

Примерное меню

День: понедельник	
Неделя: первая	
Завтрак	Выход (гр)
Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	200/10
Сыр порционный «Российский»	20
Чай с молоком	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
Обед	
Салат из свеклы с р/маслом	100
Суп куриный картофельный с вермишелью	250
Котлета (биточки) мясная	100
Макароны отварные	180
Кисель плодово-ягодный	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: вторник	
Неделя: первая	
Завтрак	
Оладьи с повидлом (джем)	100/30
Напиток из какао	200
Обед	
Салат из свежей капусты с изюмом	100
Суп картофельный с горохом	250
Рыба, тушенная с овощами	100/80
Рис отварной	150
Напиток клюквенный	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: среда	
Неделя: первая	
Завтрак	
Сосиска отварная	60
Кефир с сахаром	200
Печенье сахарное	20
Хлеб пшеничный	30
Обед	
Салат из свежих огурцов	100
Борщ из свежей капусты со сметаной	250
Котлеты мясные	100

Гречка отварная	180
Кисель из клюквы	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: четверг	
Неделя: первая	
Завтрак	
Ватрушка с сыром	1/100
Молоко 3.2% жир. 0,2 л.	200
Апельсин	1/200
Обед	
Салат из моркови с изюмом	100
Рассольник с к/перловой и сметаной	250
Бефстроганов (из говядины)	100/80
Картофель отварной	180
Компот из с/ф	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: пятница	
Неделя: первая	
Завтрак	
Запеканка творожная с вареньем (джемом)	100/20
Сок фруктовый (в ассортименте)	200
Масло сливочное порция	10
Хлеб пшеничный	2/30
Обед	
Салат из белокочанной капусты с яблоками	100
Суп мясной с крупой со сметаной	250
Оладьи из печени	100
Капуста тушеная (свежая)	180
Кисель из клюквы	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: понедельник	
Неделя: вторая	
Завтрак	
Омлет из яиц со сметаной	100
Огурец свежий	25
Колбаса полукопченая (порциями)	25
Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
Обед	

Салат из белокочанной капусты	100
Суп картофельный с клецками	10/250
Поджарка из рыбы	100/20
Картофель отварной	180
Напиток клюквенный	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: вторник	
Неделя: вторая	
Завтрак	
Запеканка творожная с вареньем (джемом)	100
Кофейный напиток с молоком	200
Яблоко	1/180
Обед	
Салат из моркови с изюмом	100
Суп рыбный с картофелем	25/250
Котлеты мясные	100
Рагу из овощей	180
Компот из свежих яблок	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: среда	
Неделя: вторая	
Завтрак	
Молоко 3,2% жир. 0,2 л.	200
Булочка «Ванильная»	1/100
Банан	1/204
Обед	
Салат из овощей (в ассортименте)	100
Борщ из свежей капусты со сметаной	250
Котлеты, рубленные из филе индейки	100
Макаронные изделия отварные	180
Компот из сухофруктов (изюма)	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: четверг	
Неделя: вторая	
Завтрак	
Запеканка рисовая с творогом, с вареньем (джемом)	100/20
Кефир с сахаром	200
Печенье галетное	20
Обед	

Салат из вареных овощей (в ассортименте)	100
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250
Котлеты (биточки) мясные	100
Картофельное пюре	180
Компот из свежих яблок	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30
День: пятница	
Неделя: вторая	
Завтрак	
Сырники с молоком сгущенным	100/30
Кофейный напиток с молоком	200
Яблоко свежее	1/180
Обед	
Салат из свежих овощей с маслом растительным	100
Суп овощной с помидорами со сметаной	250
Котлеты, рубленые из птицы	100
Капуста тушеная	180
Кисель из клюквы	200
Хлеб пшеничный, ржаной	2/30

Типовое меню (завтраки 1-4 классы)

