


Согласовано:
Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
№2 г. Соль-Илецка» Оренбургской
области


С. И. Востакова
« » 20 г.




Утверждает:
Директор Общества с ограниченной
ответственностью «Школьник»


М.С. Полухин
« » 20 г.




Примерное меню рационального питания учащихся, с 7 до 11 лет,
для общеобразовательных школ Соль-Илецкого района,
на осенне-зимний период 2022-2023 учебного года, ООО «Школьник»

Согласовано:
Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
№2 г. Соль-Илецка» Оренбургской
области


С. И. Вистакова
« » 20 г.



Утверждаю:
Директор Общества с ограниченной
ответственностью «Школьник»


М. С. Полухин
« » 20 г.



Примерное меню рационального питания учащихся, с 7 до 11 лет,
для общеобразовательных школ Соль-Илецкого района,
на осенне-зимний период 2022-2023 учебного года, ООО «Школьник»

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Дневная норма | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал. | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|---------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Ca | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №338 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Сезонный» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы капустные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Кашаот из смеси злаков | 200 | 9,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р-на | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|-------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №318 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная ячменная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,38 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Сезонный» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы свиные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из яблок и бан. | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ порции | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал | Витаминны | | | | Минеральные вещества | | | |
|---------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|-----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №138 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная пшеница | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,38 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Варен | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №177 | Чай с сахаром | 200 | 8,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,33 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы винные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р-ра | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | | | | |
|-------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|--|--|--|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe | | | |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №138 | Апельсин | шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 | | | |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 35,20 | 0,06 | | | |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 | | | |
| №177 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 | | | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 | | | |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 | | | |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 | | | |
| №287 | Голубцы мясные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 | | | |
| №342 | Компот из слив и яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,30 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 | | | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 | | | |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 | | | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 | | | |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р-ра | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал. | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | | | | |
|-------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|--|--|--|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Ca | Mg | P | Fe | | | |
| 11 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №338 | Апельсин | шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 | | | |
| №174 | Каша молочная пшеница | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 | | | |
| | Варен | 40 | 1,52 | 3,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 | | | |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 | | | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 | | | |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 | | | |
| №28 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 | | | |
| №287 | Голубцы мясные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 | | | |
| №342 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,32 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 | | | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 | | | |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 | | | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 | | | |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р- ра | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe |
| 11 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №178 | Апшасын | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Варен | 40 | 1,52 | 3,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №177 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы мясные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Месяц: Июнь
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р-ры | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | | | | |
|-------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|--|--|--|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe | | | |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №318 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 | | | |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 | | | |
| | Варен | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 | | | |
| №277 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 | | | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 | | | |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Сельский» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 | | | |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 | | | |
| №287 | Голубцы свиные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 | | | |
| №342 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 | | | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 | | | |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 | | | |
| | Итого за день | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 | | | |

День: Суббота
 Месяц: Июнь
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/Ме- ры | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|----------------|-----------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №338 | Апельсин | шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Сельдь» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы домашние | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Месяц: Второе
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/Ме- сяц | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал. | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|-----------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | B1 | C | A | E | Ca | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №138 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,38 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Варен | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы винные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 103,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р-ри | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|-------------|-------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|---------------|--------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | | | | | B1 | C | A | E | Ca | Mg | P | Fe |
| 11 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №338 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Йогурт | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,23 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы свиные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из фруктов яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Месяц: Июнь
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Диск/№ р-ры | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал. | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|-------------|-----------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | В | Са | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №331 | Апельсин | шт. | 1,28 | 0,28 | 11,37 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,38 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы ленинские | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из сухофруктов яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,90 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/Ме- ры | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал. | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|----------------|------------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Е | Са | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №338 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,34 |
| №174 | Каша молочная овсяная | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,23 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Суп из курицы | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №387 | Голубцы мясные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |

День: Суббота
 Неделя: Вторая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| День/№ р-ра | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Кал | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|-------------|-----------------------|-------|-------|-------|----------|---------|----------|--------|-------|------|----------------------|--------|--------|------|
| | | | | | | | B1 | C | A | E | Ca | Mg | P | Fe |
| 12 день | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №338 | Апельсин | 1шт. | 1,28 | 0,28 | 11,57 | 54,00 | 0,05 | 65,42 | 0,00 | 0,24 | 38,56 | 14,56 | 28,64 | 0,54 |
| №174 | Каши молочная пшеница | 200 | 7,68 | 16,98 | 23,58 | 291,50 | 0,02 | 0,35 | 0,02 | 0,08 | 68,50 | 8,65 | 55,20 | 0,06 |
| | Вафли | 40 | 1,52 | 1,33 | 25,06 | 100,83 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 11,85 | 2,37 | 39,10 | 0,70 |
| №377 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,10 | 1,40 | 2,80 | 0,28 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,89 | 0,26 | 12,14 | 55,70 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,26 | 6,10 | 8,77 | 22,40 | 0,51 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,18 | 4,60 | 5,00 | 21,20 | 0,62 |
| | | | 13,56 | 19,09 | 97,33 | 608,01 | 0,19 | 65,80 | 0,02 | 0,76 | 140,71 | 40,75 | 169,34 | 2,71 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| № 30 | Салат «Степной» | 60 | 1,12 | 8,08 | 6,08 | 87,72 | 0,00 | 5,44 | 0,00 | 0,40 | 19,92 | 16,56 | 36,96 | 0,72 |
| №98 | Суп крестьянский | 200 | 1,19 | 3,93 | 4,87 | 61,00 | 0,03 | 7,90 | 0,00 | 0,00 | 28,70 | 11,34 | 26,86 | 0,46 |
| №287 | Голубцы мясные | 200 | 15,30 | 11,88 | 31,70 | 237,96 | 0,09 | 20,19 | 39,39 | 0,00 | 75,60 | 48,62 | 181,69 | 1,69 |
| №342 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,01 | 0,90 | 0,00 | 0,16 | 14,18 | 5,14 | 4,40 | 0,95 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,52 | 0,35 | 16,18 | 74,30 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 8,20 | 11,70 | 29,90 | 0,68 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,27 | 6,90 | 7,50 | 31,80 | 0,93 |
| | | | 21,97 | 24,73 | 101,53 | 644,55 | 0,23 | 34,43 | 39,39 | 1,18 | 153,50 | 100,86 | 311,61 | 5,43 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 35,53 | 43,82 | 198,76 | 1252,56 | 0,42 | 100,23 | 39,41 | 1,94 | 294,21 | 141,61 | 480,95 | 8,14 |