

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МП Столовая № 6 НГО  
Герасимова Е.В.

«01» февраля 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МАОУ СОШ №6 НГО  
Бицота И.Н.

«02» февраля 2024 г.

Для учащихся 1-4 классов завтраки на 93-00 и обеды на 118-00 /зима-весна/

| № по<br>сбор-<br>нику<br>рецеп-<br>тур | Наименование блюда                                  | Выход          | Химический состав |             |              |              |              |             |              |                  |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|-------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|------------------|
|                                        |                                                     |                | Белки             | Жиры        | Углеводы     | Ca           | Mg           | Fe          | Витамин<br>C | Эн.цен<br>(Ккал) |
|                                        | <b>1 день</b>                                       |                |                   |             |              |              |              |             |              |                  |
|                                        | <b>Завтрак</b>                                      |                |                   |             |              |              |              |             |              |                  |
| 1/04                                   | Бутерброд с маслом                                  | 20/40          | 4,5               | 15,0        | 25,5         | 14,2         | 6,3          | 0,6         | -            | 223,6            |
| 416/94                                 | Котлета мясная                                      | 100            | 15,7              | 14,4        | 16,0         | 34,8         | 27,7         | 1,4         | 0,1          | 258,6            |
| 464/94                                 | Каша гречневая                                      | 150            | 4,5               | 6,8         | 22,4         | 45,8         | 20,3         | 1,8         | 3,6          | 171,0            |
| 686/04                                 | Чай с сахаром и<br>лимоном                          | 200/15/<br>5   | 0,4               | -           | 15,3         | 16,0         | 7,2          | 0,9         | 4,0          | 61,0             |
| пром                                   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.                   | 20/20          | 1,6<br>2,2        | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1   | 42,4<br>45,8     |
|                                        |                                                     |                | <b>28,9</b>       | <b>36,7</b> | <b>101,1</b> | <b>122,5</b> | <b>72,9</b>  | <b>5,2</b>  | <b>8,1</b>   | <b>802,4</b>     |
|                                        | <b>Обед</b>                                         |                |                   |             |              |              |              |             |              |                  |
| гтк                                    | Нарезка из соленых<br>огурцов                       | 60             | 1,7               | -           | 0,4          | 13,8         | 8,4          | 0,4         | 3,0          | 9,6              |
| 138/94                                 | Суп картофельный с<br>бобовыми с мясом              | 250/15         | 10,9              | 6,5         | 22,3         | 52,0         | 50,2         | 4,1         | 8,9          | 192,1            |
| 403/94                                 | Плов из свинины                                     | 90/180         | 32,4              | 54,8        | 42,5         | 45,5         | 32,4         | 6,4         | 2,8          | 798,8            |
| 638/04                                 | Компот из сухофруктов                               | 200            | 0,6               | -           | 31,4         | 19,9         | 7,8          | 0,4         | 0,5          | 124,0            |
| пром                                   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.                   | 30/30          | 2,3<br>3,2        | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2   | 63,6<br>68,7     |
|                                        |                                                     |                | <b>51,1</b>       | <b>62,1</b> | <b>228,4</b> | <b>148,8</b> | <b>116,0</b> | <b>12,1</b> | <b>15,9</b>  | <b>1256,8</b>    |
|                                        |                                                     |                | <b>80,0</b>       | <b>98,8</b> | <b>329,5</b> | <b>271,3</b> | <b>188,9</b> | <b>17,3</b> | <b>24,0</b>  | <b>2059,2</b>    |