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества						№ ТК (Вариант 1)	№ ТК сборника	Сборник
							В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	B2, мг	I, мкг			
День 1 (понедельник)																			
Завтрак																			
1	Сардельки, колбаски (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Изделия макаронные отварные	160	6,2	4,7	39,5	225,1	0,1	0,0	14,4	0,9	23,0	52,0	9,7	1,0	0,0	1,3	130401	340	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
4	Сыр (порции)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		19,2	23,3	69,5	564,6	2,6	0,7	55,4	1,5	208,1	315,6	55,6	4,0	0,3	21,7			

День 2 (Вторник)																			
Завтрак																			
1	Каша пшеничная с курагой	180	5,9	11,0	29,8	242,0	0,1	0,9	40,2	0,7	132,0	150,3	41,4	1,1	0,2	9,8	120201-1	198	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Фрукты свежие по сезонности	90	0,7	0,2	6,8	31,5	0,1	34,2	0,0	0,2	31,5	15,3	9,9	0,1	0,0	0,0	210106	399	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Ветчина (порциями)	10	2,3	2,1	0,0	27,9	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	3,5	0,3	0,0	0,7	100101	10	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,4	17,8	69,5	500,2	0,2	35,6	53,1	1,5	283,5	303,7	89,1	2,9	0,3	18,2			
День 3 (среда)																			
Завтрак																			
1	Запеканка из творога	150	26,9	17,1	29,5	379,9	0,2	0,7	84,0	0,6	297,5	808,9	34,7	0,9	0,4	2,0	120305	239	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Соус абрикосовый	15	0,1	0,0	10,1	41,1	0,0	0,1	0,0	0,1	3,9	3,3	2,4	0,1	0,0	0,0	140206	335	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
3	Чай	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК

4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		30,1	26,6	70,2	640,5	0,3	0,8	114,0	1,5	315,7	853,5	42,2	1,5	0,4	2,9			
День 4 (четверг)																			
Завтрак																			
1	Каша "Дружба"	180	7,0	7,1	41,3	256,7	0,1	0,6	25,7	0,2	129,9	173,9	42,7	0,9	0,1	10,5	120211	192	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТГК
3	Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		16,2	22,8	81,4	595,8	2,6	1,3	96,7	1,0	303,8	378,2	81,4	3,3	0,3	28,4			
День 5 (пятница)																			
Завтрак																			
1	Омлет	150	15,7	16,9	2,9	226,0	0,1	0,3	15,9	0,7	118,1	257,8	19,9	2,9	0,6	26,8	120301	232	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016

2	Фрукты свежие по сезонности	220	3,3	1,1	46,2	207,9	0,1	22,0	0,0	0,9	17,6	61,6	92,4	1,3	0,1	0,0	210103	394	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Горошек зеленый консервированный	60	1,9	0,1	3,9	24,1	0,1	6,0	0,0	0,1	93,6	37,2	12,6	0,4	0,0	3,0	130206	22	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		25,9	22,0	75,7	604,5	0,3	28,8	28,8	2,1	343,4	477,9	156,5	5,8	0,8	37,6			
	Итого за 5 дней		21,4	22,5	73,3	581,1	1,2	13,4	69,6	1,5	290,9	465,8	85,0	3,5	0,4	21,8			
День 6 (понедельник)																			
Завтрак																			
1	Мюсли с молоком или Изделия фигурные и хлопья из круп с молоком	180	7,2	5,0	36,6	220,1	0,2	1,1	57,6	0,7	253,4	473,0	20,2	1,0	0,3	85,0	120215	188; 189	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
3	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Первалова 2013

