20,60	9,07	19,40	0,33	0,00	721,48	122,61	2,71	0,02	0,02	0,28	0,36	13,97
48-08	Суп крестьянский с рисовой крупой	200	1,63	4,91	11,54	95,29	603,04	196,70	26,71	14,72	38,61	0,49	6,92	748,92	167,42	1,84	0,03	0,03	0,51	0,98	6,16
460	Котлеты рубленные из куриного филе	90	13,51	5,06	12,29	156,23	74,20	58,23	33,82	8,62	37,67	0,36	40,62	29,88	45,52	0,32	0,04	0,05	0,29	0,71	0,30
468	Гороховое пюре	150	6,05	9,75	37,90	273,79	1,35	2,38	1,90	0,00	2,35	0,02	21,60	40,50	0,09	0,00	0,01	0,01	0,01	0,02	0,00
251	Компот из яблок	200	0,15	0,14	13,30	52,29	10,50	98,12	5,90	3,13	3,83	0,79	0,00	9,60	2,00	0,08	0,01	0,01	0,10	0,16	1,60
ттк	Хлеб пшеничный	32	2,29	0,23	15,08	71,65	159,68	26,19	5,63	3,90	18,10	0,31	0,00	0,00	0,00	0,35	0,03	0,01	0,23	0,70	0,00
ттк	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,38	53,01	183,00	64,68	9,24	12,27	41,24	1,02	0,00	1,20	0,30	0,42	0,04	0,02	0,17	0,60	0,00
Итого за 'Обед'		762	26,18	26,33	107,36	779,51	1267,50	562,45	103,80	51,71	161,20	3,32	69,14	1532,68	378,35	5,81	0,17	0,15	1,59	3,53	22,03
Итого за день (1 и 2 смена)		4420	46,00	190,40	1362,79	2208,66	1180,12	354,25	96,96	387,08	6,53	150,35	1621,52	480,09	7,24	0,34	0,46	2,79	7,34	34,02	

День: четвертый Неделя: первая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Безжира, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ТЭ	В1	В2	PP	НЭ	Витамины, мг
Завтрак																					
576 Т	Огурец свежий (нарезка)	15	0,11	0,01	0,48	2,19	1,20	18,61	3,04	1,83	5,48	0,08	0,00	7,20	1,50	0,02	0,00	0,00	0,02	0,05	0,60
611	Котлеты домашние	50	6,22	5,06	10,06	117,70	318,60	13,25	5,57	2,66	9,34	0,19	11,30	10,67	21,05	0,15	0,01	0,01	0,11	0,29	0,05
106-13	Каша гречневая вязкая	170	6,53	6,61	20,50	178,90	642,64	1,39	7,10	0,36	2,49	0,06	16,59	12,44	18,66	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,00	0,01	0,01	1,12
ттк	Кефир для детского питания (хл/зав)	1 шт	1,70	6,16	15,68	124,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	47	3,36	0,33	22,16	105,24	234,53	38,46	8,28	5,72	26,58	0,45	0,00	0,00	0,00	0,52	0,03	0,01	0,34	1,03	0,00
Итого за 'Завтрак'		510	18,16	18,22	82,95	583,68	1197,89	82,15	26,85	11,30	45,23	0,86	27,89	30,87	41,35	0,74	0,04	0,02	0,48	1,39	1,77
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
74Т	Икра кабачковая (заводская)	60	0,78	3,12	5,64	52,44	224,40	164,40	10,20	8,40	17,40	0,40	16,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,40
39-08	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,57	4,87	10,95	90,94	614,12	278,02	31,38	17,16	39,67	0,79	6,92	620,92	140,85	1,86	0,04	0,04	0,46	0,86	6,57
423	Тефтели из говядины	90	12,68	11,93	13,07	201,70	3,96	57,79	11,38	7,39	31,03	0,34	28,80	28,80	54,00	0,29	0,02	0,02	0,21	0,59	1,08
106-13	Каша пшеничная вязкая	180	5,86	3,88	36,02	203,40	170,60	1,36	2,67	0,10	1,65	0,02	17,56	13,17	19,76	0,04	0,00	0,01	0,00	0,01	0,00