|                                        | <b>2 день</b>                                       |                |                   |             |              |              |              |             |              |                  |
|                                        | <b>Завтрак</b>                                      |                |                   |             |              |              |              |             |              |                  |
| пром                                   | Кисломолочный<br>продукт (Йогурт)                   | 125            | 3,5               | 3,1         | 16,3         | 120,0        | 14,0         | 0,1         | 1,3          | 107,1            |
| 35/03                                  | Каша молочная<br>«Дружба» с маслом                  | 200/5          | 7,2               | 8,8         | 44,6         | 97,1         | 19,8         | 0,8         | 1,3          | 287,0            |
| 78/03                                  | Ватрушка «Лакомка»                                  | 85             | 8,9               | 14,5        | 34,0         | 48,1         | 0,9          | 0,2         | -            | 299,2            |
| 692/04                                 | Кофейный напиток                                    | 200            | 2,4               | 1,6         | 27,5         | 36,0         | -            | -           | 0,2          | 134,0            |
| пром                                   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.                   | 20/20          | 1,6<br>2,2        | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1   | 42,4<br>45,8     |
|                                        |                                                     |                | <b>25,8</b>       | <b>28,5</b> | <b>144,3</b> | <b>312,9</b> | <b>46,1</b>  | <b>1,6</b>  | <b>3,2</b>   | <b>915,5</b>     |
|                                        | <b>Обед</b>                                         |                |                   |             |              |              |              |             |              |                  |
| 19/03                                  | Салат из отв.картофеля<br>с зеленым горошком        | 60             | 1,2               | 9,2         | 6,4          | 9,6          | 11,0         | 0,5         | 1,9          | 112,8            |
| 129/94                                 | Рассольник<br>«Ленинградский» с<br>мясом и сметаной | 250/15//<br>15 | 8,2               | 8,4         | 20,6         | 40,2         | 37,4         | 1,6         | 12,9         | 193,1            |
| 424/04                                 | Поджарка мясная                                     | 85/15          | 13,3              | 33,7        | 2,7          | 9,9          | 27,3         | 2,0         | 1,0          | 383,1            |
| 469/94                                 | Макароньы отварные                                  | 150            | 5,3               | 6,2         | 35,3         | 12,6         | 6,6          | 0,6         | -            | 221,0            |
| 770/97                                 | Компот из свежих                                    | 200            | 0,1               | -           | 26,4         | 30,0         | 10,0         | 2,4         | 3,6          | 102,0            |

|        |                                                |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
|--------|------------------------------------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
|        | яблок                                          |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.              | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2   | 63,6<br>68,7  |
|        |                                                |                | <b>33,6</b> | <b>58,3</b> | <b>124,4</b> | <b>119,9</b> | <b>109,5</b> | <b>7,9</b>  | <b>20,1</b>  | <b>1144,3</b> |
|        |                                                |                | <b>59,4</b> | <b>86,8</b> | <b>268,7</b> | <b>432,8</b> | <b>155,6</b> | <b>9,5</b>  | <b>23,3</b>  | <b>2059,8</b> |
|        | <b>3 день</b>                                  |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                 |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
| тгк    | Яйцо вареное с<br>кукурузой                    | 60/30          | 6,2         | 5,1         | 5,7          | 37,4         | 8,8          | 1,0         | 1,4          | 94,8          |
| 332/94 | Тефтели рыбные                                 | 100            | 14,0        | 8,9         | 12,8         | 55,8         | 23,8         | 0,6         | 0,7          | 188,0         |
| 472/94 | Картофельное пюре                              | 150            | 3,2         | 6,8         | 21,9         | 27,0         | 20,0         | 0,8         | 3,8          | 163,5         |