3	Чай с молоком	200	1,2	1,3	17,9	87,8	0,0	0,2	6,0	0,0	52,3	42,2	5,6	0,1	0,1	3,6	160108	378	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
	Итого:		16,1	21,6	75,2	559,1	0,3	1,4	145,6	1,6	360,4	658,7	38,0	1,7	0,4	89,5				
День 7 (вторник)																				
Завтрак																				
1	Каша овсяная	180	4,9	5,1	24,0	161,8	0,1	0,4	15,8	0,4	97,3	139,7	39,9	0,9	0,1	7,7	120209	196	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
2	Творог для детского питания	100	18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,5	50,0	0,2	164,0	220,0	23,0	0,4	0,3	0,0	3	ПП	ПП	
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103	418	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК	
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
	Итого:		29,7	18,7	67,0	559,2	2,6	1,5	80,8	1,3	412,0	508,2	98,1	3,6	0,5	24,7				
День 8 (среда)																				
Завтрак																				
1	Каша рисовая	180	5,5	6,2	40,8	241,6	0,0	0,5	24,3	0,2	114,7	142,9	32,7	0,5	0,1	9,0	120203	202	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	

2	Молоко	200	6,0	6,4	9,4	119,2	0,0	1,2	30,0	0,0	242,0	182,0	28,0	0,2	0,3	18,0	230105	463	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
3	Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	35,8	0,0	0,1	26,0	0,1	22,0	54,0	3,5	0,1	0,0	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
	Итого:		16,8	16,8	70,8	501,3	0,1	1,8	80,3	0,9	388,1	412,5	69,4	1,3	0,4	27,0				
День 9 (четверг)																				
Завтрак																				
1	Омлет с колбасными изделиями	150	18,6	19,6	3,2	263,4	0,1	0,2	14,7	0,6	103,7	222,2	24,9	3,1	0,5	24,7	120303	229	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
2	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК	
3	Огурцы свежие	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,4	0,0	1,8	100519	37	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
4	Фрукты свежие по сезонности	220	3,3	1,1	46,2	207,9	0,1	22,0	0,0	0,9	17,6	61,6	92,4	1,3	0,1	0,0	210103	394	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016	
	Итого:		23,9	21,3	73,2	580,7	0,2	29,8	14,7	1,9	145,2	332,5	128,8	5,1	0,6	26,5				

День 10 (пятница)																			
Завтрак																			
1	Каша манная с изюмом	180	7,0	12,0	40,0	296,0	0,1	0,8	46,8	0,6	183,7	171,1	32,3	1,1	0,2	12,6	120205	195	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциям и)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
4	Какао-напиток на молоке	200	3,6	3,4	12,4	94,1	0,0	0,5	12,9	0,0	109,4	104,5	29,0	1,0	0,1	7,7	160101	415	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обуч образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		18,2	22,4	73,0	566,5	0,2	1,4	111,7	1,4	346,5	417,2	73,5	2,7	0,4	20,4			
	Итого за 5 дней		21,0	20,1	71,8	553,4	0,7	7,2	86,6	1,4	330,4	465,8	81,5	2,9	0,5	37,6			
	Итого за 10 дней		21,2	21,3	72,6	567,2	0,9	10,3	78,1	1,5	310,7	465,8	83,3	3,2	0,5	29,7			

Типовое меню (полдники 1-4 классы)

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества						№ ТК (Вариант 1)	№ ТК сборника	Сборник
							В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	В2, мг	I, мкг			
							г	г	г	г	ккал								
День 1 (понедельник)																			
Полдник																			
1	Котлеты рубленые (говядина)	80	11,9	11,9	10,3	196,2	0,1	0,0	0,0	1,6	11,2	122,4	15,0	1,8	0,1	3,9	120523	302	Для учебных организаций Кучма, 2016
2	Рис отварной	150	3,7	4,2	41,0	216,9	0,0	0,0	13,5	0,3	15,8	81,9	26,9	0,6	0,0	1,1	130301	342	Для учебных организаций Кучма, 2016