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк	Хлеб пшеничный	35	2,50	0,25	16,50	78,37	174,65	28,64	6,16	4,26	19,79	0,33	0,00	0,00	0,00	0,39	0,03	0,01	0,25	0,77	0,00
ттк	Хлеб ржаной	25	1,55	0,26	9,49	44,18	152,50	53,90	7,70	10,22	34,37	0,85	0,00	1,00	0,25	0,35	0,03	0,02	0,14	0,50	0,00
Итого за 'Обед'		790	25,12	24,35	100,88	706,91	1340,33	584,37	69,75	47,53	143,91	2,76	69,48	663,89	214,86	2,93	0,12	0,10	1,06	2,73	9,05
Итого за день (1 и 2 смена)		4327	42,57	183,83	1290,58	2538,22	666,52	96,60	58,83	189,14	3,62	97,37	694,76	256,21	3,67	0,16	0,12	1,54	4,12	10,82	

День: пятый Неделя: первая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ТЭ	В1	B2	PP	HЭ	Вита-мин С, мг
130-08	Каша рисовая молочная со слив/маслом	200/10	4,35	11,27	43,99	232,32	833,08	199,57	138,26	37,20	164,70	0,64	71,20	50,80	79,32	0,38	0,08	0,19	0,82	2,32	1,35
297	Запеканка из творога со ступенным молоком	50/10	8,20	7,73	12,04	180,85	33,60	94,81	13,44	115,14	0,30	64,62	36,17	70,64	0,23	0,04	0,17	0,18	1,79	0,32	
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
т.т.к.	Хлеб пшеничный	39	2,79	0,27	18,38	87,33	194,61	31,92	6,86	4,75	22,05	0,37	0,00	0,00	0,00	0,43	0,03	0,01	0,28	0,86	0,00
Итого за 'Завтрак'		509	15,52	19,31	83,62	556,38	1061,39	326,56	242,32	55,39	301,89	1,34	135,82	86,97	149,96	1,04	0,15	0,37	1,28	4,97	1,67
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
34-13	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	60	0,83	3,58	5,45	54,08	134,01	134,96	20,58	11,66	22,96	0,75	0,00	4,98	1,20	1,64	0,01	0,02	0,09	0,24	1,17
63	Пупчатые шнд с курицей	200	2,58	3,97	14,08	141,86	451,70	485,42	20,14	29,19	77,97	1,11	18,60	821,13	170,42	0,98	0,09	0,09	1,56	1,73	6,40
90-08	Котлеты рыбные "Добрыльские"	90	12,81	10,25	17,61	177,33	71,03	335,55	48,19	45,57	189,24	1,04	30,69	2208,53	406,89	2,81	0,10	0,14	1,12	3,68	2,04
92-08	Пюре картофельное	150	3,09	5,49	21,52	146,68	367,74	666,24	40,84	28,46	85,10	1,05	20,52	40,32	42,10	0,22	0,12	0,11	1,34	2,49	10,26
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76	3,01	38,54	6,98	2,49	4,40	0,10	0,00	8,80	1,76	0,04	0,01	0,01	0,04	0,07	5,28
т.т.к.	Хлеб пшеничный	32	2,29	0,23	15,08	71,65	159,68	26,19	5,63	3,90	18,10	0,31	0,00	0,00	0,00	0,35	0,03	0,01	0,23	0,70	0,00
т.т.к.	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,38	53,01	183,00	64,68	9,24	12,27	41,24	1,02	0,00	1,20	0,30	0,42	0,04	0,02	0,17	0,60	0,00
Итого за 'Обед'		762	23,65	23,88	100,80	705,37	1370,17	1751,58	151,60	133,54	439,01	5,38	69,81	3084,96	622,67	6,46	0,40	0,40	4,55	9,51	25,15
Итого за день (1 и 2 смена)		39,17	43,19	184,42	1261,75	2431,56	2078,14	393,92	188,93	740,90	6,72	205,63	3171,93	772,63	7,50	0,55	0,77	5,83	14,48	26,82	

День: первый Неделя: вторая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг							
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ТЭ	В1	B2	PP	HЭ	Вита-мин С, мг