| тгк    | Напиток<br>витаминизирован                     | 200            | -           | -           | 19,0         | -            | -            | -           | 20,0         | 80,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.              | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1   | 42,4<br>45,8  |
|        |                                                |                | <b>27,2</b> | <b>21,3</b> | <b>81,3</b>  | <b>131,9</b> | <b>64,0</b>  | <b>2,9</b>  | <b>26,3</b>  | <b>614,5</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                    |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
| пром   | Кисломолочный<br>продукт (Йогурт)              | 125            | 3,5         | 3,1         | 16,3         | 120,0        | 14,0         | 0,1         | 1,3          | 107,1         |
| 110/94 | Борщ из св. капусты с<br>мясом и сметаной      | 250/10//<br>15 | 5,5         | 8,8         | 13,6         | 49,8         | 29,3         | 1,6         | 7,4          | 155,2         |
| 262/94 | Каша молочная<br>пшеничная с маслом            | 200/5          | 4,6         | 6,0         | 26,7         | 28,2         | 32,4         | 1,1         | 1,4          | 181,0         |
| тгк    | Слойка с творогом                              | 75             | 8,6         | 9,7         | 24,3         | 52,7         | 10,1         | 0,5         | 0,2          | 215,3         |
| 82/03  | Кисель<br>витаминизирован.                     | 200            | -           | -           | 24,0         | 16,1         | 0,9          | 0,1         | 20,1         | 95,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.              | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2   | 63,6<br>68,7  |
|        |                                                |                | <b>27,7</b> | <b>28,4</b> | <b>137,9</b> | <b>284,4</b> | <b>103,9</b> | <b>4,2</b>  | <b>31,1</b>  | <b>885,9</b>  |
|        |                                                |                | <b>54,9</b> | <b>49,7</b> | <b>219,2</b> | <b>416,3</b> | <b>167,9</b> | <b>7,1</b>  | <b>57,4</b>  | <b>1490,4</b> |
|        | <b>4 день</b>                                  |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                 |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
| тгк    | Салат из отв.картофеля<br>с соленым огурцом    | 60             | 0,8         | 3,7         | 5,5          | 10,1         | 8,5          | 0,4         | 2,8          | 60,6          |
| 439/94 | Кура отварная                                  | 105            | 18,0        | 18,1        | -            | 24,3         | 21,0         | 1,2         | 0,2          | 234,2         |
| 493/94 | Рис отварной                                   | 150            | 3,8         | 6,2         | 38,6         | 14,0         | 13,1         | 0,5         | -            | 228,0         |
| 705/04 | Напиток из шиповника                           | 200            | 0,4         | -           | 23,6         | 30,0         | 10,0         | 2,8         | 80,0         | 139,8         |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.              | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1   | 42,4<br>45,8  |
|        |                                                |                | <b>26,8</b> | <b>28,5</b> | <b>89,6</b>  | <b>90,1</b>  | <b>64,0</b>  | <b>5,4</b>  | <b>83,4</b>  | <b>750,8</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                    |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
| 71/04  | Винегрет овощной                               | 60             | 0,8         | 6,1         | 4,1          | 27,4         | 13,7         | 0,6         | 10,1         | 74,4          |
| 212/97 | Суп-пюре<br>картофельный с курой и<br>гречками | 250/5///<br>15 | 6,6         | 6,8         | 33,0         | 1,0          | 51,7         | 19,2        | 8,3          | 225,2         |
| 505/04 | Кнели из куры                                  | 100            | 19,1        | 13,9        | 6,8          | 15,4         | 9,2          | 0,5         | 0,5          | 232,0         |
| 464/94 | Каша гречневая                                 | 150            | 4,5         | 6,8         | 22,4         | 45,8         | 20,3         | 1,8         | 3,6          | 171,0         |
| 638/04 | Компот из кураги                               | 200            | 1,2         | -           | 31,6         | 52,5         | 30,5         | 1,9         | 0,5          | 126,0         |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.              | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2   | 63,6<br>68,7  |