3	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	10,7	0,0	12,5	0,0	0,4	7,0	13,0	10,0	0,5	0,0	1,0	100520	39	Для обучения организаций Кучма, 2016
4	Напиток клубничный	200	0,0	0,0	24,6	98,5	0,0	20,2	0,0	0,1	2,7	2,4	1,7	0,2	0,0	0,0	160232	476	Для обучения организаций Кучма, 2016, ТТК
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		17,7	16,9	88,1	574,7	0,2	32,7	13,5	2,6	41,4	236,5	56,2	3,3	0,2	6,1			
День 2 (Вторник)																			
Полдник																			
1	Омлет с сосисками	150	14,4	31,2	3,0	350,3	0,1	0,3	57,7	0,7	113,3	238,1	21,7	2,5	0,5	22,8	100534	306	Для школ, Перевалова 2013
2	Кукуруза консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Кисель ягодный (вишневый)	200	0,0	0,0	26,7	106,9	0,0	0,0	0,0	0,0	4,1	3,9	0,0	0,0	0,0	0,0	160221	430	Для обучения организаций Кучма, 2016 ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		21,0	34,2	70,0	672,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			

День 3 (среда)																			
Полдник																			
1	Запеканка картофельная с мясом	230	22,5	21,7	40,7	447,6	0,3	23,0	20,7	0,7	55,8	312, 8	71,6	4,6	0,3	19,2	120534	161	Для обучения образовательных организаций Кучма, 2016
2	Чай	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105	420	Для обучения образовательных организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Огурцы свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обучения образовательных организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обучения образовательных организаций Кучма, 2016
	Итого:		25,9	22,9	72,5	599,3	0,4	28,0	20,7	1,4	80,4	373, 2	83,8	5,4	0,3	20,7			
День 4 (четверг)																			
Полдник																			
1	Макарон ы, запеченные с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7	0,1	0,1	55,7	1,3	68,1	160, 7	19,4	1,6	0,1	1,6	120213	226	Для обучения образовательных организаций Кучма, 2016
2	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	0,0	0,0	30,0	0,1	1,2	1,9	0,0	0,0	0,0	0,9	140113	13	Для школ, Перевалова 2013
3	Кисель абрикосовый	200	0,0	0,0	24,7	99,0	0,0	0,6	0,0	0,2	6,9	8,2	2,2	0,1	0,0	0,0	160228	425	Для обучения образовательных организаций Кучма, 2016

4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,6	19,0	101,7	640,2	0,2	0,7	85,7	2,3	85,6	204,4	26,8	2,2	0,1	2,5			
День 5 (пятница)																			
Полдник																			
1	Запеканка рисовая с творогом и изюмом	230	15,1	11,1	82,3	489,4	0,2	0,3	42,7	0,6	162,1	409,1	49,9	1,8	0,2	4,8	100535	205	Для обучения организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,1	0,0	12,4	50,3	0,0	5,6	0,0	0,0	6,0	3,1	1,7	0,1	0,0	0,0	160213	450	Для обучения организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		21,4	17,6	105,0	663,6	0,2	6,0	94,7	1,0	216,8	537,0	61,2	2,4	0,3	4,8			
	Итого за 5 дней		20,3	22,1	87,4	630,0	0,2	13,5	42,9	1,5	84,8	270,2	45,6	2,7	0,2	6,8			
День 6 (понедельник)																			
Полдник																			
1	Рагу из мяса птицы (курица)	230	19,9	17,9	28,8	356,0	0,2	15,8	48,3	2,5	48,7	210,4	51,5	2,6	0,2	11,2	120609	334	Для обучения организаций Кучма, 2016

2	Огурцы свежие	50	0,4	0,1	1,3	7,1	0,0	5,0	0,0	0,1	11,5	21,0	7,0	0,3	0,0	1,5	100519	37	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Напиток вишневый	200	0,0	0,0	22,6	90,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160231	474	Для обучения организаций Кучма, 2016
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		23,3	19,1	73,2	558,2	0,3	20,8	48,3	3,2	69,9	265,0	63,7	3,4	0,2	12,7			
День 7 (вторник)																			
Полдник																			
1	Сардельки, колбаски (сосиски) отварные	49	5,4	11,7	0,2	127,7	0,1	0,0	0,0	0,2	17,2	77,9	9,8	0,9	0,1	3,4	120501	294	Для обучения организаций Кучма, 2016
2	Изделия макаронные отварные	150	5,8	4,4	37,0	211,0	0,1	0,0	13,5	0,8	21,6	48,8	9,1	0,9	0,0	1,2	130401	340	Для обучения организаций Кучма, 2016, ТТК
3	Горошек зеленый консервированный	50	1,6	0,1	3,3	20,1	0,1	5,0	0,0	0,1	78,0	31,0	10,5	0,4	0,0	2,5	130206	22	Для обучения организаций Кучма, 2016
4	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	11,0	44,6	0,0	1,4	0,0	0,0	2,5	1,5	1,3	0,3	0,0	0,3	160217	481	Для обучения организаций Кучма, 2016