119-08	Каша "Дружба" со слив/маслом	200/10	6,65	11,20	27,73	260,19	783,57	489,07	155,05	101,38	143,38	3,71	0,00	4,00	201,47	0,16	0,28	0,08	0,60	2,84	7,49
297	Запеканка из творога со ступенным молоком	50/10	8,20	7,73	12,04	180,85	33,60	94,81	13,44	115,14	0,30	64,62	36,17	70,64	0,23	0,04	0,17	0,18	1,79	0,32	
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,00	0,01	0,01	1,12
т.т.к.	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	149,70	24,55	5,28	3,65	16,97	0,29	0,00	0,00	0,00	0,33	0,02	0,01	0,22	0,66	0,00
Итого за 'Завтрак'		500	17,23	19,19	67,98	563,82	967,79	618,87	260,13	119,20	276,83	4,38	64,62	40,73	272,25	0,73	0,34	0,26	1,01	5,30	8,93
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
2	Салат "Удмуртский"	60	2,04	6,59	6,44	84,57	17,76	159,93	11,25	8,72	36,33	0,58	18,00	123,84	55,68	2,87	0,03	0,06	0,29	0,91	3,48
41-08	Щи из капусты с картофелем и сметаной	200	1,62	4,87	11,37	81,50	606,77	275,41	34,21	16,05	37,98	0,61	6,92	788,92	175,69	1,86	0,04	0,04	0,56	0,98	9,72
75-08	Котлета "Детская" (свин,гов)	90	10,56	8,93	23,21	235,53	1123,91	73,05	13,34	3,24	11,20	0,23	8,64	77,76	30,60	0,15	0,01	0,01	0,08	0,21	0,65
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	26,24	175,50	567,04	1,23	6,26	0,32	2,20	0,05	14,64	10,98	16,46	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
т.т.к.	Хлеб пшеничный	32	2,29	0,23	15,08	71,65	159,68	26,19	5,63	3,90	18,10	0,31	0,00	0,00	0,00	0,35	0,03	0,01	0,23	0,70	0,00
т.т.к.	Хлеб ржаной	25	1,55	0,26	9,49	44,18	152,50	53,90	7,70	10,22	34,37	0,85	0,00	1,00	0,25	0,35	0,03	0,02	0,14	0,50	0,00
Итого за 'Обед'		757	24,00	26,75	101,04	728,82	2627,76	589,97	78,65	42,45	140,18	2,66	48,20	1002,50	278,68	5,62	0,14	0,14	1,30	3,31	13,85
Итого за день (1 и 2 смена)		41,23	46,94	169,02	1292,64	3595,55	1208,84	338,78	161,65	417,01	7,04	112,82	1043,23	550,93	6,35	0,48	0,40	2,31	8,61	22,78	

День: второй Неделя: вторая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Жиры, г		Углевод-ды, г		ЭЦ, ккал		Минеральные элементы, мг						Витамины, мг									
			всего	на 100 г	всего	на 100 г	всего	на 100 г	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ГЭ	В1	B2	PP	НЭ	Вита-мин С, мг	
Завтрак																								
ТТК	Яблоки	100	0,40	0,40	11,60	48,68	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20	0,00	30,00	5,00	0,20	0,03	0,02	0,02	0,30	0,40	0,40	10,00	
130-08	Каша рисовая молочная со слив/маслом	200/5	10,91	11,27	43,99	252,32	833,08	199,57	138,26	37,20	164,70	0,64	71,20	50,80	79,32	0,38	0,08	0,19	0,82	2,32	1,35	0,00	0,00	
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК	Кеке для детского питания (слизав)	1 шт	1,70	6,16	15,68	124,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
ТТК	Хлеб пшеничный	50	3,58	0,35	23,56	111,96	249,50	40,92	8,79	6,09	28,27	0,47	0,00	0,00	0,00	0,55	0,04	0,01	0,36	1,10	0,00	0,00		
Итого за 'Завтрак'																								
