





| д 1-4 классы             |                                                                |        |      |      |       |       |      |       |       |      |     |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-----|
| Обед                     |                                                                |        |      |      |       |       |      |       |       |      |     |
| 38,06                    | Суп картофельный с бобовыми и курой                            | 250/10 | 6,8  | 7,2  | 19,6  | 174,2 | 8,3  | 128,2 | 103,2 | 39,0 | 2,5 |
| 359,13 /3,36             | Жаркое "Курочка Ряба" из филе куриного/Огурец "Пряный молодец" | 200/20 | 15,2 | 16,8 | 43,1  | 391,1 | 7,0  | 207,1 | 210,7 | 41,6 | 0,7 |
| 631,04                   | Напиток из яблок                                               | 200    | 0,2  | 0,2  | 27,9  | 114,6 | 4,0  | 7,1   | 4,4   | 3,6  | 1,0 |
| 52,06                    | Хлеб витаминизированный                                        | 45     | 1,4  | 0,5  | 7,2   | 34,2  |      | 2,7   | 8,1   | 1,8  |     |
| 52,12                    | Хлеб ржано-пшеничный                                           | 25     | 0,7  | 0,2  | 4,0   | 19,0  |      | 1,5   | 4,5   | 1,0  |     |
| Итого за Обед            |                                                                |        | 24,3 | 24,9 | 101,8 | 733,1 | 19,3 | 346,6 | 330,9 | 87,0 | 4,2 |
| Итого за Обед 1-4 классы |                                                                |        | 24,3 | 24,9 | 101,8 | 733,1 | 19,3 | 346,6 | 330,9 | 87,0 | 4,2 |
| Итого за день            |                                                                |        | 24,3 | 24,9 | 101,8 | 733,1 | 19,3 | 346,6 | 330,9 | 87,0 | 4,2 |

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>реп.                | Прием пищи, наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые<br>вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг)<br><br>С | Минеральные вещества<br>(мг) |       |      |     |
|--------------------------|------------------------------------------|-----------------|-------------------------|------|-------|-------------------------------------------|------------------------|------------------------------|-------|------|-----|
|                          |                                          |                 | Б                       | Ж    | У     |                                           |                        | Ca                           | P     | Mg   | Fe  |
| 1                        | 2                                        | 3               | 4                       | 5    | 6     | 7                                         | 8                      | 9                            | 10    | 11   | 12  |
| Обед 1-4 классы          |                                          |                 |                         |      |       |                                           |                        |                              |       |      |     |
| Обед                     |                                          |                 |                         |      |       |                                           |                        |                              |       |      |     |
| 120,05                   | Щи из свежей капусты со сметаной и курой | 250/10/10       | 4,0                     | 8,3  | 9,4   | 129,2                                     | 6,1                    | 141,2                        | 91,0  | 35,7 | 1,9 |
| 375,96                   | Бефстроганов из говядины                 | 100             | 12,7                    | 14,7 | 35,5  | 382,7                                     | 2,5                    | 118,3                        | 172,6 | 34,0 | 2,1 |
| 516,04                   | Макаронные изделия отварные              | 150             | 5,6                     | 3,9  | 36,0  | 156,8                                     |                        | 74,9                         | 54,0  | 8,5  | 0,2 |
| 6,22                     | Напиток "Витошка"                        | 200             |                         |      | 19,4  | 78,0                                      | 10,0                   |                              |       |      |     |
| 52,06                    | Хлеб витаминизированный                  | 45              | 1,4                     | 0,5  | 7,2   | 34,2                                      |                        | 2,7                          | 8,1   | 1,8  |     |
| 52,12                    | Хлеб ржано-пшеничный                     | 25              | 0,7                     | 0,2  | 4,0   | 19,0                                      |                        | 1,5                          | 4,5   | 1,0  |     |
| Итого за Обед            |                                          |                 | 24,4                    | 27,6 | 111,5 | 799,9                                     | 18,6                   | 338,6                        | 330,2 | 81,0 | 4,2 |
| Итого за Обед 1-4 классы |                                          |                 | 24,4                    | 27,6 | 111,5 | 799,9                                     | 18,6                   | 338,6                        | 330,2 | 81,0 | 4,2 |
| Итого за день            |                                          |                 | 24,4                    | 27,6 | 111,5 | 799,9                                     | 18,6                   | 338,6                        | 330,2 | 81,0 | 4,2 |

День: пятница

Неделя: 2

| №<br>реп.                | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции | Пищевые<br>вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг)<br><br>С | Минеральные вещества<br>(мг) |       |      |     |
|--------------------------|------------------------------------------------|-----------------|-------------------------|------|-------|-------------------------------------------|------------------------|------------------------------|-------|------|-----|
|                          |                                                |                 | Б                       | Ж    | У     |                                           |                        | Ca                           | P     | Mg   | Fe  |
| 1                        | 2                                              | 3               | 4                       | 5    | 6     | 7                                         | 8                      | 9                            | 10    | 11   | 12  |
| Обед 1-4 классы          |                                                |                 |                         |      |       |                                           |                        |                              |       |      |     |
| Обед                     |                                                |                 |                         |      |       |                                           |                        |                              |       |      |     |
| 129,08                   | Рассольник "Ленинградский" со сметаной и курой | 250/10/10       | 4,4                     | 8,5  | 17,3  | 204,2                                     | 8,6                    | 101,6                        | 95,7  | 26,2 | 1,7 |
| 444,96                   | Филе куриное тушеное в красном соусе           | 100             | 18,2                    | 15,7 | 23,6  | 208,3                                     | 1,2                    | 113,3                        | 137,0 | 32,8 | 1,3 |
| 472,96 /954              | Пюре картофельное/Огурец свежий "Пикантный"    | 150/20          | 1,9                     | 2,4  | 24,1  | 173,8                                     | 5,1                    | 101,5                        | 105,4 | 13,9 | 0,9 |
| 585,96                   | Напиток из вишни                               | 200             | 0,3                     | 0,1  | 28,2  | 116,6                                     | 6,0                    | 15,5                         | 12,0  | 10,4 | 0,3 |
| 52,06                    | Хлеб витаминизированный                        | 45              | 1,4                     | 0,5  | 7,2   | 34,2                                      |                        | 2,7                          | 8,1   | 1,8  |     |
| 52,12                    | Хлеб ржано-пшеничный                           | 25              | 0,7                     | 0,2  | 4,0   | 19,0                                      |                        | 1,5                          | 4,5   | 1,0  |     |
| Итого за Обед            |                                                |                 | 26,9                    | 27,4 | 104,4 | 756,1                                     | 20,9                   | 336,1                        | 362,7 | 86,1 | 4,2 |
| Итого за Обед 1-4 классы |                                                |                 | 26,9                    | 27,4 | 104,4 | 756,1                                     | 20,9                   | 336,1                        | 362,7 | 86,1 | 4,2 |
| Итого за день            |                                                |                 | 26,9                    | 27,4 | 104,4 | 756,1                                     | 20,9                   | 336,1                        | 362,7 | 86,1 | 4,2 |
| Итого всего средняя      |                                                |                 | 25,5                    | 26,5 | 106,2 | 770,3                                     | 20,5                   | 349,4                        | 354,4 | 84,1 | 4,1 |