5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,8	17,4	72,0	508,1	0,3	6,4	13,5	1,8	128,6	192,8	35,8	3,0	0,1	7,4			
День 8 (среда)																			
Полдник																			
1	Запеканка со свежими плодами	210	9,6	9,4	50,2	324,0	0,2	3,9	29,4	0,3	153,6	207,8	55,1	2,3	0,2	13,0	100532	208	Для обучения организаций Кучма, 2016
2	Сыр (порциями)	20	4,6	5,9	0,0	71,7	0,0	0,1	52,0	0,1	44,0	108,0	7,0	0,2	0,1	0,0	100102	16	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	15,0	60,9	0,0	4,0	0,0	0,3	4,1	2,9	4,0	0,2	0,0	0,0	100531	479	Для обучения организаций Кучма, 2016; ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		15,9	16,0	75,5	508,9	0,3	8,0	81,4	1,0	206,4	335,5	68,7	3,0	0,2	13,0			
День 9 (четверг)																			
Полдник																			
1	Лапшевник с творогом	150	13,5	12,7	35,3	309,5	0,1	0,3	48,6	1,9	130,7	330,0	18,1	1,0	0,2	1,7	100536	208	для обучения всех обучающихся Могильного, 2011

2	Салат из моркови с сахаром	60	0,7	4,3	5,6	63,4	0,0	2,7	0,0	2,1	14,8	30,1	20,7	0,4	0,0	2,7	100302	59	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	12,1	48,6	0,0	1,6	0,0	0,0	5,4	6,6	0,5	0,1	0,0	0,0	160106	377	Для обучающихся во всех обр уч Могильный 2011, ТТК
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102	18	Для обучения организаций Кучма, 2016
	Итого:		17,3	18,1	73,5	526,2	0,2	4,6	48,6	4,7	160,3	400,4	44,5	2,0	0,2	4,4			
День 10 (пятница)																			
Полдник																			
1	Биточки рубленые куриные	80	14,1	12,9	11,9	220,2	0,1	1,1	41,5	1,0	37,4	125,6	15,4	1,1	0,1	5,1	120611	309	Для обучения организаций Кучма, 2016
2	Пюре картофельное	150	3,3	4,9	22,0	145,6	0,2	13,0	16,9	0,2	52,5	96,8	33,0	1,2	0,1	8,8	130101	354	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Кукуруза консервированная	50	5,2	2,5	30,0	162,7	0,2	0,0	0,0	0,7	50,0	150,5	52,0	1,9	0,1	2,6	100537	29	Для обучения организаций Кучма, 2016
3	Компот из плодов сушеных	200	0,5	0,0	16,8	69,6	0,0	0,6	120,0	0,0	14,1	23,0	11,0	360,0	0,0	0,0	160211-1	638	Для предприятий общ питания при общеобразовательных школах Хлебпродинфо

																			рм, 2004
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102	18	Для учебных организаций Кучма, 2016
	Итого:		24,5	20,9	91,0	650,3	0,4	14,7	178,4	2,2	158,7	412,8	114,0	364,5	0,4	16,5			
	Итого за 5 дней		19,4	18,3	77,1	550,3	0,3	10,9	74,0	2,6	144,8	321,3	65,3	75,2	0,2	10,8			
	Итого за 10 дней		19,8	20,2	82,2	590,2	0,2	12,2	58,5	2,0	114,8	295,8	55,5	38,9	0,2	8,8			