		583	16,77	18,22	104,04	572,88	1108,68	518,75	163,31	52,29	203,97	3,34	71,20	80,80	84,32	1,13	0,15	0,22	1,48	3,82	11,35	0,00		
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																								
3/1	Салат из белокочанной капусты с раст/маслом	60	0,96	3,58	5,35	54,94	120,78	160,60	26,82	8,63	16,88	0,33	0,00	10,70	1,64	0,02	0,02	0,37	0,49	24,08	0,00	0,00		
47-08	Суп гороховый с картофелем	200	2,37	7,42	23,96	166,73	630,66	250,54	13,82	18,58	42,02	0,57	0,00	96,64	201,20	1,86	0,04	0,03	1,00	0,87	3,72	0,00		
76-08	Котлета Загладка	90	15,09	9,34	15,75	179,83	1083,80	342,54	56,82	45,08	202,88	1,31	36,31	10,16	77,97	2,97	0,09	0,15	0,86	4,43	0,72	0,00		
92-08	Пюре картофельное	150	3,09	5,49	21,52	146,68	367,74	666,24	40,84	28,46	85,10	1,05	20,52	40,32	42,10	0,22	0,12	0,11	1,34	2,49	10,26	0,00		
156	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	14,35	57,41	1,91	23,35	6,03	1,67	3,06	0,12	0,00	1,28	0,32	0,00	0,00	0,00	0,01	0,03	2,56	0,00		
ТТК	Хлеб пшеничный	37	2,65	0,27	17,43	82,85	184,63	30,28	6,51	4,51	20,93	0,36	0,00	0,00	0,00	0,41	0,03	0,01	0,27	0,81	0,00	0,00		
ТТК	Хлеб ржаной	24	1,49	0,25	9,11	42,41	146,40	51,74	7,39	9,81	32,99	0,81	0,00	0,96	0,24	0,34	0,03	0,02	0,13	0,48	0,00	0,00		
Итого за 'Обед'																								
		757	25,79	26,36	107,47	730,85	2535,92	1525,29	158,23	116,74	403,86	4,55	56,83	102,82	323,47	7,47	0,33	0,34	3,98	9,60	41,34	0,00		
Итого за день (1 и 2 смена)																								
			42,56	44,58	211,52	1303,73	3644,60	321,55	169,03	607,83	7,89	128,03	1110,62	407,79	8,61	0,48	0,57	5,46	13,43	52,69	0,00	0,00		

День: третий Неделя: вторая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Жиры, г		Углевод-ды, г		ЭЦ, ккал		Минеральные элементы, мг						Витамины, мг									
			всего	на 100 г	всего	на 100 г	всего	на 100 г	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ГЭ	В1	B2	PP	НЭ	Вита-мин С, мг	
Завтрак																								
81-08	Фрикадельки 'Пегушок'	55	5,14	5,09	9,74	120,07	779,71	22,48	21,84	2,65	15,56	0,12	10,30	10,03	19,21	0,11	0,01	0,02	0,05	0,23	0,07	0,00		
106-13	Каша пшеничная вязкая со слив/маслом	200/13	8,94	8,88	24,69	192,60	825,75	131,41	114,32	12,56	82,22	0,17	42,00	40,00	78,00	0,20	0,03	0,13	0,09	0,82	0,52	0,00		
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	25,10	64,50	53,06	6,09	39,15	0,07	9,00	8,00	16,50	0,05	0,01	0,06	0,04	0,40	0,26	0,00		
ТТК	Хлеб пшеничный	46	3,29	0,32	21,68	103,00	229,54	37,65	8,10	5,60	26,01	0,44	0,00	0,00	0,00	0,51	0,04	0,01	0,33	1,01	0,00	0,00		
Итого за 'Завтрак'																								
		511	18,91	15,87	67,44	479,14	1860,10	256,04	197,32	26,90	162,94	0,80	61,30	58,03	113,71	0,87	0,09	0,22	0,51	2,46	0,85	0,00		
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																								
29-08	Салат картофельный с соевыми огурцами	60	5,73	8,03	5,47	96,27	401,66	162,92	10,23	9,64	22,14	0,37	0,00	583,58	121,50	4,04	0,03	0,02	0,33	0,57	2,65	0,00		