|        |                                                |                | <b>37,7</b> | <b>34,4</b> | <b>130,9</b> | <b>139,7</b> | <b>142,6</b> | <b>24,8</b> | <b>23,7</b>  | <b>960,9</b>  |
|        |                                                |                | <b>64,5</b> | <b>62,9</b> | <b>221,0</b> | <b>229,8</b> | <b>206,6</b> | <b>30,2</b> | <b>107,1</b> | <b>1711,7</b> |
|        | <b>5 день</b>                                  |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                 |                |             |             |              |              |              |             |              |               |
| 16/03  | Салат «Бурячок»                                | 60             | 0,6         | 9,0         | 3,5          | 7,0          | 5,0          | 0,4         | 1,7          | 97,8          |

|        |                                            |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
|--------|--------------------------------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|
| 424/04 | Поджарка мясная                            | 80/20          | 13,0        | 33,8        | 3,6          | 5,8          | 28,4         | 2,1         | 1,3         | 385,8         |
| 469/94 | Макароны отварные                          | 150            | 5,3         | 6,2         | 35,3         | 12,6         | 6,6          | 0,6         | -           | 221,0         |
| 82/03  | Кисель<br>витаминизирован.                 | 200            | -           | -           | 24,0         | 16,1         | 0,9          | 0,1         | 20,1        | 95,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.          | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1  | 42,4<br>45,8  |
|        |                                            |                | <b>22,7</b> | <b>49,5</b> | <b>88,3</b>  | <b>53,2</b>  | <b>52,3</b>  | <b>3,7</b>  | <b>23,5</b> | <b>887,8</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| 1/04   | Бутерброд с маслом                         | 20/40          | 4,5         | 15,0        | 25,5         | 14,2         | 6,3          | 0,6         | -           | 223,6         |
| 132/94 | Суп из овощей с мясом<br>и сметаной        | 250/15//<br>15 | 6,1         | 7,6         | 12,7         | 180,7        | 53,2         | 0,7         | 3,1         | 143,1         |
| 324/94 | Котлета рыбная                             | 100            | 10,4        | 1,9         | 6,8          | 55,8         | 23,4         | 0,6         | 0,7         | 85,9          |
| 541/04 | Рагу овощное                               | 150            | 3,5         | 7,7         | 16,1         | 85,5         | 1,8          | 18,0        | 21,5        | 145,5         |
| тгк    | Напиток<br>витаминизирован                 | 200            | -           | -           | 19,0         | -            | -            | -           | 20,0        | 80,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.          | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2  | 63,6<br>68,7  |
|        |                                            |                | <b>30,0</b> | <b>33,0</b> | <b>113,1</b> | <b>353,8</b> | <b>101,9</b> | <b>20,7</b> | <b>46,0</b> | <b>810,4</b>  |
|        |                                            |                | <b>52,7</b> | <b>82,5</b> | <b>201,4</b> | <b>407,0</b> | <b>154,2</b> | <b>24,4</b> | <b>69,5</b> | <b>1698,2</b> |
|        | <b>6 день</b>                              |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                             |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| тгк    | Яйцо вареное                               | 60             | 5,1         | 4,6         | 0,3          | 24,8         | 4,8          | 1,0         | -           | 63,0          |
| 424/04 | Поджарка мясная                            | 70/30          | 12,4        | 34,1        | 5,4          | 8,3          | 30,6         | 2,3         | 2,0         | 391,2         |
| 464/94 | Каша гречневая                             | 150            | 4,5         | 6,8         | 22,4         | 45,8         | 20,3         | 1,8         | 3,6         | 171,0         |
| 705/04 | Напиток из шиповника                       | 200            | 0,4         | -           | 23,6         | 30,0         | 10,0         | 2,8         | 80,0        | 139,8         |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.          | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1  | 42,4<br>45,8  |
|        |                                            |                | <b>26,2</b> | <b>46,0</b> | <b>73,6</b>  | <b>120,6</b> | <b>77,1</b>  | <b>8,4</b>  | <b>86,0</b> | <b>853,2</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| 1/04   | Бутерброд с маслом                         | 20/40          | 4,5         | 15,0        | 25,5         | 14,2         | 6,3          | 0,6         | -           | 223,6         |
| 110/94 | Борщ из св. капусты с<br>мясом и сметаной  | 250/10//<br>5  | 5,2         | 6,8         | 13,3         | 44,1         | 28,5         | 1,5         | 7,4         | 134,2         |
| 416/94 | Котлета мясная                             | 100            | 15,7        | 14,4        | 16,0         | 34,8         | 27,7         | 1,4         | 0,1         | 258,6         |
| 469/94 | Макароны отварные                          | 150            | 5,3         | 6,2         | 35,3         | 12,6         | 6,6          | 0,6         | -           | 221,0         |
| 770/97 | Компот из свежих<br>яблок                  | 200            | 0,1         | -           | 26,4         | 30,0         | 10,0         | 2,4         | 3,6         | 102,0         |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.          | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2  | 63,6<br>68,7  |
|        |                                            |                | <b>36,3</b> | <b>43,2</b> | <b>149,5</b> | <b>153,3</b> | <b>96,3</b>  | <b>7,3</b>  | <b>11,8</b> | <b>1071,7</b> |
|        |                                            |                | <b>62,5</b> | <b>89,2</b> | <b>223,1</b> | <b>273,9</b> | <b>173,4</b> | <b>15,7</b> | <b>97,8</b> | <b>1924,9</b> |
|        | <b>7 день</b>                              |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                             |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| пром   | Кисломолочный<br>продукт (Йогурт)          | 125            | 3,5         | 3,1         | 16,3         | 120,0        | 14,0         | 0,1         | 1,3         | 107,1         |
| 262/94 | Каша молочная рисовая<br>с маслом          | 200/5          | 2,2         | 4,9         | 22,1         | 122,3        | 32,1         | 0,5         | 0,6         | 143,0         |
| тгк    | Слойка с творогом                          | 90             | 10,5        | 11,6        | 29,2         | 63,3         | 12,2         | 0,5         | 0,2         | 258,3         |
| 685/04 | Чай с сахаром                              | 200/15         | 0,3         | -           | 15,0         | 12,0         | 6,0          | 0,8         | 0,1         | 57,9          |
| пром   | Хлеб ржаной и<br>пшеничный витам.          | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1  | 42,4<br>45,8  |
|        |                                            |                | <b>20,3</b> | <b>20,1</b> | <b>114,5</b> | <b>329,3</b> | <b>75,7</b>  | <b>2,4</b>  | <b>2,6</b>  | <b>654,5</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| 16/03  | Салат «Бурячок»                            | 60             | 0,6         | 9,0         | 3,5          | 7,0          | 5,0          | 0,4         | 1,7         | 97,8          |
| 120/94 | Щи из свежей капусты с<br>мясом и сметаной | 250/15//<br>20 | 7,5         | 9,8         | 8,9          | 67,8         | 26,1         | 1,4         | 13,8        | 153,6         |

|        |                                               |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
|--------|-----------------------------------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|
| 324/94 | Котлета рыбная с маслом                       | 100/5          | 10,4        | 5,6         | 6,9          | 57,2         | 23,9         | 0,7         | 0,7         | 118,9         |
| 472/94 | Картофельное пюре                             | 150            | 3,2         | 6,8         | 21,9         | 27,0         | 20,0         | 0,8         | 3,8         | 163,5         |
| 642/94 | Какао с молоком                               | 200            | 4,9         | 5,0         | 32,5         | 48,0         | 13,0         | 0,6         | 1,3         | 190,0         |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.                | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2  | 63,6<br>68,7  |
|        |                                               |                | <b>32,1</b> | <b>37,0</b> | <b>106,7</b> | <b>224,6</b> | <b>105,2</b> | <b>4,7</b>  | <b>22,0</b> | <b>856,1</b>  |
|        |                                               |                | <b>52,4</b> | <b>57,1</b> | <b>221,2</b> | <b>553,9</b> | <b>180,9</b> | <b>7,1</b>  | <b>24,6</b> | <b>1510,6</b> |
|        | <b>8 день</b>                                 |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| тгк    | Нарезка из соленых огурцов                    | 60             | 1,7         | -           | 0,4          | 13,8         | 8,4          | 0,4         | 3,0         | 9,6           |
| 403/94 | Плов из свинины                               | 80/180         | 29,9        | 49,9        | 42,5         | 44,8         | 30,0         | 6,3         | 2,8         | 744,9         |
| 692/04 | Кофейный напиток                              | 200            | 2,4         | 1,6         | 27,5         | 36,0         | -            | -           | 0,2         | 134,0         |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.                | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1  | 42,4<br>45,8  |
|        |                                               |                | <b>37,8</b> | <b>52,0</b> | <b>92,3</b>  | <b>106,3</b> | <b>49,8</b>  | <b>7,2</b>  | <b>6,4</b>  | <b>976,7</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                   |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| пром   | Кисломолочный продукт (Йогурт)                | 125            | 3,5         | 3,1         | 16,3         | 120,0        | 14,0         | 0,1         | 1,3         | 107,1         |
| 129/94 | Суп-пюре картофельный с мясом и гренками      | 250/5///<br>15 | 7,4         | 6,7         | 33,0         | 1,2          | 51,9         | 18,9        | 8,3         | 226,9         |
| 35/03  | Каша молочная «Дружба» с маслом               | 200/5          | 7,2         | 8,8         | 44,6         | 97,1         | 19,8         | 0,8         | 1,3         | 287,0         |
| 78/03  | Ватрушка «Лакомка»                            | 70             | 8,1         | 9,0         | 22,7         | 49,2         | 9,5          | 0,4         | 0,2         | 200,9         |
| 82/03  | Кисель витаминизирован.                       | 200            | -           | -           | 24,0         | 16,1         | 0,9          | 0,1         | 20,1        | 95,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.                | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2  | 63,6<br>68,7  |
|        |                                               |                | <b>31,7</b> | <b>28,4</b> | <b>173,6</b> | <b>301,2</b> | <b>113,3</b> | <b>21,1</b> | <b>31,9</b> | <b>1049,2</b> |
|        |                                               |                | <b>69,5</b> | <b>80,4</b> | <b>265,9</b> | <b>407,5</b> | <b>163,1</b> | <b>28,3</b> | <b>38,3</b> | <b>2025,9</b> |
|        | <b>9 день</b>                                 |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| 1/04   | Бутерброд с маслом                            | 15/45          | 5,0         | 11,5        | 28,6         | 14,4         | 7,0          | 0,7         | -           | 202,1         |
| 518/97 | Котлета куриная                               | 100            | 18,6        | 13,5        | 18,2         | 19,4         | 89,2         | 1,8         | 1,7         | 271,0         |
| 541/04 | Рагу овощное                                  | 150            | 3,5         | 7,7         | 16,1         | 85,5         | 1,8          | 18,0        | 21,5        | 145,5         |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном                       | 200/15/<br>5   | 0,4         | -           | 15,3         | 16,0         | 7,2          | 0,9         | 4,0         | 61,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.                | 20/20          | 1,6<br>2,2  | 0,2<br>0,3  | 9,3<br>12,6  | 7,0<br>4,7   | 8,3<br>3,1   | 0,2<br>0,3  | 0,3<br>0,1  | 42,4<br>45,8  |
|        |                                               |                | <b>31,3</b> | <b>33,2</b> | <b>100,1</b> | <b>147,0</b> | <b>116,6</b> | <b>21,9</b> | <b>27,6</b> | <b>767,8</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                   |                |             |             |              |              |              |             |             |               |
| 19/03  | Салат из отв.картофеля с зеленым горошком     | 60             | 1,2         | 9,2         | 6,4          | 9,6          | 11,0         | 0,5         | 1,9         | 112,8         |
| 129/94 | Рассольник «Ленинградский» с курой и сметаной | 250/20//<br>15 | 6,6         | 6,8         | 20,7         | 40,6         | 39,5         | 1,2         | 12,8        | 164,3         |
| 439/94 | Кура отварная                                 | 100            | 17,1        | 17,2        | -            | 23,1         | 20,0         | 1,1         | 0,2         | 223,0         |
| 464/94 | Каша гречневая                                | 150            | 4,5         | 6,8         | 22,4         | 45,8         | 20,3         | 1,8         | 3,6         | 171,0         |
| 638/04 | Компот из кураги                              | 200            | 1,2         | -           | 31,6         | 52,5         | 30,5         | 1,9         | 0,5         | 126,0         |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.                | 30/30          | 2,3<br>3,2  | 0,4<br>0,4  | 14,0<br>19,0 | 10,5<br>7,1  | 12,5<br>4,7  | 0,3<br>0,5  | 0,5<br>0,2  | 63,6<br>68,7  |
|        |                                               |                | <b>36,1</b> | <b>40,8</b> | <b>114,1</b> | <b>189,2</b> | <b>138,5</b> | <b>7,3</b>  | <b>19,7</b> | <b>929,4</b>  |
|        |                                               |                | <b>67,4</b> | <b>74,0</b> | <b>214,2</b> | <b>336,2</b> | <b>255,1</b> | <b>29,2</b> | <b>47,3</b> | <b>1697,2</b> |

|        |                                         |               |              |              |               |               |               |              |              |               |
|--------|-----------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
|        | <b>10 день</b>                          |               |              |              |               |               |               |              |              |               |
|        | <b>Завтрак</b>                          |               |              |              |               |               |               |              |              |               |
| 71/04  | Винегрет овощной                        | 60            | 0,8          | 6,1          | 4,1           | 27,4          | 13,7          | 0,6          | 10,1         | 74,4          |
| 324/94 | Котлета рыбная с маслом                 | 100/10        | 10,4         | 9,2          | 6,9           | 58,2          | 23,4          | 0,7          | 0,7          | 151,9         |
| 517/04 | Макароны отварные с овощами             | 150           | 4,0          | 4,4          | 21,2          | 8,0           | 5,0           | 0,5          | 2,1          | 143,0         |
| 642/94 | Какао с молоком                         | 200           | 4,9          | 5,0          | 32,5          | 48,0          | 13,0          | 0,6          | 1,3          | 190,0         |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.          | 20/20         | 1,6          | 0,2          | 9,3           | 7,0           | 8,3           | 0,2          | 0,3          | 42,4          |
|        |                                         |               | 2,2          | 0,3          | 12,6          | 4,7           | 3,1           | 0,3          | 0,1          | 45,8          |
|        |                                         |               | <b>23,9</b>  | <b>25,2</b>  | <b>86,6</b>   | <b>153,3</b>  | <b>66,5</b>   | <b>2,9</b>   | <b>14,6</b>  | <b>647,5</b>  |
|        | <b>Обед</b>                             |               |              |              |               |               |               |              |              |               |
| тлк    | Яйцо вареное с кукурузой                | 60/20         | 5,9          | 4,9          | 3,9           | 33,2          | 7,5           | 1,0          | 1,0          | 84,2          |
| 151/94 | Суп-лапша «Домашняя» с мясом            | 250/10        | 5,9          | 6,4          | 13,9          | 32,7          | 11,6          | 1,5          | 0,6          | 137,7         |
| 430/94 | Запеканка картофельная с мясом и маслом | 180/10        | 18,2         | 24,9         | 29,9          | 96,0          | 64,1          | 2,7          | 4,1          | 418,6         |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном                 | 200/15/<br>10 | 0,4          | -            | 15,3          | 16,0          | 7,2           | 0,9          | 4,0          | 61,0          |
| пром   | Хлеб ржаной и пшеничный витам.          | 30/30         | 2,3          | 0,4          | 14,0          | 10,5          | 12,5          | 0,3          | 0,5          | 63,6          |
|        |                                         |               | 3,2          | 0,4          | 19,0          | 7,1           | 4,7           | 0,5          | 0,2          | 68,7          |
|        |                                         |               | <b>35,9</b>  | <b>37,0</b>  | <b>96,0</b>   | <b>195,5</b>  | <b>107,6</b>  | <b>6,9</b>   | <b>10,4</b>  | <b>833,8</b>  |
|        |                                         |               | <b>59,8</b>  | <b>62,2</b>  | <b>182,6</b>  | <b>348,8</b>  | <b>174,1</b>  | <b>9,8</b>   | <b>25,0</b>  | <b>1481,3</b> |
|        | Завтраки за 10 дней                     |               | <b>270,9</b> | <b>341,0</b> | <b>971,7</b>  | <b>1567,1</b> | <b>285,0</b>  | <b>61,6</b>  | <b>281,7</b> | <b>7870,7</b> |
|        | Обеды за 10 дней                        |               | <b>352,2</b> | <b>402,6</b> | <b>1374,6</b> | <b>2110,4</b> | <b>1134,8</b> | <b>117,0</b> | <b>232,6</b> | <b>9798,5</b> |

**\*/Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные, согласно приложения № 11 к СанПин 2.3/2.4.3590-20**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190463

Владелец Бицюта Ирина Николаевна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024