56-08	Суп из овощей с отварным мясом кур	200/10	3,87	5,09	11,62	97,47	612,80	306,88	26,72	23,66	57,62	0,69	6,92	770,46	171,89	1,84	0,07	0,06	1,28	1,18	6,93	0,00		
444	Куриное филе, тушенное в соусе	90	6,43	7,68	15,77	157,68	1,72	32,97	2,54	2,97	6,42	0,12	5,62	317,09	93,15	0,10	0,00	0,01	0,06	0,17	0,23	0,00		
97-08	Макаронные изделия отварные	150	5,16	6,00	31,46	200,06	725,18	45,62	15,17	7,01	37,23	0,71	0,00	0,00	40,50	0,88	0,04	0,01	0,38	1,54	0,00	0,00		
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76	3,01	38,54	6,98	2,49	4,40	0,10	0,00	8,80	1,76	0,04	0,01	0,01	0,04	0,07	5,28	0,00		
ТТК	Хлеб пшеничный	25	1,79	0,18	11,78	55,98	124,75	20,46	4,40	3,05	14,14	0,24	0,00	0,00	0,00	0,28	0,02	0,01	0,18	0,55	0,00			
ТТК	Хлеб ржаной	24	1,49	0,25	9,11	42,41	146,40	51,74	7,39	9,81	32,99	0,81	0,00	0,96	0,24	0,34	0,03	0,02	0,13	0,48	0,00	0,00		
Итого за 'Обед'																								
		759	24,66	27,27	100,89	710,63	2015,52	659,13	73,43	58,63	174,94	3,04	12,54	1680,89	429,04	7,52	0,20	0,14	2,40	4,56	15,09	0,00		
Итого за день (1 и 2 смена)																								
			43,57	43,14	168,33	1189,77	3875,62	915,17	270,75	85,53	337,88	3,84	73,84	1738,92	542,75	8,39	0,29	0,36	2,91	7,02	15,94	0,00		

...нь: четвертый Неделя: вторая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Бескв. г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг				Вит-мин С, мг			
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ТЭ	В1		B2	PP	HЭ
Завтрак																					
127-08	Каша пшеница молочная со слив/маслом	200/10	7,55	9,61	31,74	252,01	830,75	224,25	126,20	48,67	183,57	1,34	42,00	48,00	79,50	0,35	0,18	0,15	0,73	3,12	0,52
112-08	Омлет натуральный	90	7,61	9,11	1,92	140,34	92,56	114,66	64,92	10,00	121,56	1,25	111,46	50,81	186,58	0,44	0,04	0,24	0,13	2,29	0,18
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,00	0,01	0,01	1,12
т.т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,36	23,57	111,96	249,50	40,91	8,80	6,09	28,27	0,47	0,00	0,00	0,00	0,56	0,04	0,01	0,36	1,10	0,00
Итого за 'Завтрак'		550	18,97	19,12	71,30	559,91	1173,73	390,26	202,78	65,49	334,75	3,14	153,46	99,37	266,22	1,35	0,26	0,41	1,23	6,52	1,82
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
34-13	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	60	0,83	3,58	5,45	54,08	134,01	134,96	20,58	11,66	22,96	0,75	0,00	4,98	1,20	1,64	0,01	0,02	0,09	0,24	1,17
44	Аглярки шид	200	1,76	3,25	11,30	79,61	690,41	290,87	29,49	16,74	47,32	0,65	6,92	753,23	168,27	1,02	0,05	0,04	0,64	1,17	7,18
39/9	Фрикадельки мясные	90	16,81	12,33	30,05	278,15	0,34	5,79	1,83	0,59	2,76	0,04	4,50	6,75	10,13	0,03	0,00	0,00	0,01	0,03	0,17
106-13	Каша рисовая вязкая	180	2,71	4,06	28,43	157,08	683,08	40,07	10,54	18,90	57,02	0,44	17,56	13,17	19,76	0,20	0,03	0,02	0,53	1,30	0,00
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	0,10	0,26	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
т.т.к.	Хлеб пшеничный	35	2,50	0,25	16,50	78,37	174,65	28,64	6,16	4,26	19,79	0,33	0,00	0,00	0,00	0,39	0,03	0,01	0,25	0,77	0,00
т.т.к.	Хлеб ржаной	29	1,80	0,31	11,00	51,25	176,90	62,52	8,93	11,86	39,86	0,98	0,00	1,16	0,29	0,41	0,04	0,02	0,16	0,58	0,00
Итого за 'Обед'		794	26,59	23,82	111,94	734,41	1861,49	563,11	77,79	64,01	189,71	3,22	28,98	779,29	199,65	3,69	0,16	0,11	1,68	4,09	8,52
Итого за день (1 и 2 смена)			45,56	42,94	183,24	1294,32	3035,22	953,37	280,57	129,50	524,46	6,36	182,44	878,66	465,87	5,04	0,42	0,52	2,91	10,61	10,34

...нь: пятый Неделя: вторая

Завтрак для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Бескв. г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины, мг				Вит-мин С, мг			
							Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B	РЭ	ТЭ	В1		B2	PP	HЭ
Завтрак																					
125-08	Каша манная молочная вязкая	200	10,17	14,57	22,02	247,42	818,18	286,18	205,32	29,90	180,80	0,67	84,96	59,81	94,40	0,89	0,12	0,27	0,68	2,53	2,03
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	4,10	406,82	135,78	70,47	60,03	2,78	0,00	0,00	193,00	0,00	0,19	0,06	0,00	0,93	7,20
т.т.к.	Хлеб пшеничный	49	3,50	0,35	23,10	109,72	244,51	40,10	8,62	5,97	27,71	0,47	0,00	0,00	0,00	0,54	0,04	0,01	0,35	1,08	0,00
т.т.к.	Яблочка	100	0,40	0,40	11,60	48,68	26,00	278,00	16,00	9,00	11,00	2,20	0,00	30,00	5,00	0,20	0,03	0,02	0,30	0,40	10,00
Итого за 'Завтрак'		549	16,84	15,89	72,41	475,86	1092,79	1011,10	365,73	115,34	279,54	6,11	84,96	89,81	292,40	1,63	0,39	0,36	1,33	4,94	19,23
Обед для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)																					
74Т	Икра кабачковая (запозская)	60	0,78	3,12	5,64	52,44	224,40	164,40	10,20	8,40	17,40	0,40	16,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,40
113	Борщ сибирский со сметаной	200/5	4,63	3,80	15,09	107,11	40,39	196,42	28,35	15,90	34,03	0,74	4,50	845,84	183,77	1,57	0,02	0,03	0,28	0,59	5,52
87-08	Суфле 'Рыбка Золотая'	90	12,25	8,14	19,06	209,14	2031,06	237,86	54,40	32,68	152,65	0,85	56,57	44,57	103,54	0,43	0,06	0,11	0,70	3,13	0,49
т.т.к.	Картофель запеченный	150	3,53	9,03	31,27	218,80	170,13	1003,30	19,20	40,73	102,95	1,60	0,00	35,33	5,30	3,84	0,21	0,12	2,30	3,18	35,33
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	0,92	10,44	2,86	0,73	1,34	0,08	0,00	0,56	0,14	0,01	0,00	0,01	0,01	1,12	0,00
т.т.к.	Хлеб ржаной	41	2,54	0,43	15,56	72,45	250,10	88,40	12,63	16,76	56,36	1,39	0,00	1,64	0,41	0,57	0,05	0,03	0,23	0,82	0,00
Итого за 'Обед'		746	23,97	24,57	100,69	715,55	2717,00	1701,02	127,64	115,20	364,73	5,06	77,27	927,94	293,16	6,42	0,34	0,29	3,52	7,73	43,86
Итого за день (1 и 2 смена)			40,81	40,46	173,10	1191,41	3809,79	2712,12	493,37	230,54	644,27	11,17	162,23	1017,75	585,56	8,05	0,73	0,65	4,85	12,67	63,09

Примечание: холодные закуски и салаты могут быть заменены в зависимости от сезонности